МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ОСВІТА І ЗДОРОВ'Я ПІДРОСТАЮЧОГО ПОКОЛІННЯ

ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, СПОРТУ І ЗДОРОВ'Я

ЧАСТИНА 2



Український державний університет
імені Михайла Драгоманова

2025 р.

УДК 37+613]-053.2/.6:005.745
0-72

Матеріали VII Міжнародного симпозіуму «Освіта і здоров'я підростаючого покоління»: Зб. наук. Праць, Ч.2 / За ред. Білик В.Г. Вип. 7. К.: Алатон, 2025. 163 с.

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ

Білик Валентина Григорівна – завідувачка кафедри здоров'язбережувальної освіти та фізичної рекреації Українського державного університету імені Михайла Драгоманова доктор педагогічних наук, професор.

Омельчук Олена Володимирівна – заступник декана з наукової роботи та міжнародних відносин, факультету фізичного виховання, спорту і здоров'я Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, кандидат педагогічних наук, доцент.

Тимошенко Олексій Валерійович – декан факультету фізичного виховання, спорту і здоров'я Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, доктор педагогічних наук, професор.

ISBN 978-617-7834-43-3

© Редакційна колегія, 2025
© Автори статей, 2025
© Видавництво «Алатон», 2025

Проблема збереження здоров'я людини є глобальним викликом сучасного світу, що зумовлено соціально-економічними та екологічними чинниками, недоліками системи освіти та неефективною політикою охорони здоров'я. Особливо гостро ця проблема проявляється серед дітей та молоді, оскільки статистика населення про значне зростання рівня захворюваності, розширення хронічних захворювань і зменшення кількості здорових дітей шкільного віку.

Одним із основних негативних факторів впливу на здоров'я молоді є освітнє середовище, що вимагає впровадження здоров'язбережувальних методів у навчальний процес.

Формування здоров'язбережувальної компетентності дітей є поетапним процесом, що включає мотиваційно-ціннісний розвиток, набуття знань, умінь і навичок, а також їх практичне застосування. Успішна реалізація цього підходу сприятиме підвищенню рівня культури здоров'я серед молоді та забезпечення гармонійного фізичного розвитку. Таким чином, комплексне впровадження здоров'язбережувальних технологій в освіту є стратегічним місцем завдання для збереження та зміцнення здоров'я майбутніх поколінь.

Список використаних джерел:

1.Теоретичні та методичні основи формування здоров'язберігальної компетенції студентів закладів вищої освіти. (2018). *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*, *4(44)*, 21-28. https://doi.org/10.29038/2220-7481-2018-04-21-28

2.Ляска, О. П., & Чинчик, І. О. (2023). Використання здоров'язбережувальних технологій у практиці освітньої діяльності закладу вищої освіти. *Педагогічні науки: теорія та практика*, (4), 120-126. https://doi.org/10.26661/2786-5622-2022-4-17

3.Здоров'язбережувальні технології в освітньому середовищі: колективна монографія [за заг. ред. Л.М. Рибалко]. Тернопіль : Осадца В.М., 2019. 400 с. ISBN: 978-617-7793-05-1

4.Гозак С. В. Вплив чинників навчального процесу на показники здоров'я школярів. Довкілля та здоров'я. 2012. № 3. С. 17-20.

5.Подригало Л.В.,Даниленко Г.Н.Донозологические состояния у детей, подростков и молодежи: диагностика, прогноз и гигиеническая коррекция: монография. Киев: Генеза, 2014. 199 с.

ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ УЯВЛЕНЬ ПРО ФІЗИЧНЕ ЗДОРОВ'Я СТАРШОКЛАСНИКІВ

Литвинський Олександр Петрович
студент 2 курсу магістратури спеціальності 017 «Фізична культура і спорт»
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова
Челнокова Марія Сергіївна
старший викладач кафедри здоров'язбережувальної освіти та фізичної рекреації
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова
Василенко Катерина Сергіївна
доктор філософії Phd, старший викладач кафедри здоров'язбережувальної освіти та фізичної рекреації Українського державного університету імені Михайла Драгоманова

Формування уявлень про фізичне здоров'я старшокласників є важливим завданням сучасної освіти. Успішність цього процесу значною мірою залежить від створення відповідних педагогічних умов, які сприяють усвідомленню школярами значення здорового способу життя та розвитку мотивації до його дотримання.

На сьогодні активно ведуться наукові дослідження, спрямовані на пошук ефективних засобів формування здорового способу життя та уявлень про фізичне здоров'я серед представників різних вікових груп. Зокрема, вчені пропонують застосування рухливих і спортивних ігор (А. Дейнеко, Г. Нопс (H. Knoops), С. Тітаренко, Н. Хлус, Д. Цись та ін.); оздоровчої фізичної культури (Г. Безверхня, Л. Загородня, Ф. Зуріта-Ортега (Félix Zurita-Ortega), В. Данилко, В. Корягін, Т. Круцевич, Н. Пангелова та ін.); оздоровчих технологій (Л.

Гаращенко, Т. Ільченко, А. Кошель, О. Максимова, Н. Москаленко, О. Низковська, С. Омельченко, Н. Пахальчук, А. Старченко, О. Томенко, Р. Фернандес-Гарсія (Rubén Fernández-García), А. Цьось та ін.) тощо.

На нашу думку, однією з ключових педагогічних умов формування уявлень про фізичне здоров'я старшокласників є інтеграція цих знань в освітній процес. Це передбачає поєднання теоретичних аспектів зі здоров'язбережувальними технологіями та практичними заняттями, що допомагатимуть учням застосовувати отримані знання у повсякденному житті [3; 4]. Важливою є міжпредметна взаємодія, зокрема інтеграція основ здоров'я, біології, фізичної культури та інших дисциплін.

Не менш важливим є створення сприятливого освітнього середовища, що включає як матеріально-технічне забезпечення (спортивні майданчики, обладнання, методичні матеріали), так і психологічну підтримку учнів [1]. Проблематика освітнього середовища, спрямованого на формування уявлень учнів про здоров'я та його окремі складові, досліджувалися у працях В. Жмурко, О. Єжової, О. Письменного, Н. Слинько, А. Хуторського та інших учених. Поняття «освітнє середовище» розглядається як складне явище, проте єдиного підходу до визначення його структури, функцій, методів проєктування та експертизи наразі не існує. У наукових дослідженнях наголошується, що освітнє середовище впливає на процеси навчання, виховання та розвитку не лише через цілеспрямовану педагогічну діяльність, а й через індивідуально-психологічні особливості учнів. Важливу роль у цьому контексті відіграють соціокультурні умови, предметно-просторове оточення, характер міжособистісної взаємодії та інші чинники середовища.

Згідно зі структурно-змістовим підходом до визначення здоров'язбережувального середовища, запропонованим Ю. Бойко, воно розглядається як трикомпонентна система. «Предметне середовище охоплює господарську інфраструктуру, матеріальне забезпечення навчальної та оздоровчої діяльності, а також організацію харчування, проживання та відпочинку студентів. Комунікативне середовище включає міжособистісні взаємини між учасниками освітнього процесу, індивідуальні та типологічні характеристики викладачів і студентів, рівень підготовки всіх фахівців, залучених до навчального процесу, а також особливості взаємодії між викладачами і студентами в контексті їхнього ставлення до здорового способу життя. Навчально-виховне та оздоровче середовище визначається формами і принципами освітньої та оздоровчої діяльності» [2, с. 126].

Крім того, оскільки вчителі відіграють центральну роль у формуванні уявлень про фізичне здоров'я, тому підвищення їхньої кваліфікації та впровадження сучасних методик навчання є необхідною умовою ефективної роботи.

Формування уявлень старшокласників про фізичне здоров'я значною мірою залежить також від використання активних методів навчання. Впровадження інтерактивних технологій, проєктної діяльності, кейс-методів та дискусій сприятиме глибшому розумінню важливості фізичного здоров'я та розвитку відповідальних поведінкових проявів.

Тобто педагогічні умови формування уявлень про фізичне здоров'я старшокласників включають інтеграцію знань, створення сприятливого освітнього середовища, мотивацію та застосування активних методів навчання. Реалізація цих умов дозволить підготувати учнів до свідомого ставлення до власного фізичного здоров'я, що є основою їхнього гармонійного розвитку та успішної соціалізації та подальшого формування здоров'язбережувальної та здоров'яформувальної компетентності.

Список використаних джерел:

1. Білик В. Г., Омельчук О. В., Челнокова М. С. Використання методів саморегуляції стресових станів як засобу підвищення психоемоційної стійкості учнів старших класів в процесі фізичного виховання. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова*. 2024. Серія 15. Вип. 5(178). С. 17-21. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.5(178).03

2. Бойко Ю. С. Формування аксіологічних установок до здорового способу життя у студентів ВНЗ: дис. … канд. пед. наук: 13.00.07 – «Теорія і методика виховання». Умань, 2015. 268 с.

3. Табачний О. М., Шеремет І. В., Челнокова М. С. Формування уявлень про здоровий спосіб життя учнів початкової школи на уроках "Основ здоров'я". *Освіта і здоров'я підростаючого покоління*: матеріали VI Міжнародного симпозіуму: збірник наукових праць / ред. кол.: В. П. Андрущенко, О. В. Тимошенко, В. Г. Білик; УДУ імені Михайла Драгоманова, Факультет фізичного виховання, спорту і здоров'я. К.: Алатон, 2024. С. 184-186.

4. Шеремет І. В., Василенко К. С. Розвиток мотиваційної спрямованості до здорового способу життя як складова адаптивного навчання студентів педагогічних спеціальностей. *Освітньо-науковий простір*: науковий журнал / Міністерство освіти і науки України, Український державний університет імені Михайла Драгоманова; гол. ред. Матвієнко О. В. К.: Видавництво Ліра-К, 2024. Вип. 7 (2-2024). Том 2. С.126-136.

ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ДІТЕЙ З АУТИЗМОМ: АДАПТИВНІ МЕТОДИ ТА ПІДХОДИ

Литвинський Павло Петрович
студент 2 курсу магістратури спеціальності 017 «Фізична культура і спорт»
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова
Василенко Катерина Сергіївна
доктор філософії Phd, старший викладач кафедри здоров'язбережувальної освіти та фізичної рекреації Українського державного університету імені Михайла Драгоманова
Челнокова Марія Сергіївна
старший викладач кафедри здоров'язбережувальної освіти та фізичної рекреації
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова

Проблема аутизму протягом багатьох століть була предметом наукових, медичних, психологічних і педагогічних досліджень. Переважна частина досліджень належить зарубіжним ученим (H. Asperger, L. Bender, M. Bristol, S. Harris, E. Блейлер). Останнє десятиріччя характеризується зростанням інтересу до цієї проблематики в Україні як з боку науковців, так і практиків (Л. Дробот, А. Душка, Т. Ілляшенко, А. Кукуруза, С. Конопляста, К. Островська, М. Рождественська, Х. Сайко, Г. Супрун, М. Химко, Д. Шульженко). Дослідники погоджуються з тим, що корекційна робота з дітьми, які мають розлади аутистичного спектра, потребує від фахівців, батьків і родичів упровадження новітніх прогресивних підходів, спрямованих на комплексне подолання труднощів, пов'язаних з аутизмом.

Фізична реабілітація дітей з аутизмом є важливим напрямом корекційної роботи, що сприяє покращенню їхньої моторики, координації, соціальної адаптації та емоційного стану. Ефективність реабілітаційних програм залежить від індивідуального підходу, врахування особливостей сенсорного сприйняття та рівня розвитку дитини.

Одним із ключових аспектів є використання адаптивних методів, спрямованих на стимуляцію рухової активності через ігрові, сенсорні та інтеграційні техніки. До таких методів належать вправи на рівновагу, координацію, розвиток м'язової сили, а також заняття в природному середовищі, що сприяють зниженню рівня стресу. Водна терапія, кінезіотерапія, методи сенсорної інтеграції та використання технологій біологічного зворотного зв'язку довели свою ефективність у покращенні рухових функцій та психоемоційного стану дітей з аутизмом.

Іпотерапія є одним із ефективних методів фізичної реабілітації дітей з аутизмом, оскільки «забезпечує комплексний вплив на їхній фізичний та психоемоційний розвиток. Їзда на коні сприяє розвитку рівноваги, координації, м'язової сили, а також покращує реакції, пов'язані з положенням тіла» [2, с. 126]. Завдяки ритмічним рухам коня відбувається стимуляція сенсорних систем, що допомагає дітям краще орієнтуватися у просторі, розвивати зорово-моторну координацію та білатеральну інтеграцію.

Окрім фізичних переваг, іпотерапія має значний вплив на соціалізацію, формування самооцінки та впевненості в собі. Взаємодія з твариною розвиває емоційний інтелект,