

URL: <https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/zagalna%20serednya/programy-5-9-klas/2024/09.08.2024/typova-osvitnya-prohrama-dlya-5-9-klasiv-zzso-1120-vid-09082024.pdf>

4. Державний стандарт базової середньої освіти (затверджений постановою Кабінету Міністрів України від 30 вересня 2020 р. № 898). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/898-2020-%D0%BF#Text>

5. Модельні навчальні програми інтегрованих курсів СЗОГ. URL: <https://imzo.gov.ua/model-ni-navchal-ni-prohramy/sotsial-na-i-zdorov-iazberezhuval-na-osvitnia-haluz/>

6. Бібік Н.М. Компетентнісний підхід: рефлексивний аналіз застосування. *Педагогіка і психологія*. 2018. № 1. С. 13–19.

7. Заброцький М. М. Педагогічна психологія: курс лекцій. Київ: МАУП, 2000. 119 с.

8. Пометун О.І. Енциклопедія інтерактивного навчання. Київ: А.С.К., 2007. 144 с.

9. Рогова М. П. Формування ключових компетентностей учнів в умовах інтегрованого навчання. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Педагогіка, соціальна робота*. 2019. Вип. 2 (45). С. 165-168.

10. Савченко О. Я. Розвивальний потенціал початкової освіти: навч. посібник. Київ: Богдана, 2011. 208 с.

11. Ярошенко О. Г. Інтеграція як дидактична категорія. *Педагогіка і психологія*, 2002. № 1. С. 7-14.

## ПРЕДМЕТ «ЗДОРОВ'Я, БЕЗПЕКА ТА ДОБРОБУТ» В КОНТЕКСТІ ЦИФРОВОЇ ТРАНСФОРМАЦІЇ ТА БЕЗПЕКИ ОСВІТНЬОГО ПРОСТОРУ

**Світлана БАРСУКОВА,**

*методист науково-методичної лабораторії виховної роботи,  
фізичної культури та безпечного освітнього середовища комунального закладу  
«Кіровоградський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти  
імені Василя Сухомлинського»*

*Освіта — це найпотужніша зброя,  
яку ви можете використовувати для зміни світу.*

**Нельсон Мандела**

У сучасному освітньому середовищі дедалі важливішим стає не лише забезпечення якісної освіти, а й формування безпечного, здорового та комфортного простору для всіх учасників освітнього процесу. З огляду на цифрову трансформацію суспільства, питання здоров'я, безпеки та добробуту тісно переплітаються з викликами і можливостями цифрових технологій.

Сучасний світ переживає етап стрімкої цифровізації, що впливає на всі сфери життя, зокрема й освіту. Соціальна і здоров'язбережувальна освітня галузь, що має на меті формування здорового та соціально відповідального суспільства, стає важливою складовою системи неперервної освіти. У цьому контексті цифрова трансформація відкриває нові можливості, але також ставить виклики, пов'язані з безпекою освітнього простору.

Цифрові інструменти стали невід'ємною частиною освітнього процесу. Онлайн-платформи, віртуальні класи, хмарні сервіси – усе це формує нову культуру навчання. Водночас цифрова трансформація відкриває потенціал для

створення безпечного середовища: від кібербезпеки до систем моніторингу емоційного стану учнів та педагогів.

Цифрові технології, зокрема такі, як онлайн-курси, мобільні додатки та віртуальна реальність, змінюють підходи до навчання. Це дозволяє забезпечити доступ до освіти для всіх охочих незалежно від їх місця проживання.

Упровадження цифрових інструментів має супроводжуватися системною роботою зі збереження психічного та фізичного здоров'я, тому формування здорового способу життя є важливою складовою освіти і особливого значення набувають:

- цифрова гігієна,
- навчання управлінню стресом,
- розвиток цифрової емоційної грамотності.

Цифрова гігієна є важливим аспектом підтримки здоров'я в умовах постійного використання технологій. Вона передбачає:

- управління часом: установлення обмежень на використання цифрових пристроїв, щоб уникнути перевантаження інформацією;
- навчання безпеці: знання про кібербезпеку, захист особистих даних і конфіденційність;
- регулярні перерви: пауза під час роботи за комп'ютером для зменшення навантаження на очі та запобігання фізичному дискомфорту.

Кібербезпека стає частиною загальної безпеки освітнього простору. Йдеться про захист персональних даних, попередження кібербулінгу, контроль доступу до навчальних матеріалів.

