

**Міністерство науки і освіти України  
ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти»  
Чернігівський національний технологічний університет  
Харківський національний педагогічний  
університет імені Г. С. Сковороди**

# **ПЕДАГОГІКА ЗДОРОВ'Я**

**Збірник наукових праць  
IX Всеукраїнської науково-практичної конференції  
27-28 вересня 2019 року**

Чернігів-2019

**Голова оргкомітету – Шкарлет Сергій Миколайович**, доктор економічних наук, професор, заслужений діяч науки і техніки України, ректор Чернігівського національного технологічного університету

**Співголова оргкомітету – Прокопенко Іван Федорович**, доктор педагогічних наук, професор, академік НАПН України, ректор Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди

**Заступник голови оргкомітету – Маргасова Вікторія Геннадіївна**, доктор економічних наук, професор, заслужений економіст України, проректор з наукової роботи Чернігівського національного технологічного університету

**Заступник голови оргкомітету – Бойчук Юрій Дмитрович**, доктор педагогічних наук, професор, проректор з наукової роботи Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди

**Відповідальний секретар, координатор конференції – Зайцев Володимир Олексійович**, кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри фізичної реабілітації Чернігівського національного технологічного університету

**Члени оргкомітету:**

**Бережна Таміла Іванівна**, кандидат педагогічних наук, старший науковий співробітник Державної наукової установи «Інститут модернізації змісту освіти»;

**Бондар Віталій Іванович**, доктор педагогічних наук, професор, академік НАПН України, заслужений працівник народної освіти України, професор кафедри спеціальної педагогіки Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди;

**Гончаренко Марія Степанівна**, доктор біологічних наук, професор, професор кафедри валеології Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна, голова Всеукраїнської громадської організації «Асоціація валеологів України»;

**Завалевський Юрій Іванович**, доктор педагогічних наук, професор, в.о. директора Державної наукової установи «Інститут модернізації змісту освіти» МОН України;

**Остапенко Людмила Анатоліївна**, кандидат юридичних наук, доцент, директор Навчально-наукового інституту права і соціальних технологій Чернігівського національного технологічного університету;

**Левицька Надія Сергіївна**, кандидат психологічних наук, доцент, декан факультету соціальних технологій, оздоровлення та реабілітації Чернігівського національного технологічного університету

*Затверджено до друку рішенням Вченої ради  
Чернігівського національного технологічного університету,  
протокол № 8 від 02.10.2019 року*

П 24      **Педагогіка здоров'я**: збірник наукових праць IX Всеукраїнської науково-практичної конференції «Педагогіка здоров'я» (м. Чернігів, 27-28 вересня 2019 р.). – Чернігів, 2019. – 392 с.

Збірник містить наукові праці, які присвячені висвітленню результатів психолого-педагогічних досліджень щодо збереження та формування здоров'я дітей, учнівської та студентської молоді. Розглянуті теоретико-методологічні основи педагогіки здоров'я; сучасні підходи до створення здоров'язбережувального освітнього середовища; роль фізичного виховання у збереженні здоров'я; психолого-педагогічні основи профілактики шкідливих звичок та соціально-небезпечних захворювань; здоров'язбережувальні освітні технології; актуальні проблеми корекційної педагогіки та сучасних інклюзивних процесів у загальноосвітніх навчальних закладах.

<b>Шукатка О.В.</b> Формування індивідуальних стратегій здоров'язбереження майбутніх бакалаврів природничих спеціальностей в університетах	232
<b>Щербак Н.І., Мулявіна Є.В.</b> Визначення стану опорно-рухового апарату учнів загальноосвітньої школи	234
<b>Щербак І.М., Кічка Д.В.</b> Шляхи формування репродуктивного здоров'я молоді	236
<b>Щербак І.М., Сєкіна Н.Д., Смілянська О.О.</b> Організаційно-педагогічні здоров'язбережувальні технології на уроках китайської мови	239
<b>Щербак І.М., Шевченко А.С., Грезєва Г.Ю.</b> Стрес та його вплив на організм людини	243
<b>Saturska H., Panchyshyn N., Petrashyk Y., Terenda N., Romanjuk L., Lytvynova O., Romanjuk N., Smirnova V., Slobodian N., Lishtaba L.</b> Sustainable development principles and their implementation into the education process of public health masters	246
<b>Shcherbak I.M., Perlova S.D., Kopylova D.A., Koval K.O.</b> Influence of the healthy way of life on efficiency in studies	247

## РОЗДІЛ II. АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ КОРЕКЦІЙНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ІНКЛЮЗИВНОЇ ОСВІТИ

<b>Балим О.А., Телих О.А., Балим В.Г.</b> Корекційно-реабілітаційна робота по забезпеченню соціалізації та зміцненню здоров'я дитини з порушенням інтелекту	250
<b>Батраченко Д.В.</b> Особливості розвитку сюжетно-рольової гри у дітей із ЗНМ	254
<b>Бережна В.С.</b> Вплив ігрової діяльності дітей із ТПМНА міжособистісну взаємодію як основний чинник розвитку дитини дошкільного віку	257
<b>Бондар В.І., Золотоверх В.В.</b> Освітня інтеграція дітей з особливостями інтелектуального розвитку: пошуки і перспективи	259
<b>Бондаренко А.О.</b> Особливості навчання дітей дошкільного віку розповіді за серією сюжетних картинок	263
<b>Бондаренко Ю.А.</b> Корекційний вплив музичної діяльності на розвиток особистості дошкільника зі зниженим зором	266
<b>Бровченко А.К., Шаповалова В.О., Шаповалов В.В.</b> Підґрунтя та проблеми медико-психологічного та юридичного супроводу в інклюзивній освіті	268
<b>Білик К.В.</b> Сучасні аспекти особливостей розвитку та сюжетно-рольової гри у дітей із загальним недорозвиненням мовлення	273
<b>Голуб Н.М., Перлова В.В.</b> Підготовка майбутніх педагогів до роботи з дітьми з особливими освітніми потребами	275
<b>Зверєва С.М.</b> Фонематичні процеси як основа формування звуковимови	278
<b>Іонова О.М., Партола В.В.</b> Інклюзивна освіта молодших школярів: антропософсько-орієнтований підхід	281
<b>Казачінер О.С.</b> Розвиток інклюзивної компетентності вчителів мов і літератури у системі післядипломної освіти	285
<b>Калашникова О.О.</b> Формування фонематичних процесів у дітей дошкільного віку	288
<b>Коваленко В.Є.</b> Взаємодія шкільного та позашкільного освітнього середовища в інклюзивному навчанні дітей з інтелектуальними порушеннями	290
<b>Лавренко Ю.К.</b> Особливості діалогічного мовлення дітей дошкільного віку	293
<b>Петрищева К.В., Шах М.О.</b> Логоказка як метод розвитку артикуляційної моторики у дошкільників із загальним недорозвитком мовлення	295
<b>Прокопенко І.Ф., Рябченко О.Л., Бойчук Ю.Д., Мірошніченко О.М.</b> Професор Іван Панасович Соколянський: харківський період життя і діяльності	298

З метою покращення стану репродуктивного здоров'я населення України та на виконання Європейської регіональної стратегії ВООЗ з сексуального та репродуктивного здоров'я в Україні була затверджена Постановою Кабінету Міністрів України від 27 грудня 2006 р. № 1849 Державна цільова програма «Репродуктивне здоров'я нації», що передбачала створення організованої системи надання спеціалізованої допомоги при порушеннях репродуктивного здоров'я, заходи якої були спрямовані на: 1) удосконалення нормативно-правової бази з питань охорони репродуктивного здоров'я сім'ї; 2) розроблення та реалізацію міжгалузевих стратегій, спрямованих на пропагування, формування і заохочення до здорового способу життя, відповідального батьківства та безпечного материнства; 3) інформування населення з питань відповідального ставлення до охорони особистого здоров'я; 4) проведення просвітницьких заходів з питань охорони здоров'я, пропагування здорового способу життя; 5) планування сім'ї, зміцнення репродуктивного здоров'я населення, охорони материнства, а також профілактику онкологічних захворювань; 6) забезпечення посилення профілактичної спрямованості медичних послуг щодо збереження репродуктивного здоров'я для кожної цільової групи; 7) забезпечення надання високоякісної медичної допомоги у сфері репродуктивного здоров'я та планування сім'ї відповідно до протоколів її надання; 8) забезпечення рівних для чоловіків та жінок умов надання послуг щодо збереження репродуктивного здоров'я; 9) розширення доступу до медичних послуг підлітків, а також сільського населення; 10) розроблення та впровадження новітніх технологій у сфері репродуктивного здоров'я на основі висновків науково-доказової медицини; 11) поліпшення матеріально-технічного забезпечення закладів охорони репродуктивного здоров'я; 12) удосконалення та оптимізацію системи планування сім'ї тощо.

Отже, незважаючи на практичні заходи, спрямовані на виконання програми, попри широку просвітницьку роботу, проблеми збереження репродуктивного здоров'я і сьогодні вимагають особливої уваги.

**Щербак І.М., Сєкіна Н.Д., Смілянська О.О.**  
Харківський національний педагогічний  
університет імені Г.С. Сковороди

### **ОРГАНІЗАЦІЙНО-ПЕДАГОГІЧНІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ НА УРОКАХ КИТАЙСЬКОЇ МОВИ**

Здоров'язбережувальні технології – це сукупність прийомів, способів і методів організації навчально-виховного процесу без шкоди для здоров'я школярів і педагогів. Застосування здоров'язбережувальних технологій на уроках китайської мови має першорядне значення. Адже китайська мова – це серйозний і складний предмет. З перших уроків діти вивчають нову для

себе мову, яка сильно відрізняється від їх рідної та навіть англійської. При цьому вони повинні засвоїти масу нового лінгвістичного матеріалу (лексичні одиниці, граматичні форми, вимовні навички). На уроках учням доводиться багато запам'ятовувати, говорити, писати, читати, слухати й аналізувати інформацію, тому для більш ефективного досягнення практичних, освітніх і розвивальних цілей, підтримки мотивації учнів учитель повинен приділяти особливу увагу здоров'язбережувальним технологіям.

Учитель повинен прагнути викликати позитивне ставлення до предмета, підвищувати інтерес і мотивацію школярів. Важливо, щоб у дітей не виникало відчуття страху, боязні перед новим предметом та зберігалось здоров'я дитини. На уроках китайської мови учитель повинен використовувати методи позитивної психологічної підтримки учня, враховувати індивідуальні особливості та здійснювати диференційований підхід до дітей різного віку. Величезне значення для збереження здоров'я учнів має організація уроку. Щоб уникнути втоми і перевантаження дітей, вчитель повинен будувати урок відповідно до динаміки уваги учнів, враховуючи час для кожного завдання, чергуючи види робіт. У процесі вивчення китайської мови велике значення має гра. Ігри можуть бути: лексичні, граматичні, фонетичні, творчі. Ігрові моменти дозволяють комплексно реалізовувати методичні та педагогічні завдання. За допомогою гри добре відпрацьовується вимова, активізується лексичний і граматичний матеріал, розвиваються навички аудіювання, читання, усного мовлення, письма. Почуття рівності, відчуття посильності завдань, прояв самостійності, кмітливості дають учням можливість подолати сором'язливість, скутість, зняти мовний бар'єр, втому. Разом з цим учитель створює сприятливу обстановку для збереження здоров'я школярів.

На уроках потрібно проводити такі ігри, які дають можливість дітям не лише відпочити, а також спрямовані на розвиток уваги, тренування лексичного і граматичного матеріалу. Існує багато ігор: ігри-пантоміми, наприклад: «Моє хобі» (зобразити своє улюблене заняття); «Мої тварини» (зображення тварин жестами, голосом, рухами); «Мій день» (зображення дій, які виконуються протягом дня); «У магазині» (потрібно мімікою і жестами пояснити продавцеві в магазині Пекіна, що хочеш купити, тому що недостатньо володієш китайською мовою); ігри з картками (наприклад, у кожного учня команди є картка із зображенням ієрогліфа і членам команди треба побудуватися так, щоб вийшло слово, або зобразити ієрогліф в повітрі); гра в м'яч має кілька інтерпретацій: учитель називає слово китайською мовою та кидає м'яч учневі. Той хто впіймає м'яч, має перекладати; учень (або двоє) виходить до дошки та, відбиваючи м'яч від підлоги називає 5 частин тіла, країн, видів спорту, продуктів харчування тощо(我要去中国,日本,美国,英国,德国- Я збираюся в Китай, Японію, Америку, Англію, Німеччину).

На уроках китайської мови слід використовувати пісню, яка є дуже хорошим видом психологічного розвантаження і може застосовуватися на всіх рівнях навчання. Пісня сприяє кращому засвоєнню мовного матеріалу, дозволяє збільшити обсяг і міцність нового матеріалу, знижує стомлюваність і доставляє учням велике задоволення, несе величезний емоційний заряд і піднімає настрій. Вона активізує функції голосового та дихального апаратів, розвиває музичний слух і пам'ять, підвищує інтерес до предмету. Дуже корисно використовувати пісні з рухами і танцями. Численні повтори, характерні для пісенного жанру, сприяють легкому і мимовільному запам'ятовуванню лексико-граматичних конструкцій. На сайті [chinese.littlefox.com](http://chinese.littlefox.com) представлений широкий вибір флеш-пісень різної тематики. Вони яскраві та запальні:

玩儿，玩儿，一起玩儿！  
我们玩儿游戏。  
玩儿，玩儿，玩儿，玩儿。  
唱，唱，一起唱！  
我们唱歌儿。  
唱，唱，唱，唱。

Грати, грати, давай грати разом!  
Давайте зіграємо в гру.  
Грати, грати, грати, грати.  
Заспіваймо, заспіваємо, давай заспіваємо разом!  
Давайте заспіваємо пісню.  
Заспіваймо, заспіваємо, заспіваємо, заспіваємо.

Особливо це важливо для вивчення тонування китайської вимови. Тони – унікальний і незвичайний для іноземців аспект китайської мови. Вони не тільки виконують змістовну роль, тобто один і той же склад, сказаний іншим тоном, набуває нового значення. Тони надають китайській мові справжню мелодійність і ні з чим незрівняний колорит. Незважаючи на прості вирази, які використовують китайці в розмовній мові, 5 тонів китайської мови (включаючи нейтральний) можуть здатися складними для вивчення для західної людини.

Треба обов'язково прив'язувати мелодію тона до певного значення слова. Це вимагає довгої практики й усвідомлення. На середній та старшій ступенях навчання можна використовувати лічилки і скоромовки – фонетичні, лексичні та граматичні, які сприяють засвоєнню фонетичних та граматичних правил. Разом з тим, кількість учнів з поганим зором неухильно зростає, тому є спеціальні комплекси вправ, які допомагають зміцнити очні м'язи, уповільнити розвиток патологічних процесів. Можна досягти максимальної результативності на уроці, якщо з'єднати ці два види діяльності, наприклад: рух очима вгору, вниз, вправо, вліво можна робити під відому китайську скоромовку:

四十是四十  
四十不是十四  
十四不是四十  
十四是十四

[sìshíshì sì shí  
sì shíbùshíshì  
shí sì bùshì sì shí  
shí sì shíshí sì]

Сорок є сорок,  
сорок – не чотирнадцять,  
чотирнадцять – не сорок,  
чотирнадцять є чотирнадцять

рух очима по колу, за і проти годинникової стрілки, при цьому вимовляємо  
скоромовку: 妈妈骑马马慢妈妈骂马。[māmāqí mǎ mǎ màn māmā mà mǎ];  
рух очима по кутах трикутника, промовляючи дитячу ритмічну лічилку:

一 二 三 四 五 六 七 我的朋友在哪里

在这里 在这里 我的朋友在这里

[yī èr sān sì wǔ liù qī wǒ depéngyǒuzàinǎlǐ  
zàizhèlǐzàizhèlǐ wǒ depéngyǒuzàizhèlǐ]

Один два три чотири п'ять шість сім, де мій друг?

Тут, тут, мій друг тут;

моргаємо повіками, подібно до того, як махає крилами птах, промовляємо :

红凤凰, 黄凤凰, 粉红凤凰, 粉凤凰飞。

[hóngfènghuáng huángfèng huángfěnhóngfèng huángfěnfèng huángfēi]

Червоний фенікс, жовтий фенікс, рожевий фенікс, рожевий фенікс  
летить.

У будь-який вид діяльності на уроці можна внести елементи гри, і тоді навіть найнудніше заняття стане захоплюючим. Використання на уроці фізкультхвилинок як одного з успішних видів зміни діяльності в навчальному процесі дозволяє легше й успішніше оволодіти необхідними знаннями, подолати труднощі, дозволяє досягти мети і вирішити завдання навчання китайської мови.

У середній школі дітям подобаються рольові ігри. Вони дають можливість відтворення різних відносин, в які вступають люди в реальному житті (наприклад, інтерв'ю з відомими людьми, рольові ігри «Покупка продуктів», «Екскурсія по місту»).

Учні старших класів займаються проектами, захищають їх, вчаться відстоювати свою точку зору. Спільне виконання проектних завдань призводить до створення сприятливої обстановки. В останні роки проектною діяльністю почали із задоволенням займатися й учні середніх класів. Теми міні-проектів пов'язані з темами, що вивчаються на уроках

(«Моя сім'я», «Моя улюблена їжа», «Моя квартира», «Моя школа», «Моє улюблене свято», «Моя улюблена домашня тварина», «Мої канікули», «Моя країна і столиця», «Подорож» і т.д.). Цей вид діяльності робить дітей більш впевненими і розкутими.

Отже, використання здоров'язбережувальних технологій на уроках китайської мови в сукупності з охоронними педагогічними режимами навчання відіграє велику роль в житті кожного школяра, дозволяє легше і успішніше оволодіти необхідними знаннями на уроці, подолати труднощі, дозволяє досягти мети, вирішити завдання навчання.

**Щербак І. М., Шевченко А. С., Грєсєва Г. Ю.**  
Харківський національний педагогічний  
університет імені Г.С. Сковороди

## **СТРЕС ТА ЙОГО ВПЛИВ НА ОРГАНІЗМ ЛЮДИНИ**

Переважає більшість людей в сучасному суспільстві знаходиться під впливом стресу, бо у часи науково-технічної революції, в які ми живемо, посилюється психічна діяльність людей. Це пов'язано з необхідністю засвоєння і переробки великого обсягу інформації. Тому й виникає проблема емоційного стресу, тобто напруження і перенапруження фізіологічних систем організму під впливом емоційних чинників.

Стрес присутній у житті кожної людини, так як наявність стресових імпульсів в усіх сферах людського життя та діяльності безперечна.

Саме слово «стрес» у перекладі з англійської означає «напруга». Вона може бути викликана зовнішніми (наприклад, холод, перегрівання) чи внутрішніми (конфлікти, страх за життя) чинниками, величина яких переходить певну межу.

Стрес (пер. з англ. *stress* – напруга) – система реакцій організму у відповідь на будь-яку висунуту до нього вимогу. Стрес – це відповідь на загрозу, реальну чи уявну. Виникнення і переживання стресу залежить не стільки від об'єктивних, скільки від суб'єктивних чинників, від особливостей самої людини: оцінки нею ситуації, зіставлення своїх сил і особливостей з тим, що вимагається, та ін. Будь-яка несподіванка, що порушує звичний перебіг життя, може стати причиною стресу або стресором. При цьому не мають значення ні зміст самої ситуації, ні ступінь її об'єктивної загрози. Важливим є саме суб'єктивне ставлення до неї.

Неможливість повністю вигнати стрес з нашого життя. Тим не менш, застосування деяких технік зменшення стресу може усунути його окремі негативні наслідки. Управління стресом увазі здорове харчування, регулярні заняття фітнесом і релаксацію в спокійній розслаблюючій атмосфері.

Існує декілька видів стресу. Це фізіологічний та психологічний. Фізіологічний стрес пов'язаний з об'єктивними змінами умов життєдіяльності людини. Стресорами при цьому можуть бути: мікроклімат,