

2. Teresa, A. M. B. Introduction to sensory integration, in Foundations of Pediatric Practice for the Occupational Therapy Assistant. Routledge. 2024. P. 143–176.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-553-5-83>

ВИКОРИСТАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ІНКЛЮЗИВНИХ ГРУП

Сивохоп Едуард Миколайович

*кандидат педагогічних наук, доцент,
декан факультету здоров'я та фізичного виховання
ДВНЗ «Ужгородський національний університет»
м. Ужгород, Україна*

Білогур Влада Євгенівна

*доктор філософських наук, професор,
професор кафедри фізичного виховання
ДВНЗ «Ужгородський національний університет»
м. Ужгород, Україна*

Семаль Наталія Володимирівна

*кандидат наук з фізичного виховання та спорту,
доцент, завідувачка кафедри фізичного виховання
ДВНЗ «Ужгородський національний університет»
м. Ужгород, Україна*

Актуальність теми дослідження обумовлена кількома ключовими аспектами. По-перше, в умовах реформування системи освіти України питання інклюзії дітей з особливими освітніми потребами набуває особливого значення. Завдяки інтеграції європейських стандартів, освітні підходи стали значно модернізуватися: переглядаються традиційні методики навчання, адаптуються програми для забезпечення рівних можливостей всіх здобувачів освітнього процесу. Ця трансформація передбачає якісну адаптацію освітнього середовища в системі фізичного виховання, яка є важливим підґрунтям для соціальної інтеграції осіб з обмеженими можливостями. По-друге, фізичне виховання відіграє особливу роль у житті дітей з особливими освітніми потребами, які займаються в інклюзивних групах. Регулярна

фізична активність позитивно впливає не лише на фізичне здоров'я, а й сприяє психоемоційному розвитку, підвищує рівень соціалізації та формує впевненість у власних силах. Адаптивна фізична культура та фізичне виховання є ефективними інструментами для досягнення цих цілей.

Таким чином, актуальність дослідження залучення дітей з ООП до інклюзивного фізичного виховання в Україні пояснюється потребою вдосконалення освітніх підходів, покращення професійної підготовки фахівців і створення відповідних умов для фізичного розвитку цих дітей.

Огляд літератури свідчить про високий рівень зацікавленості дослідників у темі інклюзії в освіті, особливо в контексті фізичного виховання в інклюзивних групах. Особливу увагу вивченню здоров'я-зберігаючих технологій у фізичному вихованні в інклюзивних групах приділяли В. Білогур, Е. Сивохоп, І. Боднар, Я. Гаврих, Н. Стефанишин, О. Клюс, Л. Балацька, І. Рудзевич, Е. Данієлс, К. Стаффорд та інші [1–5].

Метою роботи є дослідження ефективності застосування здоров'я-зберігаючих технологій у фізичному вихованні інклюзивних груп в умовах комплексної інформатизації освіти та надання можливості для збереження здоров'я, формування необхідних знань, вмінь та навичок не лише загальноосвітнього характеру, а й здорового способу життя.

Виклад основного матеріалу. Інклюзивність в освіті орієнтована на визнання унікальності кожної дитини та адаптацію освітньої системи відповідно до її потреб. Заняття з фізичної культури в інклюзивних групах розробляються з урахуванням особливостей учнів і спрямовані на відновлення функцій опорно-рухового апарату, зростання ключових фізичних якостей, вдосконалення функціональних можливостей організму, сприяння соціальній та емоційній адаптації, збереження існуючих рухових навичок та їх ефективне використання, а також формування практичних знань, необхідних для майбутнього життя. Головним завданням педагога є забезпечення теплої та привітної атмосфери, яка надихає дітей [2, с. 433].

Проаналізуємо основні підходи до занять з фізичної культури в інклюзивних групах.

Індивідуальний підхід. Кожна дитина по-своєму неповторна, через те слід ретельно враховувати індивідуальні риси та здібності кожного учня. Розробка персоналізованих програм для розвитку фізичних навичок сприятиме залученню дітей до активної участі в заняттях. Особливо важливо забезпечити оптимальний баланс між складністю завдання і шансом на успіх. Приведемо приклад: якщо учень має

труднощі з координацією, запропонуємо їй вправи із використанням менших м'ячів або спрощені варіанти рухів. Успіх полягає у здатності уважно дослухатися до дитини й враховувати її індивідуальність і потреби.

Застосування спеціального устаткування та адаптація тренувальних вправ. На заняттях з дітьми з особливими освітніми потребами важливо застосовувати спеціально адаптоване спортивне обладнання, яке відповідає їхнім можливостям. Серед таких засобів – полегшені м'ячі, гумові стрічки, легкі кеглі та інвентар із текстурованими поверхнями. Використання м'яких м'ячів, гімнастичних стрічок або гумових килимків сприяє безпечному виконанню вправ і мінімізує ризик травм. Вправи необхідно підбирати таким чином, щоб їх легко можна було адаптувати до потреб конкретних дітей. Наприклад, для дітей із вадами зору доцільно застосовувати м'ячі, які видають звуки, тоді як для дітей з обмеженою рухливістю ефективними будуть тренування на спеціальних тренажерах або заняття у парі з партнерами.

Інклюзивне середовище. Формування комфортної та благодушної атмосфери на заняттях сприяє тому, щоб кожен учень відчував себе значущим і прийнятним. Підтримка між дітьми та стимулювання колективної роботи стають ключовими елементами для створення позитивного мікроклімату у класі. Важливо забезпечити таке середовище, де кожна дитина відчуває себе частиною спільного цілого.

Робота в парях. Формування груп, в яких діти з особливими потребами братимуть участь у спільній роботі зі своїми однолітками. Це сприятиме їх інтеграції в колектив і розвитку соціальних навичок. Робота в невеликих групах створює більш комфортні умови для взаємодії з ровесниками, полегшуючи процес спілкування та формування соціальних компетенцій.

Навчання через гру. Передбачає використання ігор та активностей, які враховують індивідуальні потреби кожної дитини. Це можуть бути спрощені правила, адаптовані рухи або завдання, що стимулюють різні сенсорні відчуття. Наприклад, гра «Знайди свій колір» здатна допомогти дітям з труднощами у концентрації покращити увагу, а командні перегони в ігровій формі сприятимуть розвитку моторики.

Співпраця з різнопрофільними спеціалістами. Ефективна співпраця з фізіотерапевтами, ерготерапевтами та іншими професіоналами дозволяє отримати корисні рекомендації щодо адаптації до навчальних занять. Залучення вчителів, психологів, батьків відіграє ключову роль у створенні сприятливого й безпечного середовища для дітей в інклюзивних групах з особливими освітніми потребами. Підмога команди фахівців дає дітям змогу почуватись упевненішими та досягати більш високих результатів у навчанні та розвитку.

Приємна і сприятлива атмосфера. Підтримка та відзначення кожного досягнення дитини, незалежно від його масштабу. Це сприятиме розвитку її впевненості в собі та стимулювання прагнення до всього нового. Формування доброзичливої та підтримуючої атмосфери під час занять. Вихваляння й заохочення мають великий вплив на мотивацію та самовпевненість, створюючи безпечний простір, де дитина не боїться помилитися і сміливо пробує ще раз.

Застосування сучасних технологій. Інноваційні технологічні рішення набувають важливого значення у процесі модернізації занять з фізичної культури, сприяючи їхній адаптації до різноманітних потреб учнів. Використання відеоінструкцій, інтерактивних додатків та онлайн-платформ надає можливість зробити освітній процес більш доступним та цікавим для дітей різного віку та фізичних здібностей. Зокрема, інтеграція додатків з елементами віртуальної реальності відкриває перспективи для створення безпечного середовища, у якому діти з обмеженими можливостями можуть здобути унікальний досвід виконання фізичних вправ, що сприяє їхньому включенню у навчальний процес.

Візуальні інструкції. Відіграють важливу роль у навчальному процесі. Використання картинок або піктограм допомагає дітям краще зрозуміти завдання та слідувати інструкціям. Особливо це корисно для дітей, які мають труднощі з усним сприйняттям. Наприклад, можна застосовувати зображення, що показують поетапну послідовність рухів під час виконання вправи [3, с. 9].

Висновки. Було проаналізовано деякі підходи використання здоров'язберігаючих технологій для інклюзивних груп, що покликані забезпечити збереження та покращення фізичного, психічного, емоційного, морального і соціального здоров'я під час занять із фізичного виховання. На етапі майбутніх досліджень передбачається отримати результати впровадження в навчання здоров'язберігаючих технологій, а саме: зниження показників захворюваності дітей; поліпшення психологічного клімату у колективі; підвищення мотивації до навчальної діяльності; приріст навчальних досягнень.

Література

1. Клюс О. А., Балацька Л. В., Рудзевич І. Л. Фізичне виховання в інклюзивній освіті : навчально-методичний посібник для здобувачів вищих навчальних закладів III–IV рівня акредитації. Кам'янець-Подільський : ТОВ Друкарня «Рута», 2024. 148 с.

2. Боднар І., Гаврих, Я., Стефанишин Н. Організація і методика фізичного виховання з учнями спеціальної медичної групи у школах

Львівської області. *Молода спортивна наука України* : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. 2009. Вип. 13. Т.2. С. 13–20.

3. Данієлс Е., Стаффорд К. Залучення дітей з особливими потребами до загальноосвітніх класів. Львів : Т-во «Надія», 2000. 255 с.

4. Білогур В. Є., Олексенко Р. І. Європейська модель управління спортом в країнах Євросоюзу. *Humanities Studies*. 2022. №. 13 (90). С. 59–68.

5. Bilohur V., Syvohop E., Oleksenko R., Kotova E. Philosophical reflection of sports philosophical evolution as a science in its foreign views, concepts, and dimensions. *Humanities studies*. 2023. Т. 15. № 92. С. 64–72.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-553-5-84>

АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК МЕТОД ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я

Соломка Едуард Тіберійович

*кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології
ДВНЗ «Ужгородський національний університет»
м. Ужгород, Україна*

Мацькович Марія Романівна

*начальниця Дрогобицької філії
ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти»
м. Дрогобич, Львівська обл., Україна*

Постановка актуальності. У сучасних умовах зростаючої психологічної напруги, викликаній соціальними трансформаціями, воєнними подіями, кризами та індивідуальними життєвими труднощами, питання збереження та підтримки психологічного здоров'я набуває особливої значущості. Арт-терапія, як один із інноваційних напрямів психотерапевтичної практики, демонструє високу ефективність у роботі з емоційними станами, травматичним досвідом, порушеннями адаптації та розвитком особистісних ресурсів.

Її універсальність, доступність і здатність до інтеграції з іншими психокорекційними методами роблять арт-терапію перспективним інструментом у системі психологічної допомоги. Особливої ваги набуває дослідження арт-терапевтичних практик у контексті української