Управління стресом у цифрову епоху є критично важливим для підтримки психічного здоров'я. Основні методи містять:

- техніки релаксації: практики медитації, дихальні вправи та йога можуть допомогти знизити рівень стресу;
- час для відпочинку: важливо виділяти час для відпочинку без технологій, щоб відновити енергію та зменшити напругу;
- підтримка соціальних зв'язків: спілкування з друзями та родиною в реальному житті допомагає зменшити відчуття ізоляції та покращити емоційний стан.

Цифрова емоційна грамотність дозволяє краще розуміти та управляти своїми емоціями в онлайн-середовищі. Серед основних компонентів варто відзначити такі:

- розпізнавання емоцій: здатність ідентифікувати свої емоції та емоції інших людей під час онлайн-взаємодії;
- емпатія: розуміння почуттів інших, що допомагає формувати позитивні стосунки в цифровому середовищі;

- критичне мислення: оцінка інформації та контенту в Інтернеті, щоб уникнути маніпуляцій та дезінформації.

Цифровізація проникає в усі сфери життя, зокрема й освіту, роботу та повсякденне життя. Це має значний вплив на здоров'я та добробут людей. Сучасні технології можуть як покращити, так і погіршити якість життя, тому важливо розглядати їх вплив на ці аспекти.

#### *Вплив цифровізації на здоров'я.*

##### 1. Позитивні аспекти:

- доступ до медичних послуг: телемедицина дозволяє отримувати консультації лікарів без необхідності фізичного відвідування медичних закладів;
- моніторинг здоров'я: використання wearable devices (носимих пристроїв) для контролю фізичної активності, серцевого ритму та інших показників здоров'я;
- освітні ресурси: онлайн-платформи надають доступ до інформації про здоровий спосіб життя, харчування та фізичну активність.

##### 2. Негативні аспекти:

- проблеми з психічним здоров'ям: зростання тривожності та депресії через надмірне використання соціальних мереж та цифрових пристроїв;
- фізичні проблеми: збільшення випадків захворювань, пов'язаних з малорухливим способом життя, таких як ожиріння та захворювання опорно-рухового апарату.

#### *Вплив цифровізації на добробут*

##### 1. Позитивні аспекти:

- гнучкість роботи: можливість працювати віддалено, що дозволяє зекономити час на дорогу та зменшити стрес;
- економічні можливості: розширення доступу до онлайн-освіти та курсів, що підвищує кваліфікацію та конкурентоспроможність на ринку праці.

##### 2. Негативні аспекти:

- цифровий розрив: нерівний доступ до технологій може призвести до соціальної нерівності, де деякі групи населення залишаються поза межами цифрового прогресу;
- залежність від технологій: зростання залежності від гаджетів може призвести до зниження якості життя та соціальної ізоляції.

Такі елементи, як здоров'я, безпека та добробут учасників освітнього процесу стають критично важливими для створення безпечного та продуктивного навчального середовища.

- **Фізичне та психічне здоров'я:** Використання цифрових технологій у навчанні може позитивно впливати на психічне здоров'я учнів, надаючи доступ до ресурсів підтримки. Однак надмірне використання технологій може викликати стрес та тривожність.

- **Здоровий спосіб життя:** Цифрові платформи можуть пропонувати програми здорового способу життя, що передбачає фізичні вправи, дієту та психологічну підтримку.
- **Кібербезпека:** З розвитком цифрових технологій зростають ризики кіберзагроз. Освітні установи повинні впроваджувати політики захисту даних та навчати учнів основам кібербезпеки.
- **Фізична безпека:** Упровадження технологій, зокрема таких, як системи відеоспостереження та контролю доступу, може підвищити фізичну безпеку в навчальних закладах.
- **Соціальний добробут:** Цифрові інструменти можуть сприяти розвитку комунікації та співпраці між учнями, що позитивно впливає на їх соціальний добробут.
- **Економічний добробут:** Цифрові навички стають важливими для кар'єрних можливостей учнів. Освіта в цій сфері може підвищити їх конкурентоспроможність на ринку праці.
- **Інтерактивні платформи:** Використання інтерактивних онлайн-курсів та платформ для дистанційного навчання дозволяє забезпечити доступ до освіти для всіх незалежно від місця проживання.
- **Персоналізація навчання:** Цифрові технології дозволяють адаптувати навчальні програми під індивідуальні потреби учнів, що підвищує ефективність навчання.

Цифрова трансформація в освіті відкриває нові можливості для покращення здоров'я, безпеки та добробуту учасників освітнього процесу. Однак важливо забезпечити баланс між використанням технологій та їх потенційними ризиками. Створення безпечного освітнього середовища є ключовим завданням для освітніх установ у цифрову епоху.

Для успішної реалізації цих змін важливо забезпечити безпеку освітнього простору, що враховує фізичні та цифрові аспекти. Це дозволить створити ефективне, безпечне середовище для навчання, що сприятиме розвитку здорового та соціально активного суспільства.

#### Список використаних джерел:

1. Веремійчик І.І. Цифрова трансформація освіти: виклики та перспективи. *Освітній дискурс*. 2023. №2. С. 45–52.
2. Шевченко Л.М. Добробут учасників освітнього процесу в умовах цифровізації. *Психологія і педагогіка*. 2022. №4. С. 17–23.
3. Цифрова трансформація освіти: теоретико-методичні засади : *збірник мат. Міжнародної науково-практичної конференції, присвяч. 70-річчю проф. В. П. Сергієнка*. Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2024. 485 с.
4. Голодюк Л. С. Здоров'язбережувальна діяльність в інформаційному суспільстві в контексті інформаційного дискурсу та знаннєвої ревізії. *National Health as Determinant of Sustainable Development of Society*. Editors: Nadiya DUBROVINA & Stanislav FILIP. Monograph. School of Economics and Management in Public Administration in Bratislava, 2021, P. 321–328.

5. Безпечне освітнє середовище: *нові виклики та сучасні рішення в умовах воєнного і повоєнного часу*: збірник наукових статей, тез доповідей та інших матеріалів II Всеукраїнської науково-практичної конференції, 01 березня 2024 р. / Редколегія: О. М. Петровський, В. С. Мисик, І. М. Вітенко, О. І. Когут, Ю. Ч. Шайнюк, Т. В. Магера, Ф. І. Полянський, Н. Б. Стрийвус, Г. І. Герасимчук. Тернопіль : ФОП Осадца Ю. В., 2024. 463 с.

6. Головка Дар'я. Цифрова трансформація в освіті: виклики та можливості підготовки кваліфікованих кадрів. *Актуальні питання сучасної науки*. 2023. 11 (17).

7. Забезпечення психологічної безпеки учасників освітнього процесу: *методичні рекомендації* / уклад.: В. М. Духневич, З. Ф. Сіверс; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький: Імекс-ЛТД. 2022. 58 с.

8. Національна стратегія цифрової трансформації України. 2023. *Міністерство цифрової трансформації України*. 60 с.

9. Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ). URL: [www.who.int](http://www.who.int).

10. Портал «Освіта.ua». URL: [www.osvita.ua](http://www.osvita.ua).

## **БАЗОВЕ ПРЕДМЕТНЕ НАВЧАННЯ В 8 КЛАСАХ НУШ: ОРІЄНТИРИ ТА АКЦЕНТИ ДЛЯ ВЧИТЕЛІВ ПРЕДМЕТІВ ГРОМАДЯНСЬКОЇ ТА ІСТОРИЧНОЇ ОСВІТНЬОЇ ГАЛУЗІ**

***Наталія ЧЕРТКОВА,***

*завідувач науково-методичної лабораторії суспільно-гуманітарних та естетичних дисциплін комунального закладу «Кіровоградський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти імені Василя Сухомлинського»*

У сучасному світі, що стрімко змінюється, формування компетентного громадянина, здатного критично мислити, аналізувати інформацію та активно брати участь у житті суспільства, є одним із ключових завдань освіти. У контексті реалізації завдань Нової української школи (НУШ) особливого значення набуває викладання предметів **громадянської та історичної освітньої галузі**, особливо в 8 класах, що є перехідним етапом до старшої школи. Саме в цей період закладаються основи світогляду, формується громадянська ідентичність та розуміння важливості власної ролі в суспільстві.

Міністерство освіти і науки України затвердило нову редакцію Типової освітньої програми для 5–9 класів закладів загальної середньої освіти (наказ МОН України від 09.08.2024 №1120-24). Типовим навчальним планом зазначеної Типової освітньої програми у 6–8 класах години навчального навантаження визначені відповідно до показника мінімальної кількості годин. Одночасно МОНУ рекомендує закладам освіти години навчального навантаження для перерозподілу між освітніми компонентами використовувати для збільшення кількості годин на вивчення **громадянської та історичної освітньої галузі**:

у 5 класі – до 2 год. на тиждень, у 6-8 класах – до 3 год. на тиждень.

Для реалізації громадянської та історичної освітньої галузі в 8 класах може бути обрано такі варіанти поєднання освітніх компонентів: