

МЕЛІТОПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦЬКОГО
Факультет соціально-педагогічної та мистецької освіти
Кафедра початкової і спеціальної освіти

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття ступеня вищої освіти «магістра»
на тему **«Використання прийомів здоров'язберезувальних технологій в
корекційній роботі вчителя-логопеда»**

Виконала: здобувачка вищої освіти

групи М314-сп

Денного відділення

016.01 Спеціальна освіта. (Логопедія)

ОП Спеціальна освіта. Логопедія

Трачевська Наталія Володимирівна

Керівник: д-р філософії, ст.викладач

Свириденко Ганна Василівна

Рецензент: канд. пед. наук, ст. викл.

Солонська Альона Артурівна

АНОТАЦІЯ

Трачевська Н.В. «Використання прийомів здоров'язбережувальних технологій в корекційній роботі вчителя-логопеда»

У сучасній педагогічній практиці питання збереження та зміцнення здоров'я дітей набуває особливої актуальності, особливо у роботі з дітьми, які мають мовленнєві порушення. Здоров'язбережувальні технології у корекційній діяльності вчителя-логопеда виступають ефективним засобом створення безпечного та комфортного освітнього середовища, спрямованого на розвиток мовлення, психічних та фізичних функцій дитини, а також формування позитивної мотивації до навчання.

Метою дослідження є обґрунтування теоретичних засад і практичних методик використання здоров'язбережувальних технологій у корекційній роботі вчителя-логопеда та оцінка їх ефективності через експериментальну перевірку. У першому розділі роботи розглянуто сутність і значення здоров'язбережувальних технологій у педагогічній діяльності, проаналізовано їх основні напрями, такі як дихальні, артикуляційні, рухові та релаксаційні вправи, а також визначено психолого-педагогічні умови, необхідні для ефективного впровадження таких технологій у логопедичну практику.

Другий розділ присвячено змістовному і експериментальному забезпеченню корекційної роботи з дітьми. Розроблено систему занять, що поєднує логопедичні вправи з елементами здоров'язбережувальних технологій, та проведено експеримент, який підтвердив позитивний вплив таких методик на покращення артикуляційних, фонематичних і мовленнєвих навичок дітей, а також на зниження рівня стресу та підвищення загального психофізичного стану учасників.

Практичне значення дослідження полягає у створенні ефективної моделі корекційної роботи вчителя-логопеда, яка інтегрує здоров'язбережувальні технології та може бути використана у дошкільних і

загальноосвітніх навчальних закладах для покращення результатів корекційної роботи та підтримки здоров'я дітей.

Ключові слова: здоров'язберезувальні технології, корекційна робота, вчитель-логопед, мовленнєві порушення, логопедичні заняття, рухова діяльність, психофізичний розвиток.

ABSTRACT

Trachevska N.V. "The use of health-saving technologies in the correctional work of a speech therapist teacher"

In modern pedagogical practice, the issue of preserving and strengthening children's health is becoming particularly relevant, especially in working with children with speech disorders. Health-preserving technologies in the correctional activities of a speech therapist teacher are an effective means of creating a safe and comfortable educational environment aimed at developing the child's speech, mental and physical functions, as well as forming a positive motivation for learning.

The purpose of the study is to substantiate the theoretical foundations and practical methods of using health-saving technologies in the correctional work of a speech therapist teacher and to assess their effectiveness through experimental verification. The first section of the work considers the essence and significance of health-saving technologies in pedagogical activity, analyzes their main areas, such as respiratory, articulation, motor and relaxation exercises, and also identifies the psychological and pedagogical conditions necessary for the effective implementation of such technologies in speech therapy practice.

The second section is devoted to the meaningful and experimental provision of correctional work with children. A system of classes was developed that combines speech therapy exercises with elements of health-saving technologies, and an experiment was conducted that confirmed the positive impact of such techniques on improving children's articulation, phonemic and speech skills, as well as on reducing stress levels and improving the general psychophysical condition of the participants.

The practical significance of the study is to create an effective model of the correctional work of a speech therapist teacher, which integrates health-saving technologies and can be used in preschool and general educational institutions to improve the results of correctional work and support the health of children.

Keywords: health-saving technologies, correctional work, speech therapist teacher, speech disorders, speech therapy classes, motor activity, psychophysical development.

РЕФЕРАТ

кваліфікаційної роботи на тему

«Використання прийомів здоров'язбережувальних технологій в корекційній роботі вчителя-логопеда»

Здобувачка вищої освіти:

Трачевська Наталія Володимирівна

Науковий керівник: доктор філософії, старший викладач

Свириденко Ганна Василівна

Актуальність дослідження: У сучасних умовах реформування освітньої системи України особливої значущості набуває проблема збереження та зміцнення здоров'я дітей, зокрема тих, які мають мовленнєві порушення. Зростання кількості учнів із різними формами мовленнєвих розладів актуалізує необхідність пошуку ефективних, науково обґрунтованих і водночас безпечних для здоров'я методів корекційної роботи. Саме тому впровадження здоров'язберігаючих технологій у діяльність вчителя-логопеда є важливим напрямом сучасної корекційної педагогіки.

У роботі висвітлено теоретичні засади використання здоров'язберігаючих технологій у логопедичній практиці, розкрито їх сутність, класифікацію та значення для забезпечення гармонійного психофізичного розвитку дітей з мовленнєвими порушеннями. Особлива увага приділяється аналізу наукових підходів вітчизняних і зарубіжних дослідників щодо проблеми здоров'язбереження в освітньому процесі та можливостей їх практичного застосування в корекційній роботі.

Визначено особливості діяльності вчителя-логопеда в умовах упровадження здоров'язбережувальних технологій, охарактеризовано психолого-педагогічні умови їх ефективного використання. Обґрунтовано доцільність застосування таких прийомів, як дихальна гімнастика, артикуляційні та релаксаційні вправи, елементи кінезіотерапії, ігрові та рухові методи, що сприяють зниженню втомлюваності, підвищенню мотивації дітей до занять і покращенню результатів корекційної роботи.

Об'єкт дослідження – процес корекційної роботи вчителя-логопеда з використанням здоров'язберігаючих технологій.

Предмет дослідження – прийоми здоров'язберігаючих технологій та їх вплив на ефективність логопедичної корекції мовленнєвих порушень у дітей.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та практично визначити ефективність використання прийомів здоров'язберігаючих технологій у корекційній діяльності вчителя-логопеда для підвищення результативності роботи з дітьми, які мають мовленнєві порушення.

Відповідно до мети, об'єкта та предмета дослідження визначено такі завдання:

- Проаналізувати науково-теоретичні основи здоров'язбережувальних технологій та їхнього значення у педагогічній діяльності.
- Визначити особливості корекційної роботи вчителя-логопеда із застосуванням здоров'язбережувальних технологій.
- Дослідити психолого-педагогічні умови ефективного впровадження здоров'язбережувальних технологій у корекційну практику.
- Розробити систему занять для логопедичної роботи з використанням здоров'язбережувальних технологій.
- Провести експериментальне дослідження для оцінки ефективності застосування здоров'язбережувальних технологій у корекційній роботі.
- Проаналізувати отримані результати експериментальної роботи та сформулювати висновки щодо доцільності використання здоров'язбережувальних технологій у логопедичній практиці.

Методи дослідження: теоретичні (аналіз, узагальнення, систематизація наукової літератури та нормативних документів у галузі логопедії та здоров'язбережувальних технологій), емпіричні (педагогічне спостереження, анкетування, тестування, аналіз результатів корекційної роботи), експериментальні (констатувальний, формувальний та контрольний

експерименти для оцінки ефективності впроваджених прийомів) і статистичні (кількісний та якісний аналіз отриманих даних).

Значне місце відведено опису експериментального дослідження, спрямованого на перевірку ефективності впровадження здоров'язберігаючих технологій у логопедичну практику. Подано характеристику етапів експерименту (констатувального, формувального та контрольного), методів дослідження та аналізу отриманих результатів. Результати експериментальної роботи засвідчили позитивний вплив використання здоров'язберігаючих прийомів на рівень мовленнєвого розвитку дітей, їх емоційний стан та загальну працездатність.

Узагальнення результатів дослідження дало змогу зробити висновок про доцільність і ефективність системного використання здоров'язберігаючих технологій у корекційній діяльності вчителя-логопеда. Запропонована система занять і методичних прийомів може бути успішно інтегрована в практику роботи закладів освіти, що здійснюють логопедичний супровід дітей з мовленнєвими порушеннями.

Практичне значення роботи полягає в можливості використання його матеріалів у професійній діяльності вчителів-логопедів, спеціальних педагогів і психологів, а також у процесі підготовки майбутніх фахівців у галузі корекційної педагогіки. Матеріали роботи можуть слугувати основою для розробки навчально-методичних рекомендацій і вдосконалення корекційно-розвивальної роботи з дітьми.

Експериментальна база дослідження: Хмельницький заклад дошкільної освіти №21 Ластівка та Гімназія №28 ім. В. Чорновола.

Результати дослідження впроваджувалися у корекційну роботу з дітьми дошкільного та молодшого шкільного віку з мовленнєвими порушеннями під час проходження практики на базі закладів освіти. Під час практичної роботи було розроблено систему занять із використанням здоров'язберезувальних прийомів, що дало змогу перевірити доцільність та ефективність їх у реальних умовах освітнього процесу.

Окремі положення та результати кваліфікаційної роботи були представлені на науково-практичних заходах, а саме приймала участь у Всеукраїнській науково-практичній інтернет-конференції «Вітчизняна наука на зламах епох: проблеми та перспективи розвитку». 14.06.2025року.

Магістерська робота складається з вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел (60 найменувань), додатків. Повний обсяг кваліфікаційної роботи – 100 сторінок, основний текст – 83 сторінки. Робота містить 7 таблиць.



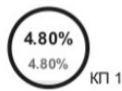
Звіт подібності

Метадані

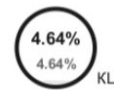
Назва організації		підрозділ		
Melitopol State Pedagogical University named after B.Khmelnyskyi		Melitopol State Pedagogical University named after B.Khmelnyskyi		
Заголовок				
Використання прийомів здоров'язбережувальних технологій в корекційній роботі вчителя - логопеда				
Автор		Науковий керівник / Експерт		
---		Анастасія Сухомлінова		
Кількість слів	Кількість символів	Дата звіту	Дата редагування	ІД документу
14368	113082	12/19/2025	---	332911178

Обсяг знайдених подібностей

Коефіцієнт подібності визначає, який відсоток тексту по відношенню до загального обсягу тексту було знайдено в різних джерелах. Зверніть увагу, що високі значення коефіцієнта не автоматично означають плагіат. Звіт має аналізувати компетентна / уповноважена особа.



14368
Кількість слів



113082
Кількість символів

Тривога

У цьому розділі ви знайдете інформацію щодо текстових спотворень. Ці спотворення в тексті можуть говорити про МОЖЛИВІ маніпуляції в тексті. Спотворення в тексті можуть мати навмисний характер, але частіше характер технічних помилок при конвертації документа та його збереженні, тому ми рекомендуємо вам підходити до аналізу цього модуля відповідально. У разі виникнення запитань, просимо звертатися до нашої служби підтримки.

Заміна букв		0
Інтервали		0
Мікропробіли		0
Білі знаки		0
Парафрази (SmartMarks)		51

Джерела

Нижче наведений список джерел. В цьому списку є джерела із різних баз даних. Колір тексту означає в якому джерелі він був знайдений. Ці джерела і значення Коефіцієнту Подібності не відображають прямого плагіату. Необхідно відкрити кожне джерело і проаналізувати зміст і правильність оформлення джерела.

10 найдовших фраз		Колір тексту
ПОРЯДКОВИЙ НОМЕР	НАЗВА ТА АДРЕСА ДЖЕРЕЛА URL (НАЗВА БАЗИ)	КІЛЬКІСТЬ ІДЕНТИЧНИХ СЛІВ (ФРАГМЕНТІВ)
1	https://znayshov.com/FR/33873/PvP_1_2_2024-144-145.pdf	37 0.26 %
2	https://naurok.com.ua/zdorov-yazberezhuvalni-osvitni-tehnologi-u-pochatkoviy-shkoli-252913.html	33 0.23 %
3	https://naurok.com.ua/zdorov-yazberezhuvalni-osvitni-tehnologi-u-pochatkoviy-shkoli-252913.html	30 0.21 %
4	https://naurok.com.ua/zdorov-yazberezhuvalni-osvitni-tehnologi-u-pochatkoviy-shkoli-252913.html	27 0.19 %

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У КОРЕКЦІЙНІЙ РОБОТІ ВЧИТЕЛЯ- ЛОГОПЕДА	6
1.1. Сутність і значення здоров'язбережувальних технологій у педагогічній діяльності.....	6
1.2. Особливості корекційної роботи вчителя-логопеда з використанням здоров'язбережувальних технологій.....	16
1.3. Психолого-педагогічні умови впровадження здоров'язбережувальних технологій у корекційній практиці.....	23
Висновки до розділу 1.....	31
РОЗДІЛ 2. ЗМІСТОВО-ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ КОРЕКЦІЙНОЇ РОБОТИ З ВИКОРИСТАННЯМ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ	33
2.1. Роль і місце здоров'язбережувальних технологій у логопедичній роботі.....	33
2.2. Розробка системи занять із впровадженням здоров'язбережувальних технологій.....	40
2.3. Аналіз результатів експериментальної роботи з використанням здоров'язбережувальних технологій.....	59
Висновки до розділу 2.....	73
ВИСНОВКИ	75
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	77
ДОДАТКИ	83

ВСТУП

Актуальність теми. Сучасна освітня система в Україні зазнає значних змін, зокрема у сфері корекційної педагогіки та логопедії. Одним із головних аспектів сучасної освіти є впровадження здоров'язберігаючих технологій, які сприяють підтримці та зміцненню здоров'я дітей з мовленнєвими порушеннями. В умовах зростання кількості дітей із мовленнєвими розладами особливої актуальності набуває пошук ефективних методів корекції, які покращують мовленнєвий розвиток та зберігають фізичне та психоемоційне здоров'я учнів.

Використання прийомів здоров'язберігаючих технологій у корекційній роботі вчителя-логопеда дозволяє створити оптимальні умови для навчання та розвитку дітей. Формування здоров'язбережувальної компетентності педагогів сприяє підвищенню ефективності корекційно-розвивальної роботи та забезпечує гармонійний психофізіологічний розвиток дитини. Відсутність єдиної системи впровадження здоров'язберігаючих технологій у діяльності логопеда зумовлює необхідність теоретичного обґрунтування та практичного втілення ефективних прийомів, що визначає актуальність цього дослідження.

Зв'язок роботи з науковими програмами, темами. Дослідження відповідає основним положенням державних програм у сфері освіти та охорони здоров'я, спрямованих на інтеграцію здоров'язберігаючих технологій у освітній процес. Робота базується на концепції «Нова українська школа», яка передбачає створення безпечного та комфортного середовища для всебічного розвитку дитини. Дослідження узгоджується з науковими розробками в галузі логопедії, психології та педагогіки, що стосуються впровадження інноваційних підходів у корекційній діяльності.

Об'єкт дослідження – процес корекційної роботи вчителя-логопеда з використанням здоров'язберігаючих технологій.

Предмет дослідження – прийоми здоров'язберігаючих технологій та їх вплив на ефективність логопедичної корекції мовленнєвих порушень у дітей.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та практично визначити ефективність використання прийомів здоров'язберігаючих технологій у корекційній діяльності вчителя-логопеда для підвищення результативності роботи з дітьми, які мають мовленнєві порушення.

Завдання:

1. Аналіз науково-теоретичних основ здоров'язбережувальних технологій та їхнього значення у педагогічній діяльності.
2. Визначення особливостей корекційної роботи вчителя-логопеда із застосуванням здоров'язбережувальних технологій.
3. Дослідження психолого-педагогічних умов ефективного впровадження здоров'язбережувальних технологій у корекційну практику.
4. Розробка системи занять для логопедичної роботи з використанням здоров'язбережувальних технологій.
5. Проведення експериментального дослідження для оцінки ефективності застосування здоров'язбережувальних технологій у корекційній роботі.
6. Аналіз отриманих результатів експериментальної роботи та формулювання висновків щодо доцільності використання здоров'язбережувальних технологій у логопедичній практиці.

Методи дослідження: теоретичні (аналіз, узагальнення, систематизація наукової літератури та нормативних документів у галузі логопедії та здоров'язбережувальних технологій), емпіричні (педагогічне спостереження, анкетування, тестування, аналіз результатів корекційної роботи), експериментальні (констатувальний, формувальний та контрольний експерименти для оцінки ефективності впроваджених прийомів) і статистичні (кількісний та якісний аналіз отриманих даних).

Наукова новизна. Наукова новизна дослідження полягає у комплексному вивченні впливу прийомів здоров'язберезувальних технологій на корекційний процес у логопедичній практиці. Обґрунтовано та розроблено ефективні прийоми здоров'язберезувальних технологій, що сприяють підвищенню ефективності корекційної роботи, а також визначено основні принципи їх використання в діяльності вчителя-логопеда.

Практичне значення роботи. Результати дослідження можуть бути використані в практичній діяльності вчителів-логопедів, спеціальних педагогів та психологів для покращення ефективності роботи з дітьми, які мають мовленнєві порушення. Запропоновані прийоми можуть бути інтегровані у навчальні програми закладів освіти, що здійснюють підготовку спеціалістів у галузі корекційної педагогіки. Крім того, матеріали дослідження можуть стати основою для розробки навчально-методичних рекомендацій.

Апробація результатів дослідження. Результати кваліфікаційної роботи були представлені на Всеукраїнській науково-практичній інтернет-конференції «Вітчизняна наука на зламах епох: проблеми та перспективи розвитку». 14.06.2025року.

Структура та обсяг роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, загальних висновків, списку використаних джерел та літератури (60 найменувань) та додатків. Загальний обсяг становить 88 сторінок друкованого тексту, з них 68 сторінок основного тексту. Робота містить 3 рисунки та 7 таблиць.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У КОРЕКЦІЙНІЙ РОБОТІ ВЧИТЕЛЯ-ЛОГОПЕДА

1.1. Сутність і значення здоров'язбережувальних технологій у педагогічній діяльності

Технологія навчання - це системний підхід до створення та застосування знань з урахуванням як технологічних, так і людських ресурсів та їхньої взаємодії, спрямований на оптимізацію освітніх процесів. Вона передбачає впровадження системних принципів у програмування навчального процесу та їхнє використання в освітній практиці, орієнтуючись на чітко визначені цілі навчання, які можна оцінити [11].

У сучасній педагогічній практиці здоров'язбережувальні технології відіграють важливу роль, оскільки сприяють створенню безпечного освітнього середовища, підтримці фізичного та психічного здоров'я учнів, а також підвищенню ефективності навчального процесу. Використання таких технологій особливо актуальне в корекційній педагогіці, зокрема в роботі вчителя-логопеда, де здоров'я дітей є ключовим чинником успішної корекції мовленнєвих порушень.

О. Аніщенко вважає, що здоров'язбережувальна педагогіка – це галузь педагогіки, що приділяє особливу увагу пріоритету здоров'я серед інших напрямів виховної роботи в школі [1]. Вона передбачає послідовне створення в школі або іншому освітньому закладі здоров'язбережувального освітнього середовища з обов'язковим використанням педагогами здоров'язбережувальних технологій. Це дозволяє учням здобувати знання без шкоди для свого здоров'я та сприяє формуванню в них культури здоров'я. Культура здоров'я включає грамотність у питаннях здоров'я, отриману в результаті навчання та практичну реалізацію потреби вести здоровий спосіб життя, дбати про власне здоров'я [42].

Варто зазначити, що впровадження здоров'язбережувальних освітніх технологій пов'язане з використанням медичних (медико-гігієнічних, фізкультурно-оздоровчих, лікувально-оздоровчих), соціально-адаптованих, екологічних здоров'язбережувальних технологій і технологій забезпечення безпеки життєдіяльності.

Поняття «здоров'язбережувальні технології» охоплює широкий спектр методів, прийомів і засобів, спрямованих на збереження, зміцнення та формування здорового способу життя учнів. Різні науковці визначають це поняття по-різному, акцентуючи увагу на його складових, функціях та підходах до реалізації в освітньому процесі [50, с. 197]. Для кращого розуміння сутності цього поняття проаналізуємо визначення, запропоновані різними дослідниками у табл. 1.1.

Таблиця 1.1.

Аналіз сутності поняття «здоров'язбережувальні технології»

№ п/п	Автор визначення	Зміст поняття
1.	Богодухова Н. В. [6]	Здоров'язбережувальні технології – це система педагогічних методів і прийомів, спрямованих на створення безпечного та сприятливого навчального середовища для збереження фізичного та психічного здоров'я учнів
2.	Ващенко О., Свириденко С. [8]	Підготовка вчителя до використання здоров'язбережувальних технологій полягає у формуванні здатності застосовувати інноваційні методи для збереження здоров'я дітей у навчально-виховному процесі
3.	Гриньова М. [14]	Здоров'язбережувальні технології в освіті – це комплекс заходів, спрямованих на формування культури здоров'я серед учнів і майбутніх педагогів шляхом оптимізації навчального процесу та створення комфортного освітнього середовища
4.	Єланська Д. В. [18]	Використання здоров'язбережувальних технологій у корекційній роботі з дітьми дошкільного віку дозволяє не лише покращити мовленнєвий розвиток, а й сприяти загальному зміцненню здоров'я дитини [51]

Продовження таблиці 1.1

№ п/п	Автор визначення	Зміст поняття
5.	Єременко О. Є. [19]	Використання здоров'язберезувальних технологій у навчальному процесі забезпечує підвищення фізичної активності учнів, сприяє розвитку їхньої емоційної стійкості та профілактиці стресу
6.	Забара М. В., Волинська Л. О. [20]	Застосування здоров'язберезувальних технологій у корекційній роботі логопеда є необхідним для створення оптимальних умов розвитку дітей із мовленнєвими порушеннями
7.	Черніченко Л. А. [58]	Здоров'язберезувальні технології в освітньому середовищі – це комплексні педагогічні інструменти, що забезпечують безпечне та комфортне середовище навчання, сприяють фізичному та психічному розвитку учнів

Із проведеного аналізу можна зробити висновок, що здоров'язберезувальні технології у педагогічній діяльності – це система науково обґрунтованих методів, прийомів і засобів, спрямованих на збереження, зміцнення та формування здоров'я учасників освітнього процесу, зокрема учнів і педагогів. Вони поєднують медико-біологічні, психологічні, соціальні та педагогічні аспекти, створюючи оптимальні умови для розвитку особистості в безпечному освітньому середовищі.

Основними завданнями впровадження здоров'язберезувальних технологій у педагогічну діяльність за К. Мітіною є [34]:

- формування культури здоров'я у дітей та педагогів, що охоплює фізичне, психічне та соціальне благополуччя;
- оптимізація навчального процесу через створення сприятливого освітнього середовища, що мінімізує стресові фактори та підвищує мотивацію учнів;
- профілактика втомлюваності та перевантаження, зменшення рівня тривожності та стресу;

- використання активних форм навчання, які містять рухову активність, дихальні вправи, паузи для відпочинку та релаксаційні техніки;
- адаптація корекційних методик, що сприяють покращенню стану здоров'я дітей із мовленнєвими порушеннями.

Здоров'язбережувальні технології в роботі вчителя-логопеда мають особливе значення, оскільки корекція мовлення нерозривно пов'язана зі здоров'ям дитини. А. Юнак стверджує, що використання спеціальних методик, зокрема артикуляційної гімнастики, дихальних вправ, логоритміки, психологічних технік розслаблення, сприяє ефективному розвитку мовленнєвих навичок і загальному гармонійному розвитку дитини [60]. Таким чином, здоров'язбережувальні технології в освіті є важливим чинником підвищення ефективності освітнього процесу та забезпечення всебічного розвитку особистості, що відповідає сучасним вимогам педагогіки та корекційної освіти.

Мета здоров'язбережувальних педагогічних технологій полягає в створенні умов для збереження та зміцнення здоров'я учнів, виховання в них свідомого ставлення до свого фізичного та психологічного благополуччя, а також розвитку здорового способу життя. Досягається через впровадження спеціальних методик, інноваційних підходів та практик, спрямованих на формування у дітей та молоді корисних звичок, зменшення стресових навантажень і підтримку їхнього фізичного і емоційного стану [30].

Сутність здоров'язбережувальних і здоров'яформуючих технологій полягає у комплексному аналізі умов освіти, які сприяють збереженню існуючого рівня здоров'я учнів, розвитку навичок здорового способу життя та підвищенню їхнього фізичного й психічного стану. Вони забезпечують моніторинг індивідуальних показників розвитку, прогнозування можливих змін у стані здоров'я та реалізацію відповідних психолого-педагогічних, корекційних і реабілітаційних заходів, що дозволяє підвищити ефективність освітнього процесу, мінімізувати його фізіологічне навантаження та покращити якість життя всіх учасників освітнього середовища.

Класифікація здоров'язбережувальних технологій за О. Ващенко (рис. 1.1) [8].



Рис. 1.1. Класифікація здоров'язбережувальних технологій

Останніми роками здоров'язбережувальні педагогічні технології активно впроваджуються у педагогічну практику. Вони сприяють формуванню у дітей необхідних знань, умінь та навичок, а також свідомості, що організовує їхню діяльність та визначає життєві орієнтири.

Поняття «здоров'язбережувальні технології» охоплює всі аспекти діяльності загальноосвітнього навчального закладу, спрямовані на формування в учнів культури здоров'я та позитивної мотивації до здорового способу життя [13].

Окрім базових гігієнічних та санітарних норм, здоров'язбережувальні технології спрямовані на інтеграцію фізкультури та спортивних заходів в освітній процес, організацію дозвілля, проведення просвітницьких заходів щодо здорового способу життя та профілактики хвороб. Важливе місце серед них займають психологічні методи, які допомагають учням справлятися зі

стресом, розвивати емоційну стійкість та покращувати міжособистісні відносини [49].

Активне впровадження здоров'язбережувальних технологій у освітній процес сприяє покращенню здоров'я учнів та їхній успішній соціалізації, формуванню відповідального ставлення до власного здоров'я та підвищенню загальної якості освіти.

О. Кисла та А. Кошель стверджують, що здоров'язбережувальні освітні технології охоплюють усі педагогічні підходи, які сприяють збереженню здоров'я учнів і створюють безпечні умови для навчання, роботи та перебування в навчальному закладі. До таких технологій належать [26]:

1. Сприятливі умови навчання. Слід забезпечити атмосферу, в якій учні не відчують стресу (адекватність вимог, відповідність методик навчання та виховання індивідуальним потребам дітей). Педагоги повинні враховувати емоційний стан учнів, щоб освітній процес був максимально комфортним.

2. Оптимальна організація навчально-виховного процесу. Необхідно адаптувати навчання відповідно до вікових і статевих особливостей учнів (програми повинні враховувати фізичні та психічні можливості дітей, щоб забезпечити їм ефективне засвоєння знань).

3. Врахування індивідуальних особливостей та гігієнічних норм. Кожен учень має свої індивідуальні характеристики, які необхідно враховувати. Дотримання гігієнічних норм стосується як фізичного простору, так і організації навчального процесу, щоб зменшити ризики захворювань.

4. Раціональний руховий режим. Важливо забезпечити учням можливість для фізичної активності, що сприяє не тільки фізичному розвитку, але й покращує психоемоційний стан. Регулярні перерви для руху та фізичні вправи мають стати невід'ємною частиною навчального дня.

5. Виховання позитивного ставлення до здорового способу життя. Формування у школярів усвідомлення важливості здоров'я повинно

починатися з раннього віку (навчання про здорове харчування, фізичну активність і загалом – про ведення здорового способу життя).

Інтеграція здоров'язбережувальних технологій у освітній процес є необхідною для забезпечення благополуччя та розвитку учнів, а також формування в них відповідального ставлення до власного здоров'я.

За Л. Гаращенко здоров'язбережувальні технології охоплюють комплексний підхід до освіти, який сприяє збереженню та покращенню здоров'я молодших підлітків. Вони охоплюють формування здорових навичок та способу життя, постійний моніторинг індивідуального розвитку учнів, прогнозування можливих змін у їхньому здоров'ї та проведення психолого-педагогічних, корекційних і реабілітаційних заходів.

Основні аспекти здоров'язбережувальних технологій сприяють створенню безпечного та сприятливого середовища для навчання, організацію регулярних фізичних активностей, проведення профілактичних заходів і програм з просвіти щодо здорового способу життя. Вчителі відіграють головну роль у впровадженні цих технологій, підтримуючи учнів у формуванні здорових звичок та самостійного догляду за своїм здоров'ям [33].

Ефективне використання здоров'язбережувальних технологій передбачає співпрацю з батьками та медичними фахівцями. Батьки можуть бути активними партнерами у підтримці здорового способу життя дітей, а медичні фахівці можуть надавати консультативну та профілактичну підтримку.

Важливим є використання сучасних інформаційних технологій для обміну знаннями та досвідом щодо здоров'язбереження. Наприклад, інтерактивні платформи та мобільні додатки можуть допомогти учням і їхнім батькам отримувати актуальну інформацію про здоровий спосіб життя та моніторинг здоров'я. Впровадження здоров'язбережувальних технологій у освітній процес – важливий крок до створення умов для гармонійного розвитку підлітків. Адже такі технології сприяють формуванню здорового та

відповідального покоління, здатного ефективно навчатися та досягати високих результатів у житті.

I. Бех вважає, що для досягнення мети здоров'язбережувальних освітніх технологій застосовуються такі групи засобів (рис. 1.2) [4].



Рис. 1.2. Групи засобів здоров'язбережувальних освітніх технологій

Засоби рухової спрямованості складаються з фізичних вправ, фізкультхвилинки та рухливих перерв, емоційні розрядки та «хвилинки спокою», різні види гімнастики (оздоровча, пальчикова, коригуюча, дихальна, для профілактики простудних захворювань, для бадьорості), лікувальну фізкультуру, рухливі ігри, спеціально організовану рухову активність для дітей (заняття оздоровчою фізкультурою, своєчасний розвиток основних рухових навичок), масаж, самомасаж, психогімнастику, тренінги та інші [16].

Використання оздоровчих заходів передбачає проведення занять на свіжому повітрі, що сприяє активізації біологічних процесів, підвищує загальну працездатність організму та зменшує втому.

Врахування впливу метеорологічних умов (сонячне випромінювання, температура повітря та води, зміни атмосферного тиску, рух і іонізація повітря тощо) на певні біохімічні зміни в організмі людини, які можуть впливати на стан здоров'я та працездатність, сприяє зменшенню негативного впливу навчального процесу на школярів [35].

До відносно самостійних оздоровчих засобів належать сонячні та повітряні ванни, водні процедури, фітотерапія, ароматерапія, інгаляції, вітамінотерапія (вітамінізація харчового раціону, йодування питної води,

використання амінокислоти гліцину двічі на рік – у грудні та навесні з метою покращення пам'яті школярів). Можливе застосування нових елементів, таких як фітотівальні, кабінети фізіотерапії, оздоровчі тренінги для педагогів та учнів.

До гігієнічних засобів досягнення цілей здоров'язберезувальних освітніх технологій навчання М. Носко, С. Гаркуша та О. Воеділова відносять [38]:

- дотримання санітарно-гігієнічних вимог, встановлених санітарними правилами та нормами, а також правил особистої та загальної гігієни (чистота тіла, приміщень для занять, повітря тощо);
- провітрювання та вологе прибирання приміщень; дотримання режиму дня, режиму рухової активності, харчування та сну;
- навчання дітей елементарним гігієнічним навичкам (миття рук, використання носової хустинки тощо);
- навчання основам здорового способу життя та надання першої медичної допомоги (при порізах, саднах, опіках, укусах);
- своєчасна вакцинація учнів для попередження інфекційних захворювань; дотримання оптимального рівня навчального навантаження для запобігання перевтомі.

Недотримання гігієнічних вимог знижує позитивний вплив здоров'язберезувальних освітніх технологій. Однією з основних вимог для ефективного застосування перелічених засобів є їх систематичне і комплексне впровадження:

- через заняття з використанням профілактичних методик та, можливо, функціональної музики, аудіосупроводу уроків;
- чергування занять з високою та низькою руховою активністю;
- реабілітаційні заходи;
- проведення масових оздоровчих заходів, спортивно-оздоровчих свят, тематичних свят здоров'я, походів на природу, екскурсій;

- організацію роботи з сім'ями школярів для пропаганди здорового способу життя через лекції для батьків та практичні заняття;
- навчання педагогічного колективу в умовах інноваційного освітнього закладу.

Систематичний вплив на організм і психіку учнів може бути успішним лише за умови ефективного використання методів здоров'язбереження.

У здоров'язбережувальних освітніх технологіях застосовуються дві групи методів за Л. Рибалко (рис. 1.3) [22].



Рис. 1.3. Групи методів здоров'язбережувальних освітніх технологій

Отже, здоров'язбережувальні технології являють собою комплекс методів, прийомів та засобів, спрямованих на збереження та зміцнення здоров'я дітей. Вони охоплюють усі аспекти освітнього процесу, забезпечуючи гармонійне поєднання фізичного, психологічного та соціального благополуччя здобувачів освіти.

Ефективне впровадження здоров'язбережувальних технологій передбачає створення освітнього середовища, яке сприяє адаптації дітей до навчального процесу, мінімізує ризики захворюваності, формує стійкі навички здорового способу життя та підтримує емоційний комфорт. Особливу увагу слід приділяти організації навчальної діяльності таким чином, щоб знизити рівень стресу, запобігти перевантаженню та забезпечити оптимальні умови для розвитку когнітивних та фізичних здібностей учнів.

Здоров'язбережувальні технології сприяють створенню позитивного психологічного клімату в закладі освіти, що є важливим чинником мотивації та успішності навчання. У такому середовищі учні можуть повною мірою реалізовувати свої пізнавальні потреби, брати активну участь у навчальному процесі та розвивати соціальні компетентності. Взаємодія педагогів, батьків та учнів на засадах партнерства та підтримки дозволяє формувати усвідомлене ставлення до власного здоров'я та розуміння його значущості для подальшого життя.

1.2. Особливості корекційної роботи вчителя-логопеда з використанням здоров'язбережувальних технологій

Здоров'язбереження - важливий аспект педагогічної діяльності, оскільки забезпечує фізичний та психологічний комфорт учнів і вчителів, а також сприяє ефективному навчально-виховному процесу. В умовах сучасної школи, яка часто ставить високі вимоги до інтелектуальних та емоційних ресурсів учнів, здоров'язбереження є необхідною умовою успішного розвитку особистості та досягнення навчальних результатів.

Одним із головних чинників здоров'язбереження у педагогічній діяльності є створення здорового та безпечного освітнього середовища (забезпечення відповідних гігієнічних умов у навчальних приміщеннях, організацію раціонального режиму дня, забезпечення збалансованого харчування та систематичного фізичного навантаження). Окреслені заходи сприяють зміцненню фізичного здоров'я учнів, підвищенню їх працездатності та стійкості до стресів.

Психологічне здоров'я учнів є важливим компонентом здоров'язбереження. Вчитель повинен враховувати емоційний стан учнів, створювати доброзичливу та підтримуючу атмосферу в класі, сприяти формуванню позитивної самооцінки та впевненості у своїх силах. Підтримка

емоційного благополуччя учнів сприяє їхній мотивації до навчання, покращенню міжособистісних відносин та зниженню рівня конфліктності [12].

Закони та нормативно-правові акти, такі як Закон України «Про дошкільну освіту» [44], Постанова Кабміну про Державний стандарт початкової освіти [45], Указ Президента «Про Національну доктрину розвитку освіти» [46] та Закон України «Про освіту» [47], регулюють основи організації освіти в Україні, встановлюючи стандарти для дошкільної та початкової освіти, визначаючи стратегічні напрямки розвитку, права та обов'язки учасників освітнього процесу та механізми забезпечення доступу до якісної освіти на всіх її рівнях. Типові освітні програми, розроблені під керівництвом О. Я. Савченко для 1–2 та 3–4 класів, а також програма під керівництвом Р. Б. Шияна для 1–2 класів, затверджені наказами Міністерства освіти і науки України (від 12.08.2022, № 743–22), регулюють освітній процес в початковій школі [53; 54; 55; 56].

Здоров'язбереження у педагогічній діяльності включає запобігання перевтомі та профілактику професійного вигорання у вчителів. Високий рівень навантаження, емоційний стрес та відсутність часу для відпочинку можуть призводити до зниження ефективності роботи вчителя та негативно впливати на його здоров'я. Тому важливо забезпечити вчителям умови для професійного розвитку, відпочинку та самовідновлення.

На думку В. Ковалко корекційна робота вчителя-логопеда відіграє надважливу роль у розвитку мовленнєвих навичок дітей, і використання здоров'язберезувальних технологій може значно підвищити ефективність цієї роботи. Впровадження таких технологій дозволяє створити сприятливі умови для навчання та корекції, забезпечуючи підтримку фізичного та психологічного здоров'я дітей [28].

Однією з важливих особливостей корекційної роботи є використання спеціальних фізичних вправ та масажу, спрямованих на розвиток дрібної моторики, координації рухів та зниження м'язового напруження. Вправи для рук та пальців сприяють покращенню нейромоторної координації, що

безпосередньо впливає на розвиток мовленнєвих навичок. Психогімнастика та су-джок терапія активно використовуються для стимуляції мовленнєвих центрів у головному мозку, сприяючи загальному розвитку дітей. Потрібно створювати позитивне емоційне середовище. Вчитель-логопед повинен враховувати емоційний стан дітей, забезпечуючи підтримку та мотивацію для подолання мовленнєвих труднощів. Використання різних методик релаксації, таких як «хвилинки спокою» та емоційні розрядки, допомагають знижувати рівень стресу та напруження у дітей.

Особливу увагу слід приділяти гігієнічним аспектам роботи. Вчитель-логопед повинен забезпечувати виконання санітарно-гігієнічних вимог та навчати дітей правилам особистої гігієни. Провітрювання приміщень, вологе прибирання та дотримання режиму дня сприяють створенню здорового середовища для корекційної роботи [27].

Застосування здоров'язберезувальних технологій охоплює організацію занять на свіжому повітрі та врахування метеорологічних умов, що сприяє покращенню загальної працездатності організму дітей, активізує біологічні процеси та знижує рівень втоми. Використання здоров'язберезувальних технологій у корекційній роботі вчителя-логопеда забезпечує комплексний підхід до навчання та розвитку дітей, що допомагає подолати мовленнєві труднощі, зміцнити здоров'я, покращити емоційний стан та підвищити мотивацію до навчання. Тому корекційна робота з використанням здоров'язберезувальних технологій є важливою складовою сучасної педагогічної практики, яка сприяє гармонійному розвитку дітей.

Здоров'язберезувальні технології стали важливим інструментом у сучасній педагогіці, оскільки вони сприяють створенню безпечного та комфортного освітнього середовища для учнів. Розглянемо основні принципи їх використання за Н. Коцур [29]:

1. Принцип безпеки. Забезпечення фізичної та психологічної безпеки учнів є пріоритетом, що передбачає створення комфортних умов для навчання,

де учні можуть вільно висловлювати свою думку та не відчувати страху перед можливими негативними наслідками.

2. Принцип індивідуалізації. Кожен учень має свої індивідуальні потреби і особливості. Здоров'язбережувальні технології повинні враховувати ці особливості, адаптуючи методи навчання до віку, статі, фізичного стану та психологічного комфорту учнів.

3. Принцип інтеграції. Здоров'язбережувальні технології мають бути інтегровані в усі аспекти освітнього процесу. Їх застосування не повинно обмежуватися фізичною активністю, а охоплювати також елементи психологічної підтримки, соціальних взаємодій та емоційного розвитку.

4. Принцип активності та залучення. Важливо забезпечити активну участь учнів у навчальному процесі. Здоров'язбережувальні технології мають стимулювати інтерес до навчання через інтерактивні методи, ігри та вправи, що сприяють розвитку фізичних і мовленнєвих навичок.

5. Принцип здорового способу життя. Виховання у дітей усвідомлення важливості здорового способу життя є ключовим. Здоров'язбережувальні технології повинні акцентувати увагу на правильному харчуванні, фізичній активності та психоемоційному здоров'ї, формуючи в учнів відповідальні звички.

6. Принцип співпраці. Співпраця між учителями, батьками та медичними працівниками є важливою для реалізації здоров'язбережувальних технологій. Спільні зусилля дозволяють створити єдину інформаційно-освітню середу, яка підтримує здоров'я учнів.

7. Принцип моніторингу та оцінювання. Регулярний моніторинг стану здоров'я учнів та оцінювання ефективності впроваджених технологій дозволяє коригувати освітній процес і адаптувати програми відповідно до потреб дітей.

Здоров'язбережувальні технології стали елементом сучасної освіти, що сприяє формуванню здорової та гармонійної особистості. Дотримання принципів їх використання дозволяє створити сприятливе навчальне середовище, в якому учні можуть ефективно розвиватися, навчатися та

зберігати своє здоров'я. Вони сприяють зниженню рівня стресу, підвищенню працездатності та формуванню стійких навичок здорового способу життя. Інтеграція здоров'язбережувальних технологій у освітній процес забезпечує комплексний підхід до розвитку учнів, гармонізуючи фізичний, емоційний та когнітивний аспекти їхнього становлення.

Можна класифікувати такі види оздоровчих технологій (табл. 1.2).

Таблиця 1.2

Види оздоровчих технологій

№ п/п	Назва видів оздоровчих технологій	Характеристика видів оздоровчих технологій
1.	Інноваційні гімнастики	Терапії: художня, дихальна, звукова, імунна, масаж, гідроаеробіка, психогімнастика (вправи, ігри, етюди, пантоміми, анімації, таестралізація)
2.	Профілактично-лікувальні	Фітотерапія (чаї, коктейлі, фітомішечки); ароматерапія (ароматизація приміщення); вітамінотерапія (вітамінізація страв)
3.	Терапевтичного спрямування	Арт-, піскова-, казко-, сміхо-, кольоро-, музико-, лялько-, ігрова та танцювальна терапія, релаксація

Зазначена класифікація оздоровчих технологій свідчить про їхню багатовекторність та комплексний вплив на фізичний, психоемоційний і когнітивний розвиток дитини.

Інноваційні гімнастики поєднують різноманітні методики фізичного розвитку, спрямовані на покращення координації, моторики, дихальної функції та загального тону організму. Вони формують витривалість, коригують поставу, стимулюють роботу мовленнєвого апарату, що є важливим для дітей із порушеннями мовлення [10, с. 64].

Профілактично-лікувальні методи мають на меті попередження захворювань та підтримання загального здоров'я через використання природних засобів, таких як лікарські трави, ароматичні речовини, вітаміни та

інші біологічно активні речовини. Вони допомагають зміцнити імунну систему, підвищити адаптаційні можливості організму та поліпшити психоемоційний стан дітей.

Терапевтичні методики спрямовані на корекцію та реабілітацію психофізичного стану дитини через використання різних форм терапії. Наприклад, арт- і піскова терапія сприяють розвитку творчого мислення, емоційної виразності та сенсорної інтеграції. Казкотерапія допомагає розвивати комунікативні навички та знімати психологічні бар'єри, а сміхотерапія та музикотерапія позитивно впливають на настрій і емоційний стан.

Казкотерапія поєднує в собі елементи арт-терапії, ігрової терапії та психодрами, створюючи сприятливе середовище для гармонійного розвитку дитини. Вона допомагає опрацьовувати емоційні переживання, розвивати моральні якості, вирішувати внутрішні конфлікти та зміцнювати самооцінку. Через взаємодію з казковими образами дитина легше сприймає складні життєві ситуації, вчиться знаходити вихід із проблемних ситуацій та отримує моделі конструктивної поведінки [21].

Використання цих оздоровчих технологій у педагогічній діяльності сприяє створенню комфортного освітнього середовища, яке враховує індивідуальні особливості кожної дитини, підтримує її фізичне та психічне здоров'я, а також підвищує ефективність навчального процесу.

Недоліки мовлення дітей тісно пов'язані з порушенням розвитку дрібної моторики, зокрема м'язів кисті руки. Через це вправи на розвиток «ручної спритності» займають значне місце в корекційних заняттях [7]. Діти можуть опановувати прийоми самомасажу, такі як погладжування, розтирання, розминання, вижимання, а також виконувати активні й пасивні рухи. Окрім вправ для кистей і пальців рук, варто використовувати гімнастику для очей, яка сприяє розвитку концентрації уваги, міжпівкульної взаємодії, вольової регуляції, вміння керувати рухами та контролювати свою поведінку.

Су-Джок терапія – це ефективний метод стимуляції розвитку дітей дошкільного віку через вплив на біологічно активні точки на кистях і стопах. Вона особливо корисна для розвитку мовлення, дрібної моторики та загального психоемоційного стану. Метою су-джок терапії є нормалізація м'язового тону та опосередковане стимулювання мовних областей у корі головного мозку. Су-джок акупунктура, що походить з східної медицини, передбачає стимулювання певних точок на кистях і стопах, які відповідають всім органам тіла. Це своєрідне «дистанційне управління», створене для підтримання здоров'я шляхом впливу на певні точки. Су-джок терапія відзначається високою ефективністю, безпекою та простотою, що робить її найкращим методом самопомоги на сьогоднішній день [15, с. 44]. Масаж пальців за допомогою кілець («їжачків») є зручним способом для позитивного впливу на весь організм.

Додатково до цього, вправи для кистей і пальців рук, а також гімнастика для очей сприяють розвитку не тільки мовних навичок, а й загальної фізичної координації та психоемоційної стійкості, що дозволяє дітям краще адаптуватися до навчального процесу, підвищувати свою впевненість та самостійність. Включення су-джок терапії в загальну програму корекційних заходів забезпечує комплексний підхід до здоров'язбереження та сприяє гармонійному розвитку дитини.

О. Федорова для досягнення найкращих результатів у постановці звуків, і щоб процес був більш цікавим та захоплював дітей, рекомендує застосовувати біоенергопластику. Метод поєднує в собі взаємодію руки і мови (синхронізовану гімнастику). Біоенергопластика позитивно впливає на інтелектуальну діяльність дітей, розвиваючи координацію рухів і дрібну моторику. Застосування методу сприяє позитивним структурним змінам в організмі: синхронізується робота півкуль головного мозку, розвиваються здібності, покращуються увага, пам'ять, мислення та мова [37].

Метод біоенергопластики ефективно прискорює виправлення дефектних звуків у дітей зі зниженими або порушеними кінестетичними

відчуттями. Це досягається завдяки багаторазовому підсиленню імпульсів, що йдуть до кори головного мозку під час роботи долонею. Синхронізація роботи над мовленням і дрібною моторикою вдвічі скорочує час занять, водночас посилюючи їхню ефективність. Вона дозволяє швидко перейти від зорової опори (дзеркала) до виконання вправ на основі відчуттів.

Під час застосування біоенергопластики, простежуються позитивні зміни в організмі: синхронізується робота півкуль головного мозку, розвиваються здібності, покращуються увага, пам'ять, мислення та мова. Біоенергопластика розвиває навички вольової регуляції та вміння контролювати свої рухи й поведінку.

Метод біоенергопластики є надзвичайно корисним для дітей, які мають мовленнєві порушення. Завдяки цьому методу, діти розвивають координацію рухів, дрібну моторику, покращують свою пам'ять і увагу, а також підвищують свої інтелектуальні здібності, що робить процес навчання не тільки ефективнішим, але й більш цікавим та захоплюючим для дітей.

Узагальнюючи вищезазначене, можна стверджувати, що здоров'язбереження є невід'ємною складовою педагогічної діяльності. Турбота про фізичне та психологічне здоров'я учнів і вчителів сприяє створенню ефективного навчально-виховного процесу, розвитку гармонійних особистостей та забезпеченню успішного майбутнього для кожного учасника освітнього процесу.

1.3 Психолого-педагогічні умови впровадження здоров'язбережувальних технологій у корекційній практиці

У сучасному освітньому процесі особливе значення надається здоров'язбережувальним технологіям, адже вони сприяють формуванню фізично та психічно здорової особистості, яка здатна до ефективного навчання та соціальної взаємодії. В умовах постійних змін у суспільстві, зростання психоемоційного навантаження на учнів, а також поширення малорухливого

способу життя, питання збереження здоров'я дітей та підлітків набуває особливої актуальності. Освітній заклад не лише виконує навчальні функції, а й відіграє важливу роль у зміцненні здоров'я учнів, формуванні культури здорового способу життя та профілактиці різних захворювань.

Здоров'язбережувальні педагогічні технології являють собою комплекс науково обґрунтованих методик, прийомів і засобів, спрямованих на створення сприятливих умов для розвитку дитини, збереження її здоров'я та підвищення стійкості до негативних факторів навколишнього середовища. Вони базуються на інтеграції педагогічних, медичних, психологічних і соціальних підходів, що дозволяє створювати гармонійне освітнє середовище, в якому кожна дитина має можливість реалізовувати свої здібності без шкоди для фізичного та психічного стану.

Успішна реалізація здоров'язбережувальних технологій на думку Н. Муравйової та О. Федорової потребує врахування ряду психолого-педагогічних умов, серед яких важливими є забезпечення безпечного освітнього простору, підтримка позитивного психологічного клімату, адаптація навчального процесу до вікових та індивідуальних особливостей дітей, розвиток навичок саморегуляції та емоційної стійкості [37]. Особливу увагу слід приділяти профілактиці стресу, перевтоми, нервових і фізичних перенавантажень, що є важливими чинниками збереження здоров'я та успішності навчання.

Розглядаючи питання застосування здоров'язбережувальних технологій у педагогічній діяльності, необхідно враховувати їх значення для корекційної роботи, зокрема у діяльності вчителя-логопеда. Використання відповідних методик дозволяє ефективно коригувати мовленнєві порушення, забезпечувати комплексний підхід до психофізичного розвитку дитини, що сприяє кращій адаптації до навчального середовища [43].

На основі аналізу наукових праць вчених (Д. Єланської, Л. Рибалко та інших) відобразимо психолого-педагогічні умови ефективного освітнього процесу у табл. 1.3 [18; 22].

Психолого-педагогічні умови ефективного освітнього процесу

№ п/п	Психолого-педагогічна умова	Опис умови
1.	Формування безпечного та комфортного освітнього середовища	Створення емоційно підтримуючої атмосфери, врахування індивідуальних особливостей, довіра та співпраця
2.	Мотивація до навчання та розвитку	Використання активних методів навчання, розвиток внутрішньої мотивації, стимулювання самостійності
3.	Індивідуальний підхід у навчанні	Діагностика рівня знань і особливостей учнів, адаптивне та диференційоване навчання
4.	Розвиток психологічної стійкості та саморегуляції	Навчання методам управління емоціями, розвиток когнітивних та емоційно-вольових навичок, застосування казкотерапії, арт-терапії тощо
5.	Підтримка соціальної адаптації та комунікативних навичок	Формування ефективного спілкування, психологічний супровід, інтерактивна групова робота

Впровадження здоров'язберезувальних технологій у корекційну практику відіграє вагомий роль у забезпеченні всебічного розвитку дітей з особливими освітніми потребами. Воно сприяє не лише підвищенню ефективності навчального процесу, а й покращенню загального фізичного, емоційного та психічного стану учнів. Формування здоров'язберезувального освітнього середовища забезпечує комплексний вплив на організм дитини, що дозволяє адаптувати освітній процес відповідно до її індивідуальних можливостей і потреб.

Здоров'язберезувальні технології, будучи складовою інклюзивного та корекційного навчання, сприяють створенню умов для гармонійного розвитку дитини, мінімізації стресових факторів та оптимізації навчально-виховного процесу. Вони дозволяють покращити когнітивні функції, розвивати комунікативні навички, формувати позитивне ставлення до навчання, а також сприяти адаптації в соціальному середовищі. Завдяки використанню

здоров'язберезувальних методик зменшується рівень тривожності, підвищується рівень емоційної стійкості та загального благополуччя дитини, що є важливим чинником для її успішної соціалізації та інтеграції в суспільство [32].

З наукової точки зору, застосування здоров'язберезувальних технологій у корекційній педагогіці базується на міждисциплінарному підході, що включає психолого-педагогічні, медико-біологічні та соціальні аспекти. В. Сухомлинський наголошує, що ефективна педагогічна корекція можлива лише за умови врахування фізіологічних і психічних особливостей дитини [52]. Використання арт-терапії, музикотерапії, казкотерапії, дихальних вправ та інших здоров'язберезувальних методик позитивно впливає на нервову систему, сприяє емоційній стабільності та покращує працездатність учнів.

І. Мартиненко, стверджує, що здоров'язберезувальні технології у корекційній практиці виконують компенсаційну та профілактичну функцію. Допомагають не тільки коригувати наявні порушення, а й запобігати можливим труднощам у фізичному та психоемоційному розвитку дитини. Науково обґрунтоване впровадження таких технологій у педагогічний процес сприяє формуванню мотивації до навчання, підвищенню стресостійкості, покращенню адаптації дітей у соціальному середовищі та забезпеченню їхнього всебічного розвитку [31].

Застосовуючи здоров'язберезувальні прийоми під час корекційних занять, не варто забувати про важливість психоемоційної сфери. Створення позитивного емоційного фону, використання музики та шумових ефектів (шум моря, лісу, вітру, спів птахів, голоси тварин тощо) має значний вплив на ефективність корекційного процесу. Л. Пісоцька та О. Пісоцький доводять, що завдяки цим методам підвищується здатність до навчання, покращується увага та сприйняття; діти вчаться бачити, чути, міркувати; коригується поведінка та долаються психологічні труднощі, знімається емоційна напруга і тривожність [41].

Наукові дослідження М. Шеремет підтверджують, що використання таких методів сприяє активації когнітивних процесів у дітей, поліпшенню їхньої емоційної стабільності та загальному психологічному благополуччю. Музична терапія, має позитивний вплив на розвиток мовленнєвих навичок, оскільки музика стимулює роботу мозку та сприяє формуванню нейронних зв'язків [31].

Використання шумових ефектів створює природне середовище, що сприяє розслабленню та концентрації уваги. Наприклад, звук моря або спів птахів має заспокійливий ефект і допомагає знижувати рівень стресу у дітей. Це, в свою чергу, сприяє підвищенню їхньої мотивації до навчання та активності на заняттях.

Варто звернути увагу на застосування технік релаксації та медитації, які допомагають дітям зосереджуватися, знижувати тривожність і покращувати емоційний стан. Використання таких методів у комплексі з традиційними корекційними заходами дозволяє досягти більш стійких результатів у навчанні та розвитку дітей.

Застосування здоров'язберезувальних прийомів у корекційних заняттях забезпечує комплексний підхід до вирішення мовленнєвих проблем, сприяє загальному розвитку дітей, покращенню їхнього психоемоційного стану та підвищенню ефективності навчання. Це важливий крок до створення сприятливих умов для гармонійного розвитку та благополуччя кожної дитини.

Практичні аспекти впровадження здоров'язберезувальних технологій базуються на комплексному підході до розвитку дитини як цілісної біопсихосоціальної особистості, де взаємопов'язані фізичний, психологічний та соціальний аспекти її становлення. У цьому контексті здоров'язбереження розглядається не лише як сукупність лікувально-профілактичних заходів, а як інтегративна складова освітнього процесу, спрямована на гармонійний розвиток дитини, формування у неї відповідального ставлення до власного здоров'я та засвоєння навичок здорового способу життя [23].

На думку О. Ващенко впровадження здоров'язбережувальних технологій у педагогічну практику передбачає створення сприятливого середовища для підтримки та зміцнення здоров'я учнів, запобігання перевтомі, зниження рівня стресу та формування адаптивних механізмів. Важливим системоутворюючим принципом у цій діяльності є індивідуально-диференційований підхід, який враховує особистісні, вікові та психофізіологічні особливості дітей. Такий підхід дозволяє не лише ефективно реалізовувати корекційно-розвивальні заходи, а й підвищувати рівень освітніх досягнень учнів, сприяючи їхній соціальній інтеграції та підготовці до активної життєдіяльності [8].

Успішне впровадження здоров'язбережувальних технологій можливе за умови активної співпраці з батьками та громадою. Батьки повинні бути залучені до процесу формування здорових звичок у дітей, підтримувати здоровий спосіб життя вдома та брати участь у спільних заходах з дітьми.

Інформаційно-комунікаційні технології відіграють важливу роль у впровадженні здоров'язбережувальних технологій. Використання інтерактивних платформ, мобільних додатків та онлайн-ресурсів дозволяє надавати актуальну інформацію щодо здорового способу життя, методик самопомоги та рекомендацій для батьків. Необхідно застосовувати ці технології для обміну досвідом та кращими практиками між педагогами, а також для підвищення кваліфікації педагогічних кадрів.

С. Свириденко зазначає, що практичні аспекти впровадження здоров'язбережувальних технологій базуються на системному та комплексному підході до розвитку дитини, що враховує фізичні, психологічні та соціальні аспекти її становлення [8]. Це сприяє формуванню гармонійно розвинених особистостей, підвищенню освітніх досягнень та загальному зміцненню здоров'я дітей. Інтеграція здоров'язбережувальних технологій у педагогічну практику є важливим кроком до створення сприятливих умов для навчання та розвитку кожної дитини.

Здоров'язбережувальні технології в освітньому процесі поділяються на дві основні групи: здоров'язберігаючі та здоров'яформуючі.

Здоров'язберігаючі технології спрямовані на створення безпечного та комфортного освітнього середовища, що забезпечує оптимальні умови для навчальної діяльності, соціальної взаємодії та психофізіологічного розвитку учнів. Вони передбачають комплекс заходів, орієнтованих на підтримку здоров'я дітей шляхом раціональної організації освітнього процесу з урахуванням вікових, статевих, індивідуальних особливостей, а також основних гігієнічних норм і вимог [59].

Здоров'яформуючі технології орієнтовані на активне зміцнення фізичного, психічного та соціального здоров'я учнів, підвищення їхнього адаптивного потенціалу та формування стійких навичок здорового способу життя.

В. Ткаченко у педагогічному контексті здоров'язбереження розглядає як соціально-освітню, багатофункціональну систему, що ґрунтується на гуманістичних, аксіологічних, інструментальних, спонукальних та просвітницьких принципах. Уточнюючи сутність поняття «здоров'язбережувальна технологія», можна зазначити, що це структурована, систематизована взаємодія між учасниками педагогічного процесу, яка включає науково обґрунтовані методи, форми і способи формування та збереження здоров'я [57]. Цей процес охоплює сукупність психолого-педагогічних прийомів роботи з дітьми і підходи до вирішення питань, пов'язаних з оздоровленням, створюючи умови для збереження і зміцнення здоров'я. Важливим аспектом є також усвідомлення педагогом цінності власного здоров'я та здоров'я своїх вихованців, що є необхідною складовою ефективною педагогічної діяльності.

З точки зору наукового підходу І. Поташнюк, здоров'язбереження в освіті інтегрує знання з різних наукових дисциплін, таких як медицина, психологія, педагогіка та соціологія, для створення комплексної системи здоров'язбережувальних заходів. Такі заходи мають на меті фізичне

оздоровлення і розвиток психічної, емоційної та соціальної складових здоров'я, що забезпечує гармонійний розвиток особистості. Основними принципами здоров'язбережувальної діяльності є профілактика захворювань, формування здорових звичок та середовища, сприятливого для розвитку дітей [48].

У педагогічному процесі важливо враховувати індивідуальні потреби та особливості кожної дитини, розробляючи диференційовані підходи до здоров'язбереження. Це передбачає використання інноваційних технологій та методик, які сприяють підвищенню ефективності оздоровчих заходів і формуванню стійкої мотивації до ведення здорового способу життя.

На наш погляд, здоров'язбережувальна технологія в педагогічній практиці є цілісною системою, яка не лише підтримує фізичне здоров'я, але й сприяє всебічному розвитку особистості, формуючи у дітей та педагогів усвідомлене ставлення до здоров'я як до ключового елемента успішного життя.

Отже, впровадження здоров'язбережувальних технологій у корекційну практику є важливим аспектом спеціальної освіти, який сприяє не лише усуненню або пом'якшенню порушень розвитку, а й забезпеченню загального гармонійного становлення дитини. Реалізація цих технологій ґрунтується на індивідуально-диференційованому підході, що враховує особливості кожної дитини, її фізичний, когнітивний та емоційний стан. Створення сприятливого психолого-педагогічного середовища, що включає комплексну корекційну підтримку, мотивацію до активного навчання та здорового способу життя, дозволяє не лише покращити освітні результати, а й сприяти соціальній адаптації учнів [37, с. 16].

Необхідною умовою ефективного впровадження здоров'язбережувальних технологій є їх інтеграція у освітній процес через активне використання інтерактивних методів, арт-терапії, психогімнастики, релаксаційних технік та фізичної активності. Залучення батьків і педагогів до

цього процесу допомагає сформувати у дітей стійку мотивацію до здорового способу життя та відповідальне ставлення до власного здоров'я.

Таким чином, здоров'язбережувальні технології в корекційній практиці виступають не лише засобом підтримки фізичного й психічного здоров'я дитини, а й важливим елементом її всебічного розвитку та соціальної інтеграції.

Висновки до розділу 1

У першому розділі дослідження здійснено комплексний теоретичний аналіз проблеми впровадження здоров'язбережувальних технологій у корекційній роботі вчителя-логопеда. На основі опрацювання наукових джерел з педагогіки, психології, логопедії та спеціальної освіти з'ясовано сутність, значення, класифікацію й особливості використання здоров'язбережувальних технологій у сучасному освітньому процесі.

Встановлено, що здоров'язбережувальні технології є цілісною системою науково обґрунтованих методів, прийомів і засобів, спрямованих на збереження, зміцнення та формування фізичного, психічного і соціального здоров'я учасників освітнього процесу. Вони поєднують медико-біологічні, психолого-педагогічні та соціальні компоненти й забезпечують створення безпечного, комфортного та розвивального освітнього середовища.

Доведено, що у корекційній роботі вчителя-логопеда здоров'язбережувальні технології мають особливе значення, оскільки корекція мовленнєвих порушень тісно пов'язана із загальним психофізичним станом дитини. Використання артикуляційної гімнастики, дихальних вправ, логоритміки, пальчикової гімнастики, су-джок терапії, біоенергопластики, арт-, музико- та казкотерапії сприяє не лише розвитку мовлення, а й зниженню емоційної напруги, підвищенню працездатності, мотивації та адаптаційних можливостей дітей.

Проаналізовано психолого-педагогічні умови ефективного впровадження здоров'язбережувальних технологій у корекційній практиці,

серед яких ключовими є: створення безпечного й емоційно комфортного освітнього середовища; індивідуально-диференційований підхід до кожної дитини; підтримка позитивного психологічного клімату; розвиток навичок саморегуляції та емоційної стійкості; активна взаємодія педагога з батьками та фахівцями супроводу.

Узагальнення теоретичних положень дозволяє стверджувати, що здоров'язберезувальні технології в корекційній практиці виступають не лише засобом підтримки здоров'я, а й важливим чинником підвищення ефективності корекційно-розвивальної роботи, гармонійного розвитку особистості дитини та її успішної соціальної інтеграції. Отримані теоретичні висновки слугують науковим підґрунтям для подальшого практичного дослідження та впровадження здоров'язберезувальних технологій у діяльність вчителя-логопеда.

РОЗДІЛ 2

ЗМІСТОВО-ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ КОРЕКЦІЙНОЇ РОБОТИ З ВИКОРИСТАННЯМ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ

2.1. Роль і місце здоров'язбережувальних технологій у логопедичній роботі

Фізичний стан дитини, її психологічне благополуччя та здатність адаптуватися в соціальному середовищі залежать від умов, у яких вона зростає і розвивається. Після досягнення шести років середовищем для дитини стає школа – місце, де вона проводить більшу частину дня, активно взаємодіє з однолітками, опановує нові знання та формує важливі навички.

Шкільне середовище відіграє фундаментальну роль у формуванні фізичного здоров'я дитини, впливаючи на її активність, режим харчування та умови навчання. Водночас воно є необхідним чинником розвитку соціальних та емоційних навичок: здатності спілкуватися, вирішувати конфлікти, працювати в команді та долати труднощі. Саме тому створення комфортного, безпечного та мотивуючого освітнього простору є критично важливим для гармонійного розвитку особистості.

А. Тимченко акцентує увагу на важливості здоров'язбережувальних технологій у педагогічному процесі, зокрема в логопедичній роботі [52, с. 108]. Роль таких технологій полягає у формуванні у дітей правильних навичок поведінки, розвитку мовленнєвих здібностей та в підтримці загального фізичного і емоційного здоров'я, що є невід'ємною частиною успішної корекційної роботи логопеда.

Сьогодні стан здоров'я населення України наголошує на необхідності впровадження технологій, спрямованих на збереження здоров'я та формування свідомого ставлення до власного благополуччя в молодого покоління. Використання таких підходів у навчальному процесі дозволяє

оцінювати умови життєдіяльності, підтримувати фізичний і психічний потенціал дітей та молоді, формувати свідомість щодо здорового способу життя та закладати основи для довготривалого збереження здоров'я.

Здоров'язберігаючі технології дають можливість здійснювати моніторинг показників фізичного та психологічного стану молоді, передбачати потенційні ризики та планувати відповідні профілактичні заходи, які охоплюють психолого-педагогічну корекцію, реабілітацію та підтримку. Вони сприяють розвитку культури здоров'я, формуванню позитивної мотивації щодо здорового способу життя та активізації моральних якостей, які допомагають змінити негативну поведінку на більш продуктивну й конструктивну. Технології не можуть бути відірваними від загальної освітньої системи – вони повинні інтегруватися в педагогічні процеси, співпрацюючи з іншими методами. Завдяки здоров'язберігаючим технологіям можливо забезпечити високий рівень якості життя та сприяти формуванню свідомого суспільства, яке ставить збереження здоров'я як один із головних національних пріоритетів.

Сучасна логопедична практика передбачає комплексний підхід до корекції мовленнєвих порушень, що окреслює не лише традиційні методи, але й здоров'язбережувальні технології. Вони спрямовані на підтримку фізичного, психоемоційного та когнітивного здоров'я дітей, що особливо важливо для осіб із мовленнєвими вадами. Використання таких технологій у логопедичній роботі сприяє підвищенню ефективності корекційного впливу, створенню комфортних умов для навчання, профілактиці соматичних і неврологічних ускладнень [39].

Здоров'язбережувальні технології в логопедії за О. Ващенко та С. Свириденко складаються із системи заходів, що сприяють зміцненню здоров'я дитини та оптимізації її адаптаційних можливостей [8, с. 5]. До них належать дихальна гімнастика, логопедичний масаж, вправи на розвиток дрібної моторики, кінезіологічні методики, психогімнастика та сенсорна інтеграція. Логопедичний масаж впливає на м'язовий тонус артикуляційного апарату, що

є особливо важливим для дітей із дизартрією або моторною алалією [59, с. 125].

Рухові та психофізіологічні вправи мають бути спрямовані на активізацію міжпівкульної взаємодії та покращення когнітивних функцій. Л. Калмиковою доведено, що розвиток дрібної моторики безпосередньо впливає на формування мовлення, оскільки активізація пальців рук стимулює мовленнєві центри мозку. Використання пальчикової гімнастики, сенсорних ігор, роботи з природними матеріалами сприяє розвитку координації, концентрації уваги та когнітивної активності [24; 25]. Впровадження кінезіологічних вправ допомагає поліпшити роботу мозку завдяки залученню одночасної активності різних його відділів.

У сучасній логопедичній практиці здоров'язберезувальні технології розглядаються як невід'ємна складова корекційно-розвивального процесу, котра забезпечує ефективність мовленнєвої терапії та сприяє гармонійному розвитку дитини. Розглянемо кілька основних груп таких технологій, кожна з яких має своє функціональне призначення:

1. Медико-профілактичні технології спрямовані на попередження порушень, що можуть ускладнювати мовленнєвий розвиток. До них належать заходи з профілактики порушень опорно-рухового апарату, зору, слуху та голосового апарату. У логопедичній роботі застосовуються вправи для підтримки правильної постави, гігієни зору і профілактики перенапруження голосових зв'язок, що особливо важливо для дітей із порушеннями фонетико-фонематичної сторони мовлення.

2. Психолого-педагогічні технології мають на меті створення позитивного емоційного фону, зниження тривожності та підвищення мотивації до навчання. До них належать ароматерапія, музикотерапія, методи сенсорної інтеграції, кольоротерапія, ігротерапія. Перелічені технології сприяють гармонізації психоемоційного стану дитини, активізують пізнавальну діяльність, полегшують процес засвоєння мовленнєвого матеріалу, особливо у дітей з комплексними порушеннями розвитку.

3. Фізкультурно-оздоровчі технології забезпечують підтримку фізичного здоров'я та оптимального рівня рухової активності. У логопедичних заняттях активно використовуються динамічні паузи, вправи для формування правильної постави, дихальна гімнастика, артикуляційна гімнастика, пальчикова гімнастика. Засоби сприяють загальному оздоровленню, покращують мовленнєве дихання, координацію, дрібну моторику, що є компонентами мовленнєвої діяльності.

4. Соціально-адаптаційні технології спрямовані на формування сприятливого соціального середовища, розвиток комунікативних навичок та соціальної компетентності. Охоплюють створення дружньої атмосфери, розвиток навичок співпраці, толерантності, взаємопідтримки. Потрібно застосовувати для дітей з мовленнєвими порушеннями, які часто мають труднощі в соціальній адаптації та міжособистісному спілкуванні.

Соціально-адаптаційний блок здоров'язбережувальних технологій охоплює комплекс методів, спрямованих на формування соціальних компетентностей, розвиток ефективної комунікації та забезпечення успішної взаємодії дитини з оточенням. Для дітей із мовленнєвими порушеннями соціальна адаптація має особливе значення, оскільки труднощі у мовленнєвому розвитку часто супроводжуються зниженням самооцінки, сором'язливістю, комунікативними бар'єрами, обмеженою участю в колективній діяльності та труднощами емоційної саморегуляції. Соціально-адаптаційні технології забезпечують умови, за яких дитина поступово набуває здатності повноцінно взаємодіяти з однолітками та дорослими, опановує конструктивні способи спілкування й опрацьовує необхідні соціальні сценарії.

Напрямом соціально-адаптаційних технологій є створення підтримувального та безпечного освітнього середовища. Простір формує позитивний емоційний фон, зменшує рівень психоемоційного напруження та сприяє зниженню комунікативних труднощів. Атмосфера доброзичливості й довіри підвищує готовність дитини до взаємодії, активізує мовленнєву діяльність та стимулює інтерес до навчання. Емоційна безпека та відсутність

оцінного тиску створюють умови, за яких діти з порушеннями мовлення виявляють більшу ініціативність та впевненість у висловлюванні власних думок.

Наступним компонентом виступає розвиток комунікативних умінь, які формують основу для соціальної компетентності. У логопедичній роботі доцільно впроваджувати вправи й педагогічні ситуації, що сприяють опануванню навичок діалогічного та полілогічного мовлення, послідовному висловлюванню думок, використанню відповідних інтонаційних засобів, емоційної виразності та неревбальних форм комунікації. Опрацювання цих компонентів підсилює мовленнєву впевненість, формує навички налагодження контакту, ведення розмови та коректного реагування на комунікативні стимули.

Соціально-адаптаційні технології охоплюють і інтерактивні групові форми роботи. Заняття у малих групах, логопедичні ігри, рольові та ситуаційні моделі спілкування сприяють розвитку кооперації, толерантності та взаємопідтримки. Діти вчаться брати участь у спільних завданнях, узгоджувати дії з партнерами, вирішувати конфліктні ситуації та формувати конструктивні стратегії поведінки. Методи позитивно впливають на розвиток соціальної активності й підвищують здатність до адаптації в природних умовах шкільного та позашкільного середовища.

На думку М. Забари та Л. Волинської соціально-адаптаційні технології формують комплекс умов для гармонійного соціального розвитку дітей з мовленнєвими порушеннями [20, с. 163]. Застосування технологій оптимізує взаємодію у дитячому колективі, сприяє становленню комунікативної компетентності, підсилює мовленнєву активність та створює основу для ефективної інтеграції дитини в соціальний простір.

Класифікація здоров'язберезувальних технологій у логопедичній роботі дозволяє системно підійти до їх впровадження, враховуючи індивідуальні потреби дітей, специфіку мовленнєвих порушень та загальні принципи збереження здоров'я. Комплексне використання зазначених

технологій забезпечує ефективність логопедичного впливу та сприяє формуванню здоров'язбережувальної компетентності дитини.

Важливе значення має психоемоційна підтримка дітей із мовленнєвими порушеннями. Застосування релаксаційних технік, елементів арт-терапії, музикотерапії та ігротерапії допомагає знизити рівень стресу, створити позитивну мотивацію до занять і покращити загальний емоційний стан дитини [41, с. 105]. До прикладу, музикотерапія сприяє розвитку слухового сприйняття, ритмічного мовлення, стимулює активність лівої півкулі мозку, що відповідає за мовленнєву діяльність.

Організація логопедичних занять має відповідати принципам здоров'язбереження. Оптимальні умови навчального середовища, ергономічність приміщення, достатнє природне освітлення, чергування розумового і фізичного навантаження є чинниками, що сприяють ефективності корекційної роботи. Використання інтерактивних технологій та спеціалізованих комп'ютерних програм дає змогу зменшити когнітивне навантаження на дитину та покращити засвоєння мовного матеріалу [40].

Організація логопедичних занять має ґрунтуватися на принципах здоров'язбереження, що забезпечують оптимальні умови для корекційно-розвивальної діяльності та підтримують фізичний і психоемоційний стан дитини протягом усього навчального процесу. Формування такого освітнього середовища передбачає системний підхід, який включає раціональну організацію простору, гнучкий режим занять, збалансоване поєднання різних видів активності та застосування сучасних технологічних засобів.

Для забезпечення комфортних умов у приміщенні, де проводяться заняття важливо забезпечити ергономічність робочого простору, що передбачає правильне облаштування меблів відповідно до вікових і фізичних особливостей дітей, це сприяє зниженню м'язового напруження, запобігає викривленню постави та підвищує загальну стійкість уваги. Наявність достатнього природного освітлення позитивно впливає на роботу зорового аналізатора, підтримує високу працездатність та зменшує стомлюваність, що

безпосередньо відображається на якості виконання мовленнєвих завдань. Організація заняття повинна враховувати необхідність чергування інтелектуального, мовленнєвого та фізичного навантаження. Раціональне використання динамічних пауз, елементів дихальної або рухової гімнастики сприяє активізації нервової системи, підвищенню концентрації уваги й забезпечує належний рівень підготовленості дитини до подальшого опрацювання навчального матеріалу. Збалансування навантаження зменшує ризик перевтоми, підтримує позитивний емоційний тонус та оптимізує сприйняття корекційного впливу.

Використання інтерактивних технологій стало невід'ємною складовою сучасної логопедичної практики. Спеціалізовані комп'ютерні програми, мультимедійні тренажери та інтерактивні вправи дають змогу індивідуалізувати навчання, підвищити рівень мотивації, стимулювати інтерес до занять і водночас зменшити когнітивне навантаження на дитину завдяки візуалізації та ігровим формам подання матеріалу. Цифрові платформи дозволяють адаптувати темп і складність завдань відповідно до індивідуальних потреб, що підсилює корекційний ефект і забезпечує системне формування мовленнєвих навичок.

Застосування здоров'язбережувальних принципів у структурі логопедичного заняття створює сприятливі умови для формування мовлення, розвитку когнітивних процесів та зміцнення психофізичного потенціалу дитини. Підхід сприяє підвищенню результативності корекційної роботи та формує у дітей навички раціонального ставлення до власного здоров'я в процесі навчання.

Отже, здоров'язбережувальні технології у логопедичній практиці мають бути невід'ємним елементом комплексного підходу до корекції мовленнєвих порушень. Адже вони не лише сприяють покращенню фізичного та психоемоційного стану дитини, а й підвищують ефективність логопедичних занять, створюючи оптимальні умови для мовленнєвого розвитку.

2.2. Розробка системи занять із впровадженням здоров'язбережувальних технологій

Здоров'я дітей є основою їхнього гармонійного розвитку, майбутньої успішності та соціальної адаптації. В сучасному світі, коли рівень фізичної активності дітей знижується, а вплив шкідливих екологічних та соціальних факторів зростає, використання здоров'язбережувальних технологій стає важливим компонентом освітнього процесу.

За даними ВООЗ, здоровий спосіб життя у ранньому віці формує основу для фізичного та психічного благополуччя у дорослому житті. Тому в дошкільній освіті необхідно приділяти увагу навчанню та вихованню, збереженню здоров'я дитини через інтеграцію здоров'язбережувальних технологій у педагогічний процес [9, с. 108].

Основною метою системи занять є формування у дітей усвідомленого ставлення до свого здоров'я та вироблення корисних звичок. Це досягається через активні рухові, оздоровчі та гігієнічні заходи, що поєднують ігрові методи навчання та формування мотивації до здорового способу життя.

Основні завдання системи занять із впровадженням здоров'язбережувальних технологій:

- формування у дітей знань про здоров'я (основи здорового харчування, значення фізичної активності, особиста гігієна);
- розвиток фізичної активності (використання рухливих ігор, фізкультурних хвилинок, оздоровчої гімнастики);
- формування навичок емоційної саморегуляції (релаксаційні вправи, дихальна гімнастика, вправи для зняття напруги);
- розвиток комунікативних та соціальних навичок (навчання взаємодії з однолітками, правила поведінки у здоровому середовищі);
- профілактика захворювань та підвищення стійкості організму (загартування, дотримання режиму дня, попередження стресових станів).

У табл. 2.1. представимо методи та прийоми впровадження здоров'язбережувальних технологій, які застосовуються у заняттях.

Таблиця 2.1

Методи та прийоми впровадження здоров'язбережувальних технологій

№ п/п	Метод	Опис методу
1.	Ігровий метод	Здоров'язбережувальні технології інтегруються в навчання через рухливі та сюжетно-рольові ігри, що сприяє засвоєнню матеріалу в невимушеній формі
2.	Бесіди та інтерактивне спілкування	Бесіди допомагають дітям усвідомити користь здорового способу життя, розвивають мислення та мовлення
3.	Фізичні вправи та дихальна гімнастика	Сприяють розвитку координації, витривалості та психоемоційної стабільності
4.	Сенсорні та релаксаційні техніки	Сприяють розслабленню, зняттю психоемоційного напруження, поліпшенню концентрації уваги
5.	Практичні вправи	Формують навички самообслуговування, особистої гігієни та корисних звичок

Очікувані результати:

- підвищення рівня фізичного здоров'я дошкільників;
- розвиток стійкого інтересу до здорового способу життя;
- покращення рівня рухової активності, гнучкості, координації;
- формування емоційної стійкості та стресостійкості у дітей;
- зниження рівня захворюваності в дитячому колективі.

Заняття для середнього та старшого дошкільного віку

Заняття 1. «Весела зарядка – запорука здоров'я!»

Мета: ознайомити дітей із користю ранкової зарядки, розвивати координацію рухів та спритність, формувати позитивне ставлення до фізичної активності.

Хід заняття:

I. Організація дітей до заняття.

1. Привітання у колі: «Доброго ранку, друзі!»;
2. Гра «Будьмо здорові!» (Діти передають м'яч і називають корисні звички).

II. Основна частина

1. Вправа «Сонячні промінчики».

Діти уявляють, що вони – сонячні промінчики, які розігрівають землю. Вони піднімають руки вгору, розводять їх у боки, роблять нахили, присідання, потягуються, «засвічуючи» свої промінчики;

2. Рухлива гра «Веселі звірята».

Вихователь називає тварину, а діти повторюють її рухи:

- Зайчик – стрибки на двох ногах.
- Ведмедик – перевалювання з ноги на ногу.
- Пташка – махають руками, ніби крилами.
- Кішечка – стають на карачки, вигинають спинку.

III. Підсумок.

1. Вправа «Як відчувається наше тіло?».

Діти стають у коло, кладуть руки на груди та закривають очі.

Вихователь запитує:

- Як зараз відчувається твоє тіло?
- Чи стало тобі веселіше?
- Що було найцікавішим у занятті?

2. Бесіда «Як зробити зарядку веселою?».

- Що тобі найбільше сподобалося на занятті?

- Чому важливо щоранку робити зарядку?
- Як можна зробити зарядку веселішою? (наприклад, під музику, разом із друзями, вигадуючи нові рухи).

Заняття 2. «Здорова їжа – здорове життя»

Мета: закріпити знання про корисну та шкідливу їжу, формувати навички аналізу та вибору здорової їжі, виховувати правильні харчові звички.

Хід заняття:

I. Організація дітей до заняття.

1. Привітання у формі ритмічного вірша.

Ранок світає, день починається,
Забувши про втому, ми йдемо вперед.
Садочок – наш простір мрій і навчання,
Життя там вирує, як водоспад!

2. Гра «Знайди корисне» (діти обирають із малюнків корисну їжу)
(Додаток А).

II. Основна частина.

1. Бесіда «Що таке здорова їжа?».

Вихователь проводить бесіду, розповідаючи дітям, що таке здорова їжа та чому вона важлива для нашого тіла. Запитує дітей:

- Що таке здорова їжа?
- Які продукти допомагають нам бути сильними і здоровими?
- Як ви думаєте, чому важливо їсти овочі і фрукти?

2. Гра «Корисне – некорисне».

Вихователь пропонує дітям кілька карток з зображеннями різних продуктів (овочі, фрукти, солодощі, газовані напої тощо). Діти повинні класти продукти на дві групи: «Корисне» та «Некорисне». Вихователь пояснює, чому той чи інший продукт належить до певної категорії.

3. Вправа «Готуємо здоровий сніданок».

Діти отримують картинки з різними продуктами харчування (фрукти, овочі, молочні продукти, злаки тощо). Завдання дітей – створити «тарілку» здорового сніданку, комбінуючи різні продукти. Після цього вихователь обговорює разом з дітьми їх вибір:

- Що ми можемо їсти на сніданок, щоб бути сильними і здоровими?
- Чому важливо, щоб сніданок був різноманітним?

III. Підсумок.

1. Вправа «Як я сьогодні буду їсти?»
(Діти планують свій здоровий раціон).
2. Бесіда: «Чи можна їсти цукерки кожен день?».

Вихователь ставить запитання дітям:

- Чи можна їсти цукерки кожен день?
- Що буде, якщо їсти тільки солодощі?
- Як зробити корисні страви смачними?

Заняття 3. «Чисті ручки – здорові діти»

Мета: ознайомити дітей із правилами гігієни рук, сформувати навички миття рук, виховувати відповідальне ставлення до особистої гігієни.

Хід заняття:

I. Організація дітей до заняття.

1. Привітання: «Чисті руки – здорові діти!».

Вихователь разом із дітьми промовляє гасло «Чисті руки – здорові діти!» та виконує з ними прості рухи, що символізують чистоту (наприклад, «миємо» руки у повітрі).

2. Гра «Що потрібно для чистоти?».

Вихователь показує малюнки різних предметів, серед яких є як предмети для гігієни (мило, рушник, вода), так і інші (іграшки, книжки). Діти повинні вибрати лише ті предмети, які відповідають темі чистоти.

II. Основна частина.

1. Бесіда «Чому важливо мити руки?».

Вихователь пояснює дітям, чому важливо мити руки перед їжею, після вулиці та після відвідування туалету, які хвороби можуть бути спричинені нечистими руками. Важливо акцентувати увагу на мікробах і їхньому впливі на здоров'я.

2. Дослід «Брудні руки та мікроби».

Вихователь «забруднює» руки борошном або фарбою, після чого діти бачать, як це забруднення переноситься на інші предмети чи поверхні (наприклад, на іграшки або тканину). Далі проводиться миття рук, і діти можуть побачити, як бруд зникає, наголошуючи на важливості миття для збереження чистоти та здоров'я.

3. Вправа «Правильне миття рук».

Діти разом із вихователем розучують правильну техніку миття рук через віршовану форму.

«Мий руки водою, мило не забудь,
І пальці, й зап'ястя – все чисто будь!»

Кожен рух супроводжується словами, щоб діти могли запам'ятати етапи миття рук.

III. Підсумок.

1. Казка «Пригоди Краплинки та Бруднюлька».

Одного разу в далекій країні Чистих Ручок жили дві подруги – Краплинка та Бруднюлька. Краплинка була чистою, прозорою та любила допомагати дітям мити руки. А Бруднюлька – навпаки, завжди була в плямах, липкій пилуці й ховалася під нігтями.

– Яюсь вони зустріли хлопчика Миколку.

– Привіт, Миколко! – радісно сказала Краплинка. – Ти щойно погрався на вулиці. Час помити ручки!

– Ой, не треба! – швидко відповіла Бруднюлька. – Подивися, твої руки ще не такі брудні. Ходімо краще їсти цукерки!

– Але ж на руках можуть бути мікроби! – вигукнула Краплинка. – Вони невидимі, але небезпечні. Якщо їх не змити, вони можуть потрапити до рота і викликати хвороби.

–Миколка задумався. Він не хотів хворіти. Тож вирішив послухати Краплинку й пішов до умивальника. Вода та мило допомогли змити всіх мікробів, а Бруднюлька втекла далеко-далеко.

З того дня Миколка завжди мив руки після прогулянки, перед їжею та після ігор. А Краплинка раділа, бо знала: тепер хлопчик буде здоровим!

2. Вправа «Розкажи, як ти миєш руки».

Кожна дитина по черзі розповідає, як вона миє руки, згадуючи кожен етап цього процесу, та пояснює, чому це важливо.

Заняття 4. «Чому важливо рухатися?» [22, с. 369]

Мета: познайомити дітей із користю фізичної активності, розвивати витривалість та рухові навички, виховувати любов до активного способу життя.

Хід заняття:

I. Організація дітей до заняття.

1. Привітання у формі рухливої гри «Привітайся, як...»

(Діти імітують рухи тварин).

2. Гра «Які бувають види спорту?» (назви та рухи).

Вихователь показує дітям картинки, що зображують різні види спорту (біг, футбол, баскетбол, плавання, теніс тощо). Діти називають ці види спорту та імітують рухи, які виконуються під час них (наприклад, біг, удавши тенісний удар, міміка плавання).

II. Основна частина.

1. Бесіда «Що відбувається, коли ми рухаємося?».

Вихователь проводить бесіду, пояснюючи, як рух активізує серце, м'язи, підвищує настрій і допомагає організму бути здоровим. Діти можуть висловлювати свої думки, а вихователь підкріплює їх фактами (наприклад,

«коли ми бігаємо, наше серце б'ється швидше і отримує більше крові, а це корисно для здоров'я»).

2. Рухлива гра «Стрибунець».

Діти імітують стрибки зайців. Вони стрибають із місця, намагаючись дістати м'яч чи інші предмети. Важливо, щоб діти виконували вправу в правильному темпі, що стимулює розвиток моторики і дихання.

3. Естафета «Веселі перешкоди».

Діти беруть участь у естафеті, де вони повинні подолати перешкоди (бігати, перестрибувати через кубики, пролізати через дуги).

III. Підсумок

1. Обговорення «Що робить мене сильним?».

Діти діляться своїми думками, що саме допомагає їм бути сильними. Вихователь підводить до висновку, що фізичні вправи, активність і правильне харчування зміцнюють організм. Це може бути виконано у формі гри або обговорення, коли діти можуть запропонувати свої варіанти та пояснити, чому вони так вважають.

Заняття 5. «Як правильно відпочивати?»

Мета: ознайомити дітей із різними видами відпочинку, формувати навички саморегуляції та розслаблення, виховувати дбайливе ставлення до свого здоров'я.

Хід заняття:

I. Організація дітей до заняття.

1. Привітання у вигляді масажу долоньок.

Вихователь пропонує дітям зробити масаж долоньок один одному. Просте погладжування долоньок, вказівних пальців і кистей, що допомагає зняти напругу і налаштувати на подальше заняття. Процес масажу може супроводжуватися простими словами або ритмічними звуками, що додає заспокійливого ефекту.

2. Гра «День та ніч».

Діти виконують вправи на імітацію різних дій в залежності від часу доби. Наприклад, коли звучить сигнал «день», діти активно рухаються (імітують ранкову зарядку, пробіжку), а коли сигнал «ніч» – діти м'яко присідають і зображують засинання або спокійний відпочинок. Це допомагає дітям зрозуміти важливість різних періодів для активності і спокою.

II. Основна частина.

1. Гра «Активний чи спокійний відпочинок?».

Вихователь називає різні види діяльності (гра на вулиці, читання книги, прогулянка, перегляд телевізора) і пропонує дітям визначити, чи це активний, чи спокійний відпочинок. Діти можуть потім імітувати ці заняття, роблячи їх або спокійно, або активно, залежно від того, про який тип відпочинку йдеться.

2. Вправа «Дихання метелика».

Діти виконують вправу, імітуючи рухи метелика – розкривають руки в боки, глибоко вдихають через носик, а потім повільно видихають через рот, уявляючи, що вони – метелики, які повільно кружляють навколо.

3. Гра «Додай слово».

Щоб бадьорий був ти зранку,

Щоб було усе в порядку,

Весело роби ... (Зарядку).

Скажіть, а хто з вас робить ранкову зарядку? Хто знає, з чого її потрібно починати?

4. Фізкультхвилинка.

Зараз ми виконаємо чудові вправи, які подарують нам силу та здоров'я.

Вправа «Сонячні промінчики» – піднімаємо руки вгору, тягнемося до сонця, робимо глибокий вдих, опускаємо руки – видих (3 рази).

Вправа «Могутній дуб» – ноги на ширині плечей, руки на поясі, нахиляємося вправо-вліво, як дерево на вітрі (5 разів у кожен бік).

Вправа «Швидкі ніжки» – біг на місці з високим підніманням колін, наче тікаємо від дощук (10 секунд).

III. Підсумок.

1. Вправа «Що мені допомагає відпочити?».

Діти діляться своїми улюбленими способами відпочинку (слухати музику, займатися малюванням, відпочивати на природі, читати книгу) і пояснюють, чому саме це допомагає їм відновити сили.

Заняття для учнів 2-3 класів

Заняття 6. «Дихай правильно – будь здоровий!»

Мета: ознайомити дітей з правильними техніками дихання та їх впливом на здоров'я, сформувати навички глибокого і рівномірного дихання, виховувати усвідомлення важливості правильного дихання для самопочуття.

Хід заняття:

I. Організація дітей до заняття.

1. Привітальна вправа «Повітряна кулька».

(Діти вдихають і видихають, уявляючи, що вони кульки, які надуваються і здуваються).

2. Гра «Злови повітря».

Діти уявляють, що ловлять повітря руками, вдихають і видихають.

II. Основна частина.

1. Розповідь-бесіда «Що таке дихання? Як воно впливає на організм?».

Учитель розповідає дітям, що таке дихання, як воно працює та чому воно важливе для організму. Діти дізнаються, що дихання допомагає отримувати кисень, необхідний для роботи всіх органів, та позбавлятися вуглекислого газу.

Запитання для обговорення:

– Чи можемо ми жити без дихання?

– Що допомагає нам дихати легко?

– Як ми дихаємо, коли бігаємо?

2. Вправа «Їжачок».

Учитель пояснює, що їжачки при переляку або хвилюванні можуть пихкати. Діти роблять глибокий вдих носом і повільний видих ротом із тихим

звучом «п-ф-ф», як їжачки. Повторюємо 5-6 разів, спостерігаючи, як це впливає на самопочуття.

3. Гра «Хто найдовше видихне?».

(Учні затримують подих, повільно випускаючи повітря).

III. Підсумок.

1. Техніка «Спокійне дихання».

Діти сідають зручно, заплющують очі. Учитель повільно промовляє:

«Зробіть глибокий вдих носом...»

«Повільно видихніть ротом...»

«Відчуйте, як ваше тіло розслаблюється...»

«Уявіть, що ви лежите на хмаринці...»

«Ви спокійні й щасливі...»

Вправа триває 3-4 хвилини.

2. Вправа «Мікрофон».

–Що допомагає нам дихати легко?

–Чому корисно дихати носом, а не ротом?

–Як правильне дихання допомагає заспокоїтися?

Заняття 7. «Гарна постава – запорука здоров'я!» [22, с. 357]

Мета: ознайомити дітей з важливістю правильної постави, формувати навички підтримання правильної постави, виховувати відповідальність за здоров'я свого хребта.

Хід заняття:

I. Організація дітей до заняття.

1. Привітання: Вправа «Рівненькі солдатики» (всі рівно стають, як солдатики).

2. Гра «Як сидить ведмедик?» (порівняння правильної і неправильної постави).

II. Основна частина.

1. Обговорення «Чому важливо сидіти і ходити рівно?».

Учитель запитує дітей:

- Чому важливо мати правильну поставу?
- Що відбувається, якщо постійно сутулитися?
- Як рівна спина допомагає почуватися краще?

2. Гра «Королівська хода».

Діти обирають собі «королівське ім'я» (наприклад, Принцеса Софія або Король Артем). По черзі кладуть на голову книжку та намагаються пройти по кімнаті, не підтримуючи її руками. Хто пройде найправильніше, отримує титул «Найграційніший/-а король/королева».

3. Вправа «Стіна» (вирівнювання постави біля стіни).

Діти стають спиною до стіни, торкаючись її п'ятами, лопатками і потилицею. Стоять у такому положенні 30 секунд, відчуваючи правильну поставу. Потім роблять кілька кроків вперед, намагаючись зберегти таке ж положення спини.

III. Підсумок.

1. Вправа «Дзеркальце».

(Перевіряємо один одного – хто рівно стоїть і сидить).

2. Бесіда: «Чи впливає постава на наше здоров'я?»

Питання:

- Як сидіти правильно?
- Що допомагає нам мати гарну поставу?
- Чому не можна сутулитися?

Заняття 8. «Очі – наші друзі!»

Мета: ознайомити дітей з правилами збереження зору, розвивати уважність до стану очей, виховувати звичку берегти зір.

Хід заняття:

I. Організація дітей до заняття.

1. Привітальна вправа «Моргни сусіду» (моргнути і привітатися очима).

2. Гра «Знайди світло» (пошук яскравих предметів).

II. Основна частина.

1. Бесіда: Як працюють наші очі? Що їм шкодить?
2. Вправи для очей: «Малюємо носом» (рухаємо очима в різні боки, ніби малюємо).
3. Гра «Очі відпочивають» (закрити очі і уявити приємний пейзаж)
(Додаток Б).

III. Підсумок.

1. Вправа «Знайди 10 речей» (розглядання класу для тренування уваги).
2. Бесіда: «Як ми можемо допомогти нашим очам?»

Питання:

- Чому не можна довго дивитися на екран?
- Як робити гімнастику для очей?
- Що потрібно їсти для гарного зору?

Заняття 9. «Посмішка – це здоров'я!»

Мета: ознайомити дітей із користю позитивного настрою для здоров'я, розвивати вміння підтримувати гарний настрій, виховувати доброзичливість та позитивне ставлення до життя.

Хід заняття:

I. Організація дітей до заняття.

1. Привітання: «Усміхнись сусіду!» (діти дарують одне одному посмішки).
2. Гра «Чарівний смайлик» (обирають веселий смайлик і пояснюють, чому він усміхається).

II. Основна частина.

1. Гра «Хто найдовше усміхатиметься?».
2. Арт-техніка «Веселі усмішки» (Додаток В).
3. Вправа «Розкажи веселу історію».

III. Підсумок.

1. Вправа «Сонечко» (малюють коло і вписують, що приносить їм радість).

2. Бесіда: «Чи можнавилікуватися сміхом?».

Питання:

- Як гарний настрій допомагає здоров'ю?
- Чи можна поділитися позитивом з іншими?
- Що допомагає нам бути веселими?

Заняття 10. «Як берегти свій слух?» [22, с. 321]

Мета: розповісти дітям про важливість слуху та як його зберегти, розвивати уважність до звуків довкола та виховувати бережливе ставлення до свого здоров'я.

Хід заняття:

I. Організація дітей до заняття.

1. Привітання: Гра «Хто це сказав?» (діти з закритими очима вгадують голос).

2. Гра «Шумно чи тихо?».

II. Основна частина.

1. Бесіда.

- Як працює наш слух?
- Чому важливо берегти вуха?

2. Гра «Прислухайся до звуків» (діти слухають звуки і відгадують, що це).

III. Підсумок.

1. Вправа «Музичний детектив» (визначення звуків музичних інструментів).

2. Мікрофон: «Що шкодить нашому слуху?».

Заняття 11. «Масаж пальчиків за допомогою Су-Джок кульки»

[15, с. 44]

Мета: стимулювати біологічно активні точки на пальцях рук для розвитку дрібної моторики, мовленнєвої активності та загальної сенсомоторної координації.

Хід заняття:

I. Організація дітей до заняття.

1. Привітання: дихальна вправа «Вдихаємо, мов нюхаємо квітку... видихаємо, мов задуваємо свічку».

II. Основна частина

1. Знайомство з кулькою.
2. Вправа «Подорож кульки по пальчику».
3. Вправа «Пальчикові струмочки».
5. Релаксація рук.

III. Підсумок.

1. Рефлексія «Що вам найбільше сподобалося?», «Яким був масаж – приємним, лоскотним, теплим?»

Заняття 12. «Кольоровий масаж» [15, с. 44]

Мета: сприяти розвитку сенсорної чутливості, емоційної регуляції та дрібної моторики шляхом виконання кольорового масажу з використанням Су-Джок кульок.

Хід заняття:

I. Організація дітей до заняття.

1. Привітальна вправа на дихання «Уявімо, що вдихаємо теплий промінчик сонця... а видихаємо хмаринку».

II. Основна частина.

1. Вправа «Колір настрою».

Діти обирають одну з кольорових Су-Джок кульок (жовту, синю, зелену, червону тощо).

2. Бесіда про настрої.

«Жовтий – як сонечко, настрої веселий?», «Синій – спокійний, мов небо?», «Червоний – енергійний та активний?».

3. Вправа «Теплий слід кольору».

Діти тримають свою кульку між долонями й повільно прокочують: вгору – вниз, вправо – вліво, коловими рухами. Вихователь каже: «Кулька малює теплий слід. Погладь долоньку, ніби сонечко торкається її». Потім кульку перекочують на тильний бік долоні, рухаючи її по кисті. Педагог підказує: «А тепер нехай наш колір залишить слід на кожному пальчику. Проведи кульку по пальчиках – від мізинця до великого».

4. Вправа «Кольоровий місточок».

Дитина проводить кулькою від однієї руки до іншої через «місточок» – зап'ястя. Вихователь каже: «Наш колір хоче подорожувати! Допоможімо йому перейти через місточок на іншу руку». Після переходу кулька повторює «маршрут» на другій руці: долоня, пальці, тильна сторона, зап'ястя. Вправу виконують 2-3 рази.

III. Підсумок.

1. Рефлексія «Що ви відчували, коли робили кольоровий масаж?».

Діти по черзі висловлюються, педагог заохочує:

– «Який колір був у твоїх руках теплим?»

– «Що тобі сподобалося найбільше?»

– «Чи допоміг тобі колір заспокоїтися або навпаки – стати активним?»

Заняття 13. «Кулька-подорож»

Мета: розвивати мовленнєву активність, просторове мислення, увагу; стимулювати сенсомоторний досвід через рух кульки по різних ділянках руки.

Хід заняття:

I. Організація дітей до заняття.

1. Привітальна вправа на дихання.

«Уявляємо, що вдихаємо легкий вітерець... а видихаємо хмаринку».

II. Основна частина.

1. Вправа «Стежинка до пальчиків».

Педагог показує дітям, як кулька «подорожує» від долоні до кінчиків пальців. Діти беруть кульку в праву руку та повільно перекочують її від основи долоні до великого, вказівного, середнього, безіменного й мізинця. Під час руху кульки педагог пропонує: «Уявімо, що кулька йде стежинкою до кожного пальчика, піднімаючись нагору».

2. Гра «Подорож пальчиками».

Кулька перекочується від кінчика кожного пальця до основи долоні, а діти описують маршрут. Педагог може ставити запитання: «Куди подорожує кулька? Який палець перший? Де вона зупинилася найдовше?»

4. Вправа «Місточок на іншу руку».

Діти перекочують кульку через зап'ясток на іншу руку, уявляючи, що кулька проходить місточок. Після переходу рух повторюється на другій руці.

5. Розповідь «Куди подорожувала твоя кулька?».

Педагог пропонує дітям скласти коротку розповідь про «мандрівку» кульки. Запитання для стимулювання мовлення: «Що бачила кулька по дорозі?», «Які перешкоди зустріла?», «Куди вона потрапила наприкінці?».

III. Підсумок.

1. Обговорення вражень «Що сподобалося найбільше у подорожі?».

Заняття 14. «Зірка на моїх пальчиках»

Мета: сприяти розвитку дрібної моторики, міжпівкульної взаємодії та координації рухів пальців, активізувати мовленнєві центри мозку через точні та ритмічні рухи.

Хід заняття:

I. Організація дітей до заняття.

1. Привітання.

2. Міні-вправа «Зробимо легкий вдих... а тепер видих, наче задуваємо маленьку хмаринку».

II. Основна частина.

1. Вступна вправа «Пробудження пальчиків».

Вітерець торкається наших пальчиків – педагог легенько торкається кінчиків пальців дітей, стимулюючи їх.

2. Вправа «Малюємо зірку пальчиками»
3. Вправа «Подвійна зірка» (міжпівкульна взаємодія).

Діти торкаються великим пальцем правої руки до пальців на лівій: «Великий палець правої руки – вказівний на лівій» і так далі. Потім навпаки – великий палець лівої руки до пальців правої.

4. Вправа «Весела зірочка» (мова + моторика).

Педагог пропонує дітям описати «свою зірку»:

«Скільки промінців у твоєї зірочки?»

«Який промінець був найшвидший?»

«Який промінець вийшов найдовший?»

5. Вправа «Світло моєї зірки».

III. Підсумок.

1. Рефлексія «Чи легко було малювати зірку пальчиками?», «Який рух сподобався найбільше?»

Заняття 15. «Квітка, що розкривається»

Мета: формувати та розвивати дрібну моторику, гнучкість пальців і координацію рухів; розвивати уяву та емоційне сприйняття.

Хід заняття:

I. Організація дітей до заняття.

1. Привітання.
2. Дихальна вправа «Уявімо, що вдихаємо запах весняної квітки... а видихаємо теплий вітерець».

II. Основна частина.

1. Вправа на розігрів пальців «Насіння прокидається».

Діти стискають долоні в кулачки та повільно розтискають, ніби з насінини проростає паросток. Рухи повторюються 4-5 разів. Педагог супроводжує: «Наше насіння прокидається і тягнеться до сонця».

2. Вправа «Квітка, що розкривається».

3. Мовленнєве завдання «Моя квітка».

Педагог пропонує дітям описати свою «квітку»:

– «Якого вона кольору?»

– «Який запах має?»

– «Де вона росте?»

– «Що любить сонце?»

Діти складають короткі висловлювання або маленьку історію.

4. Релаксаційна вправа «Квітка засинає».

Діти повільно «закривають квітку» – зводять пальчики один до одного, стискають долоньку. Потім кладуть руки на коліна й розслабляють м'язи. Вихователь тихо говорить: «Квітка відпочиває, зберігає сили для нового дня».

III. Підсумок.

1. Рефлексія «Що вам найбільше сподобалося в нашій квітці?».

Система занять із впровадженням здоров'язбережувальних технологій є необхідним компонентом дошкільної освіти й початкової освіти, оскільки вона формує базові знання про здоровий спосіб життя та допомагає дітям на практиці застосовувати отримані знання у повсякденному житті. Завдяки ігровим методам та інтеграції фізичних вправ у освітній процес, діти отримують позитивний досвід турботи про власне здоров'я, що стає важливою основою для їхнього подальшого розвитку.

Здоров'язбережувальні технології у дошкільній та початковій освіті допомагають попередити захворювання, стануть ефективним засобом формування у дітей життєвих знань, умінь і навичок, необхідних для здорового способу життя. Систематичне застосування таких технологій у навчанні і вихованні сприяє гармонійному розвитку фізичної, психічної і

соціальної сфери дитини. Завдяки застосуванню технологій діти отримують теоретичні знання з гігієни, здорового харчування, режиму дня та фізичної активності та мають змогу на практиці вчитися застосовувати все це у власному житті, що формує в дітей відповідальність за власне здоров'я, сприяє розвитку саморегуляції, емоційної стійкості, комунікативних навичок. Отже, система занять із застосуванням здоров'язбережувальних технологій є невіддільною ланкою освітнього процесу, що створює умови для їхнього всебічного розвитку і успішної соціалізації.

2.3. Аналіз результатів експериментальної роботи з використанням здоров'язбережувальних технологій

Нами було проведено експериментальне дослідження з використанням здоров'язбережувальних технологій. Дослідження проводилось на двох групах учасників:

- 16 дошкільників середньої та старшої групи (Додаток Г);
- 18 школярів 1А, 1Б, 2А, 2Б класів (Додаток Д).

Метою експериментального дослідження є вивчення ефективності використання здоров'язбережувальних технологій у різних вікових групах (дошкільного та шкільного віку) для підвищення рівня здоров'я, формування здорового способу життя та профілактики захворювань серед дітей.

Завдання дослідження:

- ознайомити учасників дослідження з основними принципами здорового способу життя;
- розробити та впровадити серію занять із використанням здоров'язбережувальних технологій;
- оцінити рівень усвідомлення дітей про важливість здоров'я до та після проведених занять;
- визначити зміни в ставленні до фізичної активності, харчування, особистої гігієни, відпочинку та психоемоційного стану;

–порівняти ефективність впроваджених занять у двох групах (дошкільного та шкільного віку).

Здоров'я дітей є однією з основних цілей сучасної освіти, і важливим аспектом цієї мети є фізична активність, оскільки фізична активність сприяє фізичному, емоційному та психічному розвитку дітей, її роль у процесі навчання та розвитку не можна недооцінювати. Для забезпечення гармонійного розвитку дітей необхідно створювати умови для регулярних фізичних вправ, які допомагають зміцнювати здоров'я, покращувати фізичну підготовленість і підтримувати загальний стан організму, що дозволяє досягти цієї мети, є впровадження здоров'язбережувальних технологій.

Згідно з основними завданнями, визначеними у системі занять, було досягнуто позитивної динаміки у формуванні здоров'язбережувальної компетентності дошкільників. На початку реалізації програми у більшості дітей спостерігався низький рівень знань та навичок, пов'язаних із здоровим способом життя. Проте після впровадження комплексу заходів за напрямками, були зафіксовані наступні зміни.

Після впровадження системи занять, спрямованих на формування здоров'язбережувальної компетентності, у дітей 5-6 років значно підвищився рівень обізнаності щодо основ здоров'я. Зокрема, діти почали краще розуміти, що таке здорове харчування та чому воно важливе. Вони навчилися розрізняти корисні та шкідливі продукти, почали усвідомлювати, що, наприклад, овочі, фрукти, молочні продукти та каша сприяють зміцненню організму, а надмірне вживання солодощів або фастфуду може нашкодити здоров'ю. Під час занять діти із задоволенням брали участь у дидактичних іграх, розглядали тематичні ілюстрації, слухали казки та історії, що допомогли закріпити знання в доступній і цікавій формі.

Водночас дошкільники краще зрозуміли важливість фізичної активності для збереження здоров'я. Вони почали усвідомлювати, що рух – це не лише розвага, а й необхідна умова для підтримання гарного самопочуття, сили та витривалості. Діти із задоволенням виконували вправи під музику,

грали у рухливі ігри, брали участь у фізкультурних хвилинках. У процесі занять вони дізнавались, як рух впливає на серце, м'язи, настрій та загальне самопочуття.

Особливу увагу було приділено формуванню гігієнічних навичок. Діти навчилися правильно мити руки, користуватися носовичком, дотримуватись охайності у повсякденному житті. Вони почали розуміти, що мікроби хоч і невидимі, але можуть бути небезпечними, а тому потрібно щодня доглядати за своїм тілом. Отримані знання та навички стали частиною повсякденного життя дітей – вони частіше стали самостійно мити руки перед їжею та після прогулянки, нагадували одне одному про необхідність гігієнічних процедур.

Таким чином, у дітей сформувались перші елементи усвідомленого ставлення до власного здоров'я. Знання, отримані під час занять, були засвоєні, почали активно застосовуватись у щоденному житті, що є важливим кроком на шляху до виховання здорової особистості.

Розвиток фізичної активності – це головний напрям формування здоров'язберезувальної компетентності в дітей дошкільного віку. У процесі реалізації системи занять особлива увага приділялася організації регулярної рухової діяльності. Щоденне використання рухливих ігор, фізкультурних хвилинок, ранкової та оздоровчої гімнастики стало засобом стимулювання фізичного розвитку дошкільників. Завдяки цьому вдалося досягти позитивних результатів у покращенні витривалості, координації рухів, загального фізичного стану дітей.

Рухливі ігри були підібрані відповідно до вікових особливостей і фізичних можливостей дітей 5-6 років. Вони проводились як у приміщенні, так і на свіжому повітрі. Ігрова форма занять сприяла тому, що діти з ентузіазмом включались у рухову діяльність, не сприймаючи її як обов'язкове навантаження, а як цікаву гру. Під час таких ігор діти вправлялися у бігу, стрибках, киданні та ловінні м'яча, орієнтації у просторі, що позитивно впливало на розвиток м'язової сили, спритності, швидкості реакції.

Регулярне проведення фізкультурних хвилин між основними видами діяльності сприяло зняттю втоми, підвищенню працездатності та концентрації уваги. Діти охоче повторювали знайомі рухи, демонструючи зацікавленість і позитивне ставлення до фізичних вправ. Ранкова гімнастика стала доброю традицією і допомагала дітям бадьоро розпочинати день, налаштуватися на активну роботу. Оздоровча гімнастика включала комплекси вправ, спрямованих на укріплення постави, дихання, профілактику плоскостопості, що також мало важливе значення для збереження та зміцнення здоров'я.

Більшість дошкільників виявили високу активність, із задоволенням брали участь у запропонованих рухливих вправах. У дітей зросла рухова впевненість, з'явилась зацікавленість у фізичному самовираженні, сформувалися елементи відповідального ставлення до фізичного здоров'я. Такі результати свідчать про ефективність системного підходу до формування фізичної активності як одного з провідних компонентів здорового способу життя дошкільнят.

Впродовж реалізації системи занять систематично застосовувалися релаксаційні вправи, дихальна гімнастика, вправи на зниження емоційної напруги, що дозволило створити умови для більш спокійного, врівноваженого стану дітей. На початку роботи багато дітей демонстрували труднощі в управлінні своїми емоціями – легко збуджувалися, часто конфліктували з однолітками, не могли впоратися з проявами гніву чи тривоги. Завдяки впровадженню спеціальних занять діти поступово навчалися розпізнавати свої емоції, називати їх, розуміти причини виникнення та знаходити доступні способи їх регуляції. Діти почали краще зосереджуватися, самостійно звертатись до дихальних технік у хвилини роздратування або втоми.

Релаксаційні хвилинки під спокійну музику, казкотерапія, вправи уявної подорожі, візуалізація знизили рівень психоемоційного напруження. Діти охоче брали участь у таких вправах, помітно розслаблялись, їхня поведінка ставала спокійнішою та врівноваженішою. Завдяки цим практикам

сформувалися первинні навички самозаспокоєння, зменшилась кількість конфліктів та істеричних реакцій у повсякденному житті.

У цілому можна стверджувати, що завдяки системній роботі значно знизився рівень збудженості у дітей, зросла їхня здатність до емоційного самоконтролю, що створює міцну основу для подальшого емоційного та соціального розвитку.

Розвиток комунікативних і соціальних навичок пріоритетний напрям виховання в дошкільному віці. Діти дошкільного віку активно засвоюють модель поведінки у соціумі, і саме в цей період особливо важливо сформувати позитивне ставлення до взаємодії з іншими людьми, уміння будувати конструктивні відносини, поважати права і почуття інших. У процесі реалізації занять, спрямованих на взаємодію в колективі, у дошкільників відбулися помітні позитивні зміни в комунікативній поведінці.

Спеціально організовані ігри, вправи на розвиток уміння працювати в парі та групі, ситуаційні ігри, бесіди з моральним змістом і обговорення поведінки героїв сприяли тому, що діти почали активніше включатися в спільну діяльність. Вони навчилися домовлятися, чекати своєї черги, дотримуватись правил гри, допомагати одне одному. З'явилися перші прояви ініціативи у спілкуванні, бажання підтримати, утішити або порадувати однолітка.

Заняття з розвитку соціальних навичок передбачали моделювання життєвих ситуацій: наприклад, як діяти, якщо хтось засмучений, образився або потребує допомоги. Діти почали краще розуміти значення ввічливості, дружелюбності, толерантності. Помітно зменшилася кількість конфліктних ситуацій, зросла згуртованість групи, з'явилося більше позитивних взаємин, результати продемонстровано у таблиці 2.2.

Динаміка розвитку комунікативних та соціальних навичок у
дошкільників

№ п/п	Показники	До впровадження	Після впровадження
1.	Має труднощі у спілкуванні з однолітками	55%	20%
2.	Самостійно дотримується правил поведінки у групі	40%	80%
3.	Проявляє повагу до інших (слухає, не перебиває, ввічливий у звертанні)	35%	75%
4.	Уміє співпрацювати в парах/малих групах	25%	70%
5.	Бере участь у вирішенні конфліктів мирним шляхом	20%	60%

Вважаємо, що завдяки цілеспрямованій роботі з розвитку комунікативної компетентності діти стали впевненішими в спілкуванні, набули важливих соціальних умінь, які стануть основою для подальшої адаптації у шкільному середовищі та повсякденному житті.

Стан здоров'я дошкільнят значною мірою залежить від умов, у яких вони перебувають щодня, і від того, наскільки системно реалізуються заходи профілактичного та зміцнюючого характеру. У межах впровадження здоров'язберезувальних технологій значну увагу було приділено формуванню в дітей звички дотримуватись режиму дня, участі в загартовувальних процедурах та отриманню психоемоційної підтримки впродовж навчально-виховного процесу.

Регулярне дотримання режиму (чіткий час для сну, харчування, ігор, прогулянок і занять) сприяло нормалізації біоритмів, підвищенню загального тону та працездатності дітей. Дошкільники стали більш організованими, зменшились прояви перевтоми й дратівливості.

Важливою складовою стала система загартовувальних заходів (обтирання, повітряні ванни, прогулянки на свіжому повітрі за будь-якої

погоди, контрастне вмивання), які проводилися поступово упродовж 2 місяців, з урахуванням індивідуальних особливостей кожної дитини. У результаті діти краще адаптувались до змін температури, рідше скаржились на слабкість або застудні захворювання, результати розглянемо у табл. 2.3.

Таблиця 2.3

Динаміка фізичного здоров'я та адаптивності дошкільників

№ п/п	Показники	До впровадження	Після впровадження
1.	Частота простудних захворювань протягом місяця (середня кількість випадків на дитину)	2,5	1
2.	Регулярно дотримується режиму дня	45%	85%
3.	Позитивно сприймає загартовувальні процедури	30%	70%
4.	Має стабільний емоційний стан протягом дня	40%	80%
5.	Бере участь у вирішенні конфліктів мирним шляхом	20%	60%

Окремий акцент було зроблено на психоемоційній підтримці дітей: створення спокійної, доброзичливої атмосфери, використання вправ на зняття напруги, спільне обговорення емоційних станів, що сприяло зміцненню нервової системи, підвищенню емоційної стабільності та загальної стійкості до стресу, що також є важливою умовою профілактики захворювань.

Отже, завдяки впровадженим заходам вдалося досягти позитивної динаміки щодо фізичного стану дітей, зменшення кількості пропущених днів через хворобу та підвищення рівня адаптації до умов дитячого колективу.

У процесі роботи з дошкільниками застосовувався комплекс методів і прийомів здоров'язберезувального спрямування, які забезпечували гармонійний розвиток дитини та запобігали перевтомі.

До основних методів належали: педагогічне спостереження, рухова активність, ігрові методи, дихальна та пальчикова гімнастика, релаксаційні вправи, арт- та казкотерапія, елементи сенсорної інтеграції.

Серед найбільш ефективних прийомів використовувалися рухливі ігри, фізкультхвилинки, дихальні вправи, вправи для розвитку дрібної моторики, музично-ритмічні паузи, вправи на емоційне розвантаження. Використання зазначених прийомів сприяло підвищенню працездатності дошкільників, покращенню їх емоційного стану та формуванню позитивної мотивації до діяльності.

Аналіз результатів упровадження здоров'язберезувальних технологій здійснювався шляхом педагогічного спостереження, порівняльного аналізу показників фізичного та психоемоційного стану дітей на початковому і підсумковому етапах роботи. Оцінювалися рівень рухової активності, працездатність, емоційний стан, увага та поведінкові реакції дошкільників.

Результати аналізу засвідчили позитивну динаміку у більшості дітей. Було зафіксовано зниження рівня втомлюваності, підвищення витривалості, покращення концентрації уваги та стабілізацію емоційного стану. Дошкільники демонстрували більшу активність у різних видах діяльності та проявляли інтерес до запропонованих форм роботи.

Психоемоційний розвиток дошкільників є важливим показником ефективності впровадження здоров'язберезувальних технологій. Для його оцінювання використовувалися методи спостереження за поведінкою дітей у різних видах діяльності, аналіз емоційних реакцій та ігрова рефлексія.

Отримані результати свідчать, що системне використання здоров'язберезувальних технологій сприяло створенню психологічно комфортного середовища, зниженню рівня тривожності та формуванню позитивного емоційного фону в дитячому колективі. Діти стали більш відкритими до спілкування, впевненішими у власних можливостях та більш готовими до взаємодії з однолітками.

Узагальнення результатів дослідження дозволяє зробити висновок, що впровадження здоров'язбережувальних технологій у роботі з дошкільниками є ефективним засобом збереження та зміцнення здоров'я дітей. Комплексне застосування різноманітних методів і прийомів забезпечує гармонійний розвиток дошкільників, підвищує їх працездатність та сприяє формуванню позитивного ставлення до здорового способу життя.

Аналізуючи молодших школярів у процесі реалізації системи занять, орієнтованої на впровадження здоров'язбережувальних технологій, було досягнуто помітної позитивної динаміки у формуванні навичок здорового способу життя. На початку роботи значна частина учнів мала недостатній рівень обізнаності та практичних умінь у сфері збереження і зміцнення здоров'я. Однак завдяки послідовній реалізації поставлених завдань спостерігалось суттєве покращення за всіма напрямками.

У ході реалізації занять, спрямованих на формування основ здорового способу життя, було зафіксовано суттєве зростання рівня обізнаності учнів 1А, 1Б, 2А та 2Б класів у питаннях збереження та підтримки власного здоров'я. Якщо на початковому етапі більшість школярів плутали ознаки здорового та нездорового способу життя, не могли чітко пояснити, чому важливо харчуватися правильно, бути фізично активними та дотримуватись гігієни, то після завершення циклу занять ситуація кардинально змінилася.

Діти засвоїли поняття «здоров'я» як цінність і ресурс, який залежить не лише від лікарів, а й від особистої відповідальності. Вони навчилися розпізнавати продукти харчування, які сприяють здоров'ю (овочі, фрукти, крупи, молочні продукти), а також ті, що мають шкідливий вплив (чіпси, газовані напої, солодощі у надмірній кількості). Було вправи, де учні складали «тарілку здорового харчування», обговорювали з однокласниками свої улюблені корисні страви, спостерігали за власним раціоном упродовж тижня.

Учні глибше засвоїли важливість рухової активності: вони змогли наводити приклади корисних фізичних занять, пояснити, чому важливо багато рухатися, гуляти на свіжому повітрі, грати в рухливі ігри. У кожному класі

були інтерактивні заняття з елементами гри, демонстрації мультиплікаційних відео, створення пам'яток та постерів. Приділяли увагу і темі особистої гігієни. Школярі навчилися правильно мити руки, чистити зуби, доглядати за тілом і одягом. Було організовано низку практичних занять: «Гігієна рук – мій захист від мікробів», з використанням наочності, плакатів, демонстраційних відео, обговорення реальних ситуацій.

Після впровадження систематичних заходів зі стимулювання фізичної активності в учнів початкових класів було помітно покращення у загальному рівні їхньої фізичної підготовки. Одним із компонентів програми стали щоденні фізкультурні хвилинки під час уроків, які сприяли зняттю напруги та підвищенню концентрації уваги. Діти із задоволенням долучались до динамічних пауз, які чергували інтелектуальні навантаження з руховою активністю.

Активно використовувалися рухливі ігри на перервах та оздоровча гімнастика вранці, що містила комплекси вправ на гнучкість, силу та координацію. Заняття проводилися як у класах, так і на відкритому повітрі, за сприятливих погодних умов. Значна частина дітей стала проявляти ініціативу, бажання самостійно організовувати рухливі ігри, активніше брати участь у спортивних заходах та шкільних естафетах.

Особливо позитивно на фізичному стані дітей позначилася регулярність занять. Вже через кілька тижнів спостерігалось зростання витривалості, покращення координації рухів, зменшення кількості скарг на втому чи головний біль. Учні стали енергійнішими, уважнішими та бадьорішими протягом дня. Детальні показники представимо у табл. 2.4

Результати фізичної активності у молодших школярів

№ п/п	Критерій	До впровадження (%)	Після впровадження (%)
1.	Регулярно виконують фізкультурні хвилинки	45%	92%
2.	Активно беруть участь у рухливих іграх	50%	88%
3.	Демонструють гарну координацію рухів	38%	80%
4.	Виявляють інтерес до фізичної активності	42%	90%
5.	Показують підвищену витривалість і енергійність	33%	78%

У межах проведення занять з емоційної саморегуляції учні 1-2 класів активно долучались до дихальної гімнастики, вправ на розслаблення та технік самозаспокоєння. Під час занять учні вивчали способи дихання для зниження рівня стресу, застосовували методи заспокоєння в ситуаціях хвилювання чи тривожності. Завдяки цим вправам діти стали більш уважними до своїх емоційних станів, зменшилася їхня схильність до імпульсивних реакцій.

Згодом було помічено, що діти стали рідше конфліктувати та вміли швидше заспокоюватися після стресових ситуацій, таких як непорозуміння з однокласниками чи проблеми з виконанням завдань. У школярів покращились навички вирішення конфліктів мирним шляхом, що дозволило їм значно легше адаптуватися до різних ситуацій у колективі. Застосування вправ із саморегуляції позитивно вплинуло на емоційний стан дітей, допомогло підвищити їхню здатність до ефективної комунікації та взаємодії з однолітками.

У процесі реалізації занять увагу було приділено формуванню культури спілкування, навичок співпраці, взаємодопомоги та толерантності серед учнів. Через групову роботу, ігрові ситуації і обговорення моделей поведінки діти

навчилися ефективно взаємодіяти один з одним, підтримувати своїх однокласників у складних ситуаціях, діяти злагоджено в колективі.

Уроки з розвитку соціальних навичок допомогли школярам краще усвідомити важливість дотримання правил поведінки у класі та поза ним, що зменшило кількість непорозумінь і конфліктів між дітьми. Учні стали більш уважними до потреб і почуттів інших, виявляючи повагу до своїх однокласників, готовність до компромісу та підтримки в складних ситуаціях, що сприяло формуванню сприятливого психологічного клімату в класах і підвищенню рівня соціальної згуртованості.

Завдяки регулярному дотриманню режиму дня та проведенню загартовувальних заходів, таких як провітрювання приміщень, прогулянки на свіжому повітрі та контрастне вмивання, значно знизився рівень захворюваності серед учнів. Систематичні психоемоційні підтримки, включаючи організацію релаксаційних вправ та бесід на тему важливості здоров'я, сприяли підвищенню стійкості організму школярів до різноманітних захворювань і стресових ситуацій.

Дослідження ефективності впровадження здоров'язберезувальних технологій у навчальний процес початкової школи здійснювалося протягом кількох місяців. У дослідженні брали участь учні 1–2 класів. Метою даного етапу дослідження було проаналізувати результати впровадження здоров'язберезувальних технологій та визначити їх вплив на фізичний, психоемоційний стан, навчальну працездатність і поведінкові прояви молодших школярів.

Для досягнення поставленої мети застосовувався комплекс загальнонаукових та педагогічних методів дослідження, зокрема: педагогічне спостереження, порівняльний аналіз, педагогічна діагностика, аналіз результатів навчальної діяльності, ігрова та емоційна рефлексія, узагальнення отриманих даних. Комплексне використання зазначених методів забезпечило об'єктивність та достовірність результатів дослідження.

Аналіз фізичного стану учнів здійснювався шляхом систематичного педагогічного спостереження за рівнем рухової активності, втомлюваністю, працездатністю та особливостями постави учнів під час навчальних занять. У процесі навчальної діяльності застосовувалися фізкультхвилинки, динамічні паузи, вправи для зняття м'язового напруження та зорової втоми.

Результати дослідження засвідчили, що регулярне використання здоров'язберезувальних технологій сприяло зниженню проявів перевтоми наприкінці уроків, покращенню загального самопочуття учнів та підвищенню рівня їх рухової активності. Учні демонстрували швидше відновлення працездатності після виконання рухових вправ, що позитивно впливало на ефективність подальшої навчальної діяльності.

Оцінювання психоемоційного стану учнів здійснювалося з використанням методів емоційного зворотного зв'язку та ігрової рефлексії. Для цього застосовувалися такі прийоми, як «Смайлик настрою», «Термометр настрою», кольорові картки емоцій та короткі рефлексивні висловлювання учнів наприкінці уроку.

Аналіз отриманих результатів показав позитивну динаміку психоемоційного стану молодших школярів. На початковому етапі дослідження у значної частини учнів спостерігався середній рівень тривожності та емоційного напруження. Наприкінці досліджуваного періоду було зафіксовано підвищення рівня емоційного комфорту, зниження тривожності та покращення психологічного клімату в учнівському колективі.

Аналіз навчальної діяльності учнів здійснювався шляхом порівняння показників успішності, темпу виконання навчальних завдань та кількості допущених помилок до та після впровадження здоров'язберезувальних технологій. Окрему увагу було приділено аналізу рівня концентрації уваги учнів протягом уроку.

Результати дослідження свідчать про те, що використання чергування видів навчальної діяльності, рухових пауз та ігрових форм роботи позитивно вплинуло на навчальну працездатність учнів. Було відзначено зменшення

кількості помилок, підвищення темпу виконання завдань та зростання рівня зосередженості під час виконання навчальних вправ.

Аналіз поведінкових проявів учнів проводився за допомогою педагогічної діагностики, ведення щоденника педагогічних спостережень та аналізу міжособистісної взаємодії в учнівському колективі. У процесі дослідження оцінювалися рівень саморегуляції, дотримання правил поведінки та характер взаємодії з однокласниками.

Отримані результати свідчать, що впровадження здоров'язберезувальних технологій сприяло стабілізації поведінки учнів, зменшенню кількості конфліктних ситуацій та підвищенню рівня самоконтролю. Учні демонстрували позитивні зміни у взаємодії з ровесниками та виявляли усвідомленіше ставлення до власного здоров'я.

Аналіз динаміки отриманих результатів дозволив зробити висновок про ефективність упровадження здоров'язберезувальних технологій у навчальний процес учнів 1–2 класів.

Таким чином, результати проведеного дослідження підтверджують, що системне використання здоров'язберезувальних технологій позитивно впливає на фізичний і психоемоційний стан молодших школярів, сприяє підвищенню навчальної працездатності та формуванню позитивної поведінки, що відповідає вимогам сучасної початкової освіти.

Отже, система регулярних занять із впровадженням здоров'язберезувальних технологій показала позитивні результати як у дошкільників, так і у школярів. Діти значно покращили знання про здоровий спосіб життя, зокрема харчування, гігієну та фізичну активність. Регулярні фізкультурні хвилини та оздоровчі вправи покращили фізичну підготовку, витривалість і координацію рухів. Заняття з емоційної саморегуляції допомогли дітям краще справлятися зі стресом і тривогою. Завдяки загартуванню та дотриманню режиму дня знизилась захворюваність, а загальний тонус і адаптивність організму покращились. Можна впевнено

сказати, що впровадження здоров'язбережувальних технологій суттєво позитивно вплинуло на фізичний, емоційний та соціальний розвиток дітей.

Висновки до розділу 2

У другому розділі дослідження здійснено аналіз практичних аспектів впровадження здоров'язбережувальних технологій у корекційну роботу вчителя-логопеда та визначено їхню ефективність у процесі подолання мовленнєвих порушень у дітей. Основну увагу зосереджено на доборі, організації та використанні таких технологій відповідно до вікових, індивідуальних і психофізичних особливостей дітей з мовленнєвими порушеннями.

У ході дослідження з'ясовано, що систематичне й цілеспрямоване застосування здоров'язбережувальних технологій у логопедичній практиці позитивно впливає на загальний стан здоров'я дітей, їхній емоційний комфорт, працездатність та мотивацію до занять. Використання артикуляційної, дихальної, пальчикової гімнастики, логоритмічних вправ, елементів релаксації, арт- та ігрової терапії сприяє активізації мовленнєвої діяльності, розвитку моторики, координації рухів, уваги та пам'яті.

Практичний аналіз підтвердив, що ефективність корекційної роботи значною мірою залежить від дотримання здоров'язбережувального підходу, який передбачає оптимальне поєднання корекційно-розвивальних завдань із збереженням фізичного та психічного здоров'я дитини. Встановлено, що створення позитивного емоційного фону, раціональна організація занять, чергування різних видів діяльності та використання ігрових форм роботи знижують рівень втомлюваності й напруження дітей.

Також доведено важливість індивідуального підходу та співпраці вчителя-логопеда з батьками й іншими фахівцями психолого-педагогічного супроводу, що забезпечує комплексний вплив на розвиток дитини та підвищує результативність корекційної роботи.

Отже, результати другого розділу засвідчують, що впровадження здоров'язберезувальних технологій у практичну діяльність вчителя-логопеда є доцільним і ефективним. Вони виступають важливим засобом не лише корекції мовленнєвих порушень, а й гармонійного розвитку особистості дитини, формування позитивного ставлення до занять і створення умов для успішної соціальної адаптації.

ВИСНОВКИ

У ході дослідження ми проаналізували теоретичні основи здоров'язберезувальних технологій у корекційній роботі вчителя-логопеда. Сутність і значення здоров'язберезувальних технологій у педагогічній діяльності вчителя-логопеда розглядаються як невід'ємна складова комплексного підходу до корекційної роботи. Виявлено, що застосування таких технологій у процесі навчання дозволяє коригувати мовні порушення, створювати умови для загального розвитку дитини, покращення її психоемоційного стану, фізичного здоров'я, формування навичок саморегуляції та адаптації в соціумі. Діти отримують можливість розвивати мовні навички й здобувати важливі для життєдіяльності компетенції, що сприяє зростанню їхньої самостійності та впевненості.

Особливості корекційної роботи вчителя-логопеда з використанням здоров'язберезувальних технологій виявилися в необхідності інтеграції фізичних і емоційних вправ у процес навчання. Регулярне використання фізкультурних хвилинок, рухливих ігор, релаксаційних вправ та дихальних технік сприяло поліпшенню психоемоційного стану дітей та посиленню їхнього інтересу до навчання. Здоров'язберезувальні технології дозволяють ефективно вирішувати проблему фізичного збудження, допомагаючи дітям зняти стрес та тривогу, що позитивно впливає на їхню здатність концентрувати увагу та покращує мовленнєву активність.

Психолого-педагогічні умови впровадження здоров'язберезувальних технологій у корекційну практику виявились надзвичайно важливими для досягнення успіху в корекційній роботі. Психологічна готовність дітей до використання методів, підтримка здорового мікроклімату в групах та класах стали основою ефективності занять. Регулярні заняття з елементами здоров'язбереження допомагають дітям освоювати мовні навички, вчитися підтримувати фізичне й емоційне здоров'я.

Проведене нами змістово-експериментальне забезпечення корекційної роботи з використанням здоров'язберезувальних технологій продемонструвало наявність значного прогресу в розвитку дітей. Встановлено, що інтеграція таких технологій в логопедичний процес сприяє більш глибокому засвоєнню мовних навичок, підвищенню комунікативної активності, покращенню загального фізичного й емоційного стану дітей, що дозволяє ефективно вирішувати завдання, які стоять перед вчителем-логопедом, і робить процес корекції більш комплексним і гармонійним.

Аналіз результатів експериментальної роботи з впровадженням здоров'язберезувальних технологій виявив, що такі методи значно підвищують рівень фізичної активності, емоційної стійкості та соціальної взаємодії серед дітей. Відзначено зменшення кількості проявів тривожності та зниження рівня стресових реакцій, що дозволяє дітям легше адаптуватися до навколишнього середовища. Здоров'язберезувальні технології сприяють розвитку відповідальності та самодисципліни у дітей, допомагають їм краще сприймати процес корекції.

Отже, впровадження здоров'язберезувальних технологій у корекційну роботу вчителя-логопеда є високоефективним методом, який сприяє розвитку мовних навичок у дітей, забезпечує гармонійний розвиток їх фізичного, емоційного та соціального здоров'я. Інтеграція таких методів у освітній процес закладів дошкільної та початкової освіти має позитивний вплив на мотивацію дітей до навчання, їхню адаптацію в колективі, зменшення стресу та тривожності, що робить процес корекції більш ефективним і комплексним.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аніщенко О. В., Яковець Н. І. Сучасні педагогічні технології. Ніжин. 2007. 199 с.
2. Базовий компонент дошкільної освіти (Державний стандарт дошкільної освіти). Нова редакція. Затверджено наказом Міністерством освіти і науки України від 12.01.2021 № 33. URL: <http://surl.li/jyzt>.
3. Бегас Л. Д. Логопедичні практикуми : навч.-метод. посібник. Умань: Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, 2016. 123 с.
4. Бех І. Д. Виховання особистості : у 2 кн. / І. Д. Бех. – Кн. I : Особистісно орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади. Київ : Либідь, 2003. 280 с.
5. Білан О. І. Програма розвитку дитини дошкільного віку «Українське дошкілля» / за новою ред. О. В. Низковської. Тернопіль : Мандрівець, 2022. 256 с.
6. Богодухова Н. В. Впровадження здоров'язберігальних технологій у школі. Сучасні технології збереження здоров'я учнів: кращий досвід / авт. кол. ; уклад. А. Г. Обухівська, І. І. Цушко. Київ : Український НМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2015. С. 45-58.
7. Богуш А. Мовленнєвий розвиток дітей від народження до 7 років : монографія. Київ : Слово, 2004. 376 с.
8. Ващенко О., Свириденко С. Готовність вчителя до використання здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховному процесі. *Здоров'я та фізична культура*. 2006. №8. С. 1-6.
9. Гавриш Н. В., Васильєва С. А., Рагозіна В. В. Виховуємо і розвиваємо дитину раннього віку : навч.-метод. посіб. Кропивницький : Імекс-ЛДТ, 2021. 158 с. URL: <http://surl.li/usxgu>.

10. Гаращенко Л. В. Педагогічні умови застосування здоров'язберезувальних методик виховання в дошкільному закладі. *Збірник наукових праць*. 2010. №4. С. 27-34.

11. Галущенко В. І. Застосування інноваційних логопедичних технологій у корекційній роботі з дітьми з порушеннями мовлення. *Actual problems of the correctional education* : зб. наук. пр. 2016. С. 62-70.

12. Гончаренко С. Педагогічні дослідження. *Методологічні поради молодим науковцям*. Київ-Вінниця. 2008. 278 с.

13. Гончаренко С. Український педагогічний словник. Київ : Либідь, 1977. 376 с.

14. Гриньова М. Основи використання здоров'язберезувальних технологій для підготовки майбутніх вчителів основ здоров'я на природничому факультеті ПНПУ імені В. Г. Короленка. *Здоров'я людини: теоретичні, практичні та методичні аспекти* : матеріали Всеукр. наук. – практ. конф. Полтав. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. Полтава, 2015. С. 3–5.

15. Денєга З. Д. Су-джок терапія в роботі вчителя-логопеда. *Логопед* : науково- методичний журнал. 2016. №12. С. 43–44.

16. Дитина : освітня програма для дітей від двох до семи років / наук. кер. проекту Огнев'юк В. О., авт. колектив : Бєленька Г. В., Бобіні О. Л., Богданець-Білокаленко Н. І. та ін. ; наук. ред. : Г. В. Бєленька, М. А. Машовець. Київ : Київ. ун-т ім. Б. Грінченка, 2016. 304 с. URL: <http://surl.li/usxik>.

17. Древняк Л. П. Логопедична розминка, як сучасна форма мовленнєвого розвитку дошкільника : методичні рекомендації. Кривий Ріг. 2020. 48 с. URL: <https://1ll.ink/R1iaO>.

18. Єланська Д.В. Роль здоров'язберігаючих технологій в оптимізації процесу корекції мовлення дошкільнят. *Проблеми цивільного захисту населення та безпеки життєдіяльності: сучасні реалії України* : матеріали IV

Всеукраїнської заочної науково-практичної конференції, 20 квітня 2018 р. Київ : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2018. С. 48–49.

19. Єременко О. Є. Використання здоров'язберігаючих технологій на уроках фізичної культури та в позаурочний час. *Педагогічний досвід: Фастівський ліцей-інтернат*. URL: <http://surl.li/eqserx>.

20. Забара М. В., Волинська Л. О. Застосування здоров'язберігаючих технологій у корекційній роботі учителя-логопеда. *The 9 th International scientific and practical conference «Modern science: problems and innovations»*. SSPG Publish, Stockholm, Sweden. November 15–17, 2020. 162-165.

21. Замелюк М. Казкотерапія як інноваційна здоров'язбережувальна технологія у просторі сучасного дошкільного закладу. *Науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки*. 2017. С.14–19.

22. Здоров'язбережувальні технології в освітньому середовищі : колективна монографія / за заг. ред Л. М. Рибалко. Тернопіль: ФОП Осадца В. М., 2019, 400 с.

23. Здоров'язберігаючі технології. *Навчання і виховання*. URL: <http://surl.li/ajnse>.

24. Калмикова Л. О. Формування мовленнєвих умінь і навичок у дітей : психолінгвістичний та лінгвометодичний аспекти : навч. посіб. для студ. ВНЗ. Київ, 2003. 300 с.

25. Калмикова Л. О. Формування у дітей старшого дошкільного віку мовленнєвої діяльності: діагностико-розвивальний комплекс : навч.-метод. посіб. Київ : Видавничий Дім «Слово», 2016. 384 с.

26. Кисла О., Кошель А. Формування здоров'язбережувальної компетентності у дітей дошкільного віку засобами здоров'язбережувальних технологій. *Проблеми підготовки сучасного вчителя*. 2014. № 9 (Ч.2). С. 101-106.

27. Класифікація мовленнєвих порушень. *Development clinic Центр нейрофізіології для дітей і дорослих*. URL: <https://11l.innk/X0CI9>.

28. Ковалко В. Здоров'язберігаючі технології в початковій школі. 1-4 класи. Миколаїв: «ВАКО», 2004. 296 с.
29. Коцур Н. Формування здоров'язбережувального простору в загальноосвітніх навчальних закладах. *Рідна школа*. 2012. № 11. С. 60-65.
30. Ленартович Н., Бондар Г. Здоров'язбережувальні технології в системі роботи класного керівника як один із методів реалізації виховання ціннісного ставлення до себе : метод. посіб. Вінниця, 2015. 63 с.
31. Мартиненко І. В., Шеремет М. К. Хрестоматія з логопедії : навч. посібник. Київ: КНТ, 2006. 360 с.
32. Методика розвитку рідної мови і ознайомлення з навколишнім у дошкільному закладі: навч. посібник / А. М. Богущ та ін. ; за ред. А. М. Богущ. Київ : Вища шк., 1992. 414 с.
33. Михальський А., Жигульова О., Михальська Ю. Здоров'язберігаючі технології при роботі з дітьми із особливими освітніми потребами : навч. посіб. Кам'янець-Подільський : Ковальчук О., 2020. 228 с.
34. Мітіна К. Здоров'язбережувальні технології сьогодні та завтра. *Навчальна школа*. 2006. № 6. С. 56–59.
35. Мовчан, Н. Логопедична символіка : практичні поради. *Дефектолог*. 2014. № 7. С. 1–36.
36. Мороз Л. В., Кравченко А. І. Мовленнєва і сенсорні системи та їх порушення : навч. посібник. Суми : Сум ДПУ ім. А. С. Макаренка, 2019. 192 с.
37. Муравйова Н. В., Федорова О. О. Формування інноваційного простору дошкільної освіти : наук.-метод. посіб. Ун-т менедж. освіти НАПН України. Київ. 2012. С.13-22.
38. Носко М. О. Здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні : монографія. Київ : СПД Чалчинська Н. В., 2014. 300 с.
39. Організація професійної діяльності вчителя-логопеда в умовах інклюзивного навчання. *НаУрок*. URL: <https://11l.in/m53V4>.

40. Організація роботи логопедичної групи. *Заклад дошкільної освіти (ясла-садок) № 4 комбінованого типу Ізюмської міської ради (ЗДО №4)*. URL: <https://1l1.ink/FtcaJ>.

41. Пісоцька Л. М., Пісоцький О. П. Лекції з педагогіки дошкільної. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2020. 209 с.

42. Поніманська Т. Дошкільна педагогіка : підручник. 3-тє вид., випр. Київ : «Академвидав», 2015. 448 с.

43. Поради вчителя-логопеда. *ЗДО №35*. URL: <https://1l1.ink/b0Nfy>.

44. Про дошкільну освіту : Закон України від 06.06.2024 р. № 3788-IX. URL: <http://surl.li/ryjujn>.

45. Про затвердження Державного стандарту початкової освіти : Постанова Каб. Міністрів України від 21.02.2018 № 87 : станом на 6 жовт. 2020 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/87-2018-п#Text>.

46. Про Національну доктрину розвитку освіти : Указ Президента України від 17.04.2002 р. № 347/2002. URL: <http://surl.li/agrzj>.

47. Про освіту : Закон України від 05.09.2017 р. № 2145-VIII : станом на 16 серп. 2024 р. URL: <http://surl.li/ksitzh>.

48. Поташнюк І. В. Теоретичні і методичні засади застосування здоров'язберезувальних технологій навчання учнів у загальноосвітніх навчальних закладах: дис.... докт. наук: 13.00.02. Київ, 2012. 507 с.

49. Рібцун Ю. В. Понятійно-термінологічний словник. Логопедія. Логопсихологія : довідкове видання. Київ : ІСПП, 2022. 48 с. URL: <https://1l1.ink/unFaN>.

50. Савінова Н. В., Корнієнко І. В., Берегова М.І. Викладання курсу «Логопедія» студентам спеціальності «Спеціальна освіта» : навчально-метод. посібник. Миколаїв. 2020. 229 с. URL: <http://surl.li/usxpb>.

51. Салига Н. Історія дошкільної педагогіки : навч.-методичний посібник до курсу. Івано-Франківськ : Прикарпат. нац. ун-т ім. В. Стефаника, 2023. 134 с. URL: <http://surl.li/rcpwx>.

52. Тимченко А. А. Педагогіка (Загальна та історія педагогіки) : навч.-методичний посібник для студентів закладів вищої освіти спеціальності 013 Початкова освіта. Миколаїв : СПД Румянцева, 2019. 241 с.

53. Типова освітня програма, розроблена під керівництвом Савченко О. Я. 1-2 клас : Наказ Міністерства освіти і науки України від 12.08.2022 № 743-22. URL: <http://surl.li/dzockr>.

54. Типова освітня програма, розроблена під керівництвом Савченко О. Я. 3–4 клас : Наказ Міністерства освіти і науки України від 12.08.2022 № 743–22. URL: <http://surl.li/cbeyim>.

55. Типова освітня програма, розроблена під керівництвом Шияна Р. Б. 1-2 клас : Наказ Міністерства освіти і науки України від 12.08.2022 № 743-22. URL: <http://surl.li/djohot>.

56. Типова освітня програма, розроблена під керівництвом Шияна Р. Б. 3-4 клас : Наказ Міністерства освіти і науки України від 12.08.2022 № 743-22. URL: <http://surl.li/ulcjpx>.

57. Ткаченко В. Основні аспекти поняття «здоров'язбережувальні технології». *Наука і освіта : наук.-практ. журнал*. 2014. № 3. С. 177-180.

58. Черніченко Л. А. Використання інноваційних технологій у логопедичній роботі з дітьми. *Формування здоров'язберігаючих компетенцій дітей та молоді: проблеми, розвиток, супровід*. Умань: ФОП Жовтий О. О., 2017. Вип III. С 124–126.

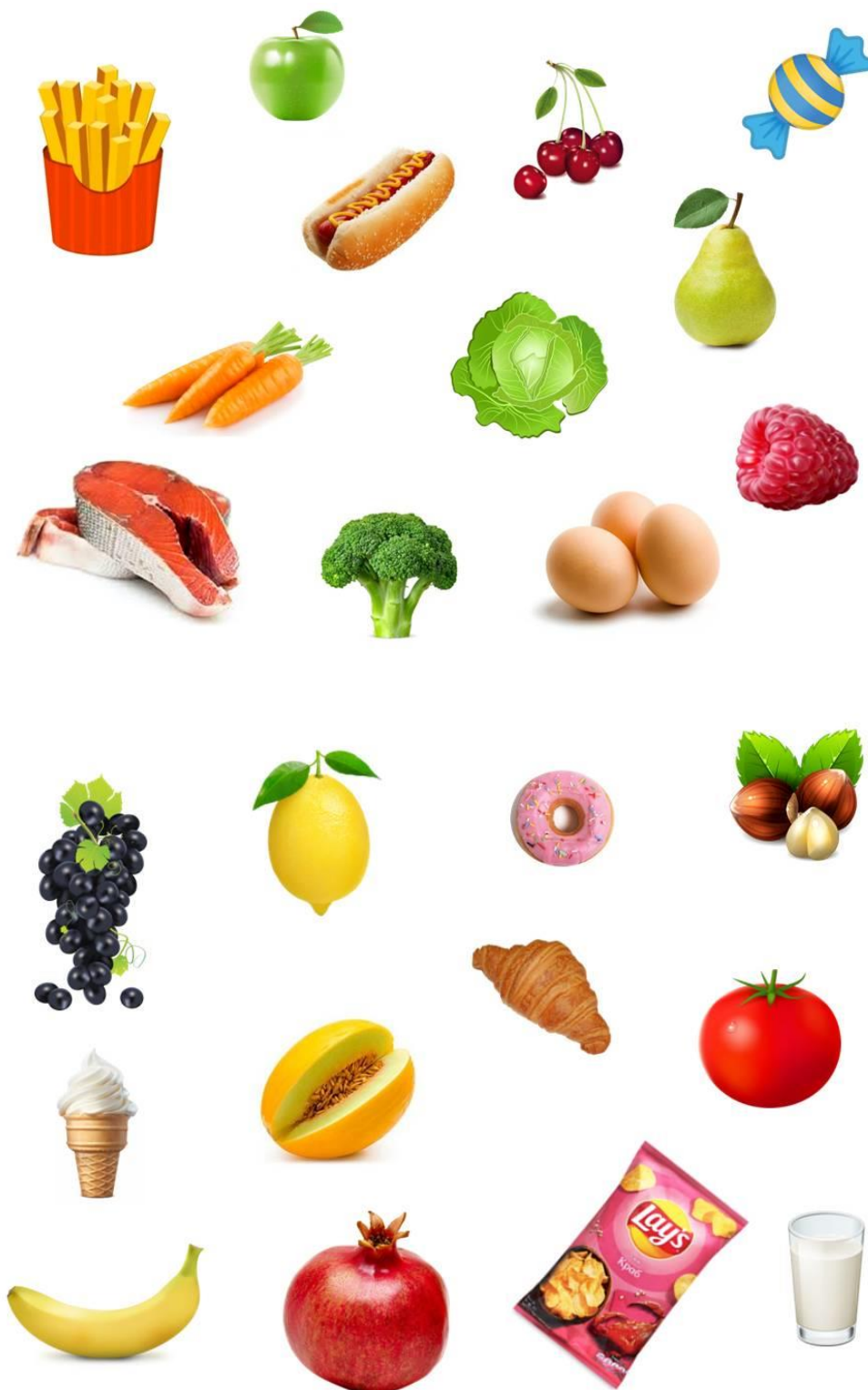
59. Шеремет М. К. Логопедія : підручник. Вид. 3-тє, перер. та доповн. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2015. 776 с. URL: <http://surl.li/usxxm>.

60. Юнак А. Підготовка майбутніх вчителів фізичної культури до впровадження здоров'язберігаючих технологій на уроках з лижної підготовки. *Гуманітарний вісник*. 2011. 27. С. 348-352.

ДОДАТКИ

Гра «Знайди корисне»

Мета: навчити дітей розрізняти корисні та некорисні продукти, розвивати вміння класифікувати, уважність та мовленнєві навички, а також виховувати позитивне ставлення до здорового способу життя та відповідальність за своє здоров'я.



Продовження додатку А



Гра «Очі відпочивають»

Мета: навчити дітей знімати втому очей, розслабляти зір та використовувати уяву для відпочинку.

Хід гри:

Діти зручно сідають, вирівнюють спину, розслабляють плечі. Закриваємо очі: Учитель м'яким голосом промовляє:

«Закрийте очі та зробіть глибокий вдих...»

«Уявіть, що ви опинилися в місці, яке вам дуже подобається...»

«Можливо, це зелений ліс, теплий пляж або поле з квітами...»

Діти уявляють приємний пейзаж, звертаючи увагу на кольори, звуки природи (шум хвиль, спів птахів, шелест листя).

Учитель: «Відчуйте, як ваші очі відпочивають...». «Ваше обличчя розслаблене...». «Відпочинок робить вас сильнішими та бадьорішими...»

Після 1-2 хвилин педагог просить дітей повільно відкрити очі, поморгати та розповісти, що вони уявили. Така вправа допомагає очам відпочити, покращує настрій і розвиває уяву.



Арт-техніка «Веселі усмішки»

Мета: сформувати у дітей розуміння важливості гарного настрою для здоров'я, розвинути творчість і позитивне мислення.

Матеріали: білий картон або папір, фломастери, олівці, фарби, ножиці, клей, жовтий або кольоровий папір.

Хід виконання:

Гра «Подаруй усмішку» – діти стають у коло та передають один одному усмішку (посміхаються сусіду). Створення «Дерева усмішок» – кожна дитина вирізає жовтий кружечок (як сонечко) і малює на ньому усміхнене обличчя. Потім приклеюють усмішки на ватман із намальованим деревом – так виходить «Дерево радості». Далі діти згадують ситуації, коли усмішка допомагає: наприклад, примирення з другом, гарний настрій у сім'ї, підтримка друзів.

Діти діляться враженнями: «Що робить мене веселим?»

Обговорення: «Чому посмішка допомагає бути здоровим?»

Техніка допоможе дітям зрозуміти, що гарний настрій і усмішка позитивно впливають на їхнє здоров'я та стосунки з оточуючими.



Список експериментальної групи
Групи дошкільників (середня та старша групи)

1. Максим А. (5 років).
2. Дарина Б. (6 років).
3. Артем Г. (5 років).
4. Марія Д. (6 років).
5. Софія Ж. (6 років).
6. Іван З. (5 років).
7. Олеся І. (6 років).
8. Тимофій К. (5 років).
9. Олена Л. (6 років).
10. Вадим М. (5 років).
11. Юлія Н. (6 років).
12. Богдан О. (5 років).
13. Анастасія П. (6 років).
14. Андрій Р. (5 років).
15. Катерина С. (6 років).
16. Вероніка У. (6 років).

Список контрольної групи
Група школярів (1А, 1Б, 2А, 2Б класи)

1. Данило А. (2А).
2. Аліна Б. (2А).
3. Кирило В. (2А).
4. Оксана Г. (2Б).
5. Олег Д. (2Б).
6. Анастасія Є. (2Б).
7. Максим Ж. (2Б).
8. Софія З. (2А).
9. Тимур І. (1А).
10. Кароліна М. (1А).
11. Володимир Л. (1А).
12. Єва М. (1А).
13. Дмитро Н. (1Б).
14. Артем О. (1Б).
15. Ірина П. (1Б).
16. Ярослав Р. (1Б).
17. Катерина С. (1Б).
18. Єгор Т. (1Б).

Здоров'язберезувальні технології у роботі логопеда



Дидактична гра «Що корисно для здоров'я?»

Дидактична гра: «Що корисно для здоров'я?»

Мета гри:

- ✓ Розвивати мислення, мовлення, зорове сприймання, увагу, спостережливість;
- ✓ Закріплювати знання дітей про чинники які приносять користь здоров'ю людини;
- ✓ Виховувати свідоме ставлення до свого життя та здоров'я, бажання дотримуватись здорового способу життя.

Рекомендації до гри:

Пропонуємо вам розглянути різні види картинок, які позитивно чи негативно впливають на здоров'я людини. Ваше завдання вибрати корисні, якщо ви виконали це завдання, можете перейти до наступного.



Що корисно робити зранку?



Яка корисна і яка шкідлива їжа?



Що корисно їсти на сніданок?



Що корисно робити вдома?

Що корисно для здоров'я людини?



Що корисно на прогулянці?

Що потрібно робити щоб не захворіти?



Ігри для розвитку дихання



АРТИКУЛЯЦІЙНА ГІМНАСТИКА

Артикуляційна гімнастика – це система вправ для органів мовного апарату, що сприяє розвитку дикції.

Артикуляційна гімнастика допомагає поліпшити рухливість органів артикуляційного апарату, збільшити обсяг, силу рухів, а також виробити точність і диференціацію артикуляційних поз.

