

B. Birkhead, et al. *JMIR Ment Health*. 2019. Vol. 6. Is. 1:e11973. DOI: 10.2196/11973

5. The effectiveness and feasibility of virtual pulmonary rehabilitation in patients with chronic respiratory diseases: A systematic review and meta-analysis / Q. Mingye et al. *Respiratory Medicine*. 2025. Vol. 244. P. 108159. URL: <https://doi.org/10.1016/j.rmed.2025.108159> (date of access: 05.10.2025).

6. WHO. Global Alliance against Chronic Respiratory Diseases (GARD). URL: [https://www.who.int/groups/global-alliance-against-chronic-respiratory-diseases-\(gard\)](https://www.who.int/groups/global-alliance-against-chronic-respiratory-diseases-(gard)) (date of access: 05.10.2025).

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-553-5-78>

## **ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ ТЕХНОЛОГІЇ В ДІЯЛЬНОСТІ ВЧИТЕЛЯ-ЛОГОПЕДА**

**Павлік Лариса Іванівна**

*вчитель-логопед,*

*спеціаліст вищої категорії, вчитель-методист*

*Хмельницький заклад дошкільної освіти № 33 «Джерельце»*

*м. Хмельницький, Україна*

**Лиса Оксана Іванівна**

*вчитель-логопед,*

*спеціаліст вищої категорії, вчитель-методист*

*Хмельницький заклад дошкільної освіти № 33 «Джерельце»*

*м. Хмельницький, Україна*

Використання здоров'язберігаючих технологій в діяльності вчителя-логопеда стають перспективним засобом корекційно-розвиваючої роботи з дітьми, що мають порушення мовлення. Ці методи роботи належать до числа ефективних засобів компенсації, які все частіше застосовуються в спеціальній педагогіці та допомагають досягненню максимально можливих успіхів у подоланні не тільки мовленнєвих труднощів, але і загального оздоровлення дітей дошкільного віку. На тлі комплексної логопедичної допомоги здоров'язберігаючі технології, не вимагаючи особливих зусиль, оптимізують процес корекції мовлення дітей і сприяють оздоровленню всього організму дитини. Використання у роботі з дітьми з порушеннями мовлення

здоров'язберігаючих технологій дозволяє запобігати формуванню перевтоми, зберігаючи і відновлюючи психічну та емоційну рівновагу дітей, а також створювати умови для ефективного вирішення логокорекційних завдань.

На логопедичних заняттях використовуються як традиційні, так і не традиційні методи і прийоми здоров'язберігаючих технологій, які сприяють соціальній і педагогічній значимості збереження здоров'я дітей, а саме:

**Артикуляційні вправи з використанням біоенергопластики.** Новим і цікавим напрямом у логопедичній роботі є біоенергопластика – поєднання рухів артикуляційного апарату з рухами кистей рук. Автором цієї технології є випускник Академії ім. П.Ф. Лесгафта Курис І.В.

За результатами досліджень А.В. Ястребової та О.І. Лазаренко, рухи тіла, спільні рухи руки та артикуляційного апарату, допомагають активізувати природний розподіл біоенергії в організмі.

Було визначено шість етапів її впровадження, узагальнили систему вправ і розпочали втілювати в корекційно-розвиткову роботу з дітьми:

- *діагностичний* етап – обстеження дітей з порушенням мовлення;
- *підготовчий* етап – ознайомлення дітей з органами артикуляції, навчалися виконувати прості артикуляційні вправи;
- *початковий* етап – до артикуляційних вправ, діти залучили рухи провідної руки;
- *формувальний* етап – до артикуляційної гімнастики залучили непровідну руку;
- *основний* етап – діти вчилися тримати пози та рухи артикуляції і двох рук одночасно;
- *заклучний* етап – коли діти повністю засвоїли вправи.

На всіх етапах біоенергопластики обов'язковою умовою є виконання вправ від простих до складних.

**Дихальна гімнастика.** Мовленнєве дихання – це система довільних психомоторних реакцій, тісно пов'язаних з виробництвом усного мовлення.

О. Стрельнікова зазначала, що регулярні заняття дихальною гімнастикою чинять позитивний вплив на весь організм, розвивають діафрагмальне дихання та інші його характеристики. Крім того правильне застосування дихальних вправ, знижує стрес та негативні емоційні переживання, що також є важливим при корекційній роботі із дітьми, що мають порушення мовлення.

Техніку дихальної гімнастики потрібно розглядати як невід'ємну частину логопедичної роботи із дітьми з різними мовленнєвими

порушеннями, оскільки вона позитивно впливає на нормалізацію дихання, розвиває уміння довільної регуляції дихання, допомагає позбутись негативних емоцій та переживань.

**Пальчикові ігри та вправи на розвиток дрібної моторики.** Рухи рук тісно пов'язані з мовленням, вони є одним з факторів його формування. Зв'язок рухів руки з мовленням був відмічений ще в 1928 році. Пізніше, на основі спеціально проведених дослідів було висунуто думку про те, що рухи пальців рук стимулюють розвиток центральної нервової системи і прискорюють розвиток мовлення дитини.

Тренування рухів пальців рук дітей покращує не тільки рухові можливості дитини, а й розвиток психічних і мовленнєвих навичок. У свою чергу, формування рухів руки тісно пов'язано з розвитком рухового аналізатора і зорового сприймання, різних видів чутливості, просторового орієнтування, координації рухів та ін.

Важливою частиною роботи з розвитку дрібної моторики є пальчикова гімнастика. Ці ігри дуже емоційні, їх можна проводити повертаючись з дитячого садка, сидячи в черзі до лікаря, у транспорті та, звичайно, вдома. Вони дуже захоплюючі і сприяють розвитку мовлення та творчої діяльності. «Пальчикові ігри» начебто відтворюють реальність навколишнього світу – предмети, тварин, людей, їх діяльність, явища природи. В ході «пальчикових ігор» діти, повторюючи рухи дорослих активізують моторику рук та мовлення.

**Су джок терапія.** Однією з нетрадиційних здоров'язберігаючих логопедичних технологій є Су джок терапія («Су» – кисть, «Джок» – стопа). Розробником Су джок терапії вважається корейський професор Пак Чже Ву [4], метою якої є нормалізація м'язового тону. Системи відповідності всіх органів тіла на кистях і стопах – це «дистанційне управління», створене для того, щоб людина могла підтримувати себе в стані здоров'я за допомогою впливу на певні точки. Су джок терапія – це висока ефективність, безпека і простота, найкращий метод самопомоги, існуючий в даний час. З допомогою кілець («їжачків») зручно масажувати пальці для благоприємного впливу на весь організм.

**Кінезіологічні ігри та вправи. Кінезіологія** – наука про розвиток головного мозку через рух. Засновниками освітньої кінезіології є Пол Деннісон і Гейл Деннісон. Ними створена програма «Гімнастика Мозку», яка передбачає активізацію природних механізмів роботи мозку за допомогою природних фізичних рухів тіла.

**Основна мета кінезіології** – розвиток міжпівкульної взаємодії та синхронізація роботи півкуль головного мозку, що сприяє активізації розумової діяльності.

Розвитку міжпівкульної взаємодії сприяє комплекс кінезіологічних вправ.

Вправи кінезіології універсальні. Вони допомагають дорослим і дітям. Вони дуже прості у виконанні та не вимагають спеціальної фізичної підготовки. Регулярне виконання цих вправ позбавляє втоми, підвищує концентрацію уваги, сприяє підвищенню фізичної та розумової активності.

**Прийоми кріотерапії.** *Кріотерапія або контрастна терапія* – один з методів, що дозволяють виробляти дію на кисті рук холоду і тепла шляхом чередування. Від холоду відбувається скорочення м'язів, а від тепла – розслаблення. Скорочувальна здатність дрібних м'язів кистей зростає. Рухи пальців руки починають формуватися в більшому об'ємі, покращується імпульсація, в кору головного мозку подаються спрямовані сигнали, внаслідок чого, краще розвивається моторна зона. Все це сприяє удосконаленню більш тонких рухів кистей рук, веде до активізації дрібної моторики і, як наслідок, сприяє розвитку мовлення.

Для занять з елементами кріотерапії необхідні кусочки льоду. Щоб дітям було більш цікаво маніпулювати з льодовими кубиками, можна надати їм кольору, різноманітної форми, або просто помістити «секретик» у заморожений шматочок льоду.

#### ***Етапи заняття з кріотерапії:***

**1 етап** – чергування теплих і холодних процедур (зігрівання кінцівок рук і у теплій воді та ігри з льодом до 30 секунд);

**2 етап** – розтягування пальців рук із подальшою пальчиковою гімнастикою;

**3 етап** – розвиток тактильної чутливості.

Під час використання прийомів кріотерапії необхідно пам'ятати і про протипоказання. Не можна проводити кріотерапію з дітьми, які мають епісіндром, з міопатією. Обережно слід застосовувати її з дітьми, які часто хворіють, гіперактивними дітьми. Кріотерапія протипоказана при підвищеній індивідуальній чутливості до процедури за наявності гарячкового стану (жар, підвищення температури) у разі вірусних захворювань.

На тлі кріотерапії у дітей поліпшується чіткість мовлення, збільшується словниковий запас. Після кріотерапії краще висловлюють свої думки, швидко запам'ятовують нову інформацію.

### **Література**

1. Воробйова О.В. Особливості використання біоенергопластики у корекції звуковимови дітей дошкільного віку. *Магістерські студії. Альманах*. Херсон : ХДУ, 2022. Вип. 22. С. 178–180.

2. Григоренко Г. І. Нетрадиційні методи оздоровлення дітей дошкільного віку : навчальний посібник / Г. І. Григоренко, Н. Ф. Денисенко, Ю. О. Коваленко. Запоріжжя : ЗНУ, 2006.

3. Єланська Д. В. Роль здоров'язберігаючих технологій в оптимізації процесу корекції мовлення дошкільнят / Д. В. Єланська, В. М. Кондель. *Проблеми цивільного захисту населення та безпеки життєдіяльності: сучасні реалії України* : матеріали IV Всеукраїнської заочної науково-практичної конференції, 20 квітня 2018 р. Київ : НПУ ім.М. П. Драгоманова, 2018. С. 48–49.

4. Заковоротна Н. О. Су джок терапія в логопедичній роботі з дітьми дошкільного віку. *Сучасні проблеми логопедії та реабілітації*. Суми, 2015. С. 67–70.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-553-5-79>

## **ЕЛЕМЕНТИ КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕРАПІЇ ЯК ЗАСІБ ПІДТРИМКИ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ В УМОВАХ ВІЙНИ**

**Потюк Софія Василівна**

*доктор філософії з педагогіки,  
асистент кафедри фізичної терапії, реабілітації, спеціальної  
та інклюзивної освіти*

*ДВНЗ «Ужгородський національний університет»*

*м. Ужгород, Україна*

Постановка актуальності проблеми. Сьогодення в Україні характеризується постійними повітряними тривогами, руйнуванням будинків, втратами близьких людей – це психотравмуючі події, наслідки яких назавжди закарбуються в пам'яті як і дорослих, так і дітей. Беззаперечно, події мають глибокий негативний вплив і на ментальне здоров'я дітей з особливими освітніми потребами (далі – ООП). Загалом, більшість дітей з ООП потребують психологічної підтримки, з цією метою доцільно приділяти увагу роботі з емоціями, тривожністю, мовленнєвими труднощами; опануванню навичок автоматичних думок; ідентифікації думок та емоцій через мистецтво, навчання альтернативної поведінки та її підкріпленню, тощо. Відтак, для реалізації зазначеної мети доречно проаналізувати застосування елементів когнітивно-поведінкової терапії (далі – КПТ) у дітьми з ООП.