

**КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД ВИЩОЇ ОСВІТИ
«Вінницький гуманітарно-педагогічний коледж»**

В І С Н И К

**НАУКОВО-МЕТОДИЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ
ВІННИЦЬКОГО ГУМАНІТАРНО - ПЕДАГОГІЧНОГО
КОЛЕДЖУ**



ВИПУСК № 3 (47)

Вінниця, 2024

ВІСНИК НАУКОВО-МