

**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>Смага О.А., Таршина С.А.</b> Актуальні проблеми корекційної педагогіки	308
<b>Сокол О.О.</b> Психолого-педагогічний та реабілітаційний супровід сучасних інклюзивних процесів у закладах дошкільної, загальної середньої та вищої освіти	311
<b>Сучкова К.А., Туренко Н.М.</b> Стан дрібної моторики у дітей з дизартрією	314
<b>Туренко Н.М., Литвиненко А.В.</b> Розвиток дрібної моторики пальців рук як необхідна умова психічного розвитку дитини	316
<b>Туренко Н.М., Шах М.О.</b> Кінезіотейпування у логопедичній практиці	319
<b>Шмалей С.В.</b> Проблема діагностики причин порушення слуху у дітей	321
<b>Шпачинський Д.В.</b> Особливості підготовки вчителів початкових класів до роботи з дітьми з особливими освітніми потребами в умовах інклюзивного навчання	324
<b>Щербина Т.В.</b> Збереження психічного здоров'я учня на уроці шляхом підвищення пізнавальної активності	327

### РОЗДІЛ III. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ, ЕРГОТЕРАПІЯ, ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ТА РЕКРЕАЦІЯ У ЗБЕРЕЖЕННІ, ВІДНОВЛЕННІ Й РОЗВИТКУ ЗДОРОВ'Я

<b>Арабаджи Т.Д., Арабаджи А.Ю.</b> Фізична реабілітація та рекреація при травмах колінного суглоба у спортсменів-баскетболістів	331
<b>Баканова О.Ф.</b> Можливості використання фізкультурно-оздоровчих ресурсів у формуванні здорового способу життя студентської молоді	333
<b>Бершова А.А.</b> Особенности арт-терапии как метода снятия стресса	336
<b>Борисенко В.В., Козерук Ю.В., Козерук К.В.</b> Морфофункціональні зміни в організмі й закономірності розвитку рухових якостей в студентському віці	339
<b>Брюхович В.І.</b> Петлі <i>TRX</i> – сучасний вид фітнесу в роботі зі студентами	341
<b>Буц А.М.</b> Формування фізичної культури студентів на заняттях з фізичного виховання як складової загальної культури особистості	343
<b>Зубченко Л.В., Голик В.А.</b> Формування здорового способу життя школярів засобами <i>FITNESS BOOT CAMP</i>	346
<b>Іванова М., Науменко А., Черкун В.</b> Регулярні вправи з рівномірним навантаженням як профілактика захворювання шийного остеохондроза	350
<b>Козуб С.В.</b> Сучасні напрямки оздоровчої аеробіки – як ефективний засіб зміцнення здоров'я	355
<b>Коробейніков Г.В., Адирхаєв С.Г., Дудник О.К.</b> Біологічний вік у спортсменів-ветеранів	359
<b>Лучко О.Р., Довженко С.С.</b> Використання сучасної оздоровчої програми <i>CrossFit</i> для підвищення рівня фізичної підготовленості студентів вишів	363
<b>Таможанская А.В., Мятга Е.Н., Невеликая А.В., Улаева Л.А.</b> Физическая реабилитация при шейном остеохондрозе на восстановительном двигательном режиме	366
<b>Уривкова А.О., Пономаренко Н.П.</b> Сучасні технології в реабілітації хворих із спинномозковою травмою	369
<b>Черняков В.В., Дудоров О.М., Самійленко В.П.</b> Вимоги до планування підготовчої частини заняття з фізичного виховання у ЗВО	372
<b>Шуба Л.В., Шуба В.В.</b> Метод колового тренування на заняттях оздоровчим фітнесом для дівчат 17-20 років	376

- ✓ малювання різними матеріалами (олівцем, крейдою, кольоровою крейдою, аквареллю, гуашшю);
- ✓ плетіння з паперу і тасьми килимків, смужок;
- ✓ симетричне вирізування, аплікація, вирізання ножицями різних фігурок зі старих картинок.

#### **Література**

1. Дідкова Л.М. Клініко-педагогічна характеристика дітей зі стертою дизартрією // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 19: Корекційна педагогіка та спеціальна психологія. – К.: Вид-во НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2014. - Вип. 27. - С. 57-62.
2. Логопедія. Підручник / За ред. М.К. Шеремет. – К.: ВД «Слово», 2013. – 672 с.
3. Логопедия: Учеб. для студ. дефектол. фак. педвузов / Под ред. Л.С. Волковой, С.Н. Шаховской. – М.: ВЛАДОС, 2006. – 680 с.

**Туренко Н.М., Литвиненко А.В.**  
Харківський національний педагогічний  
університет імені Г.С. Сковороди

### **РОЗВИТОК ДРІБНОЇ МОТОРИКИ ПАЛЬЦІВ РУК ЯК НЕОБХІДНА УМОВА ПСИХІЧНОГО РОЗВИТКУ ДИТИНИ**

Моторика – сукупність рухових реакцій, умінь, навичок і складних рухових дій, властивих людині. У корекційному плані виділяють: загальну моторику, тонку (або дрібну) ручну моторику та артикуляційну моторику. Одним з показників гарного фізичного і нервово-психічного розвитку дитини є розвиток в неї дрібної моторики пальців рук. Моторна мова – це, перш за все, результат діяльності мозку, який виступає головним органом. В ньому відбувається відбір рухів, потрібних для вимови тих чи інших звуків, встановлюється їх послідовність, тобто складається програма, за якою повинні діяти м'язи артикуляційного апарату. Дрібна моторика – сукупність скоординованих дій нервової, м'язової та кісткової систем, часто у поєднанні із зоровою системою. Вона має значення при виконанні дрібних і точних рухів кистями і пальцями рук. Дрібна моторика - одна із сторін рухової сфери, яка безпосередньо пов'язана з оволодінням предметними діями, розвитком продуктивних видів діяльності, письмом, мовленням дитини (М. Кольцова, М. Бернштейн) [2, с. 77].

Працюючи над дрібною моторикою, педагог формує у дитини не тільки моторні функції пальців рук, готуючи його руку до письма, але й опосередковано впливає на розвиток мовлення, уваги, пам'яті. Відомий дослідник дитячої мови М. Кольцова відзначала, що «рухи пальців рук історично в ході розвитку людства, виявилися тісно пов'язаними з мовленнєвою функцією..., є всі підстави розглядати кисть руки як орган мови...» [2, с. 21]. Саме тому важко переоцінити роль ігор, вправ, гімнастик, що розвивають дрібну моторику пальців рук.

Вправи для розвитку дрібної моторики пропонуються дітям у формі гри, вони важливі для дитини ще й тому, що в процесі роботи вони дають можливість емоційно спілкуватись з дорослими. Фундамент успішної освіти, і повноцінного розвитку дитини як особистості закладається з перших днів життя, тому спільно проведений з дитиною час під час ігор і занять окупиться надалі багаторазово.

Сьогодні у більшості сучасних дітей спостерігається загальне моторне відставання, особливо у дітей, які живуть в місті. Батьки намагаються купувати дитин взуття на липучці, щоб не брати на себе відповідальність за навчання зав'язувати шнурки. Ще двадцять років тому батькам разом з дітьми доводилось більше у повсякденному житті використовувати ручну працю: перебирати крупу, прати білизну, в'язати, вишивати. Зараз основну роботу виконує побутова техніка. Наслідок недостатнього розвитку дрібної моторики, і зокрема, руки – загальна неготовність більшості сучасних дітей до письма. Тобто можна зробити висновок, що якщо мова розвинена невідповідно віку дитини, то напевно присутні проблеми з моторикою.

У дошкільному віці найбільшу увагу треба приділяти розвитку дрібної моторики рук. Спочатку розвиваються тонкі рухи пальців рук, потім з'являється артикуляція складів. Розвиток і покращення мови стоїть у прямій залежності від ступеня сформованості тонких рухів пальців рук. Так, на основі проведених дослідів та обстеження великої кількості дітей була виявлена наступна закономірність: якщо розвиток рухів пальців відповідає віку, то й мовленнєвий розвиток знаходиться в межах норми. Якщо ж розвиток рухів пальців відстає, то затримується і мовленнєвий розвиток.

Тренування ручної спритності сприяє також розвитку таких необхідних умінь і якостей, як підготовка руки до письма (в дошкільному віці важлива саме підготовка до письма, а не навчання йому, тому що раннє навчання часто призводить до формування неправильної техніки письма), ознайомлення з елементарними геометричними формами, розвиток просторового мислення, поняття відносності (більше - менше, коротше - довший тощо), ручного праксису, художнього сприйняття, окоміру, навчання комунікативним навичкам, уважності, посидючості тощо.

Розвивати дрібну моторику можна не тільки на заняттях в закладах дошкільної освіти, дитячих розвивальних центрах, а й у себе вдома. Завдання з розвитку дрібної моторики можуть бути включені в такі домашні справи, як: перемотування ниток; зав'язування і розв'язування вузликів; догляд за зрізаними і живими квітами; чистка металу; ігри з водою, переливання води. Можна запропонувати помити посуд, надавши в розпорядження дитини пластикові предмети, або випрати білизну (поясніть і покажіть попередньо всі процеси: змочування, намилювання, перетирання, полоскання, віджимання); збирання розрізних картинок; перебирання круп [3].

Нами було підібрано декілька ігор, спрямованих на розвиток дрібної моторики, які на наш погляд будуть цікавими для дітей середнього та старшого дошкільного віку.

#### *Гра з пульверизатором*

Устаткування: Пульверизатор, ватка.

Зміст: Злегка натискати трьома пальцями на грушу пульверизатора, направляти при цьому струмінь повітря на ватку так, щоб вона плавно рухалася по столу. Можна організувати гру в футбол. Для цього поставте ворота з обох сторін, візьміть ватку і два пульверизатора і заганяйте ватку у ворота суперника.

#### *Робота з клавішами*

Устаткування: настільний дзвінок (або предмет що його замінює – музична іграшка, клавіатура).

Зміст: Перед дитиною ставиться настільний дзвінок. Дорослий показує дитині, що кнопку дзвінка можна натиснути будь-яким пальцем. Дорослий просить дитину натиснути на дзвінок по черзі всіма пальцями руки. Робота може проводитися з різними клавішними іграшками. Можна натискати кнопки усіма пальцями по черзі, можна перебирати клавіші (одну клавішу одним пальцем). Для дітей старшого віку можна пронумерувати клавіші або розмістити на них букви алфавіту і поєднувати розвиток дрібної моторики з навчанням грамоті і рахунку.

#### *Ігри з олівцем*

1. Проведіть оберти олівцем великим і вказівним пальцями лівої і правої руки.

2. Перебір олівця усіма пальцями лівої і правої руки.

3. Обертання олівця долонями обох рук.

4. Затискання олівця між двома пальцями обох рук (вказівним і середнім, середнім і безіменним і т.д.).

#### *Робота з гумкою*

Зміст: Між вказівним і середнім пальцями натягнути тонку канцелярську гумку. Перебирати цю гумку (як струни гітари) вказівним і середнім пальцями іншої руки. Знімати гумку поперемінно пальцями правої і лівої руки (вказівним, середнім і т.д.).

#### **Література**

1. Биковець Л. Л. Вплив рухів пальців рук на розумовий та мовленнєвий розвиток дитини дошкільного віку // Таврійський вісник освіти. – 2012. – № 2. – С. 124–131.

2. Кольцова М. М. Ребенок учится говорить. - СПб.: Сага, 2002. – 223 с

3. Сборник игр и заданий для развития мелкой моторики. Часть 1 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.rebenok.com/info/library/games/57524/>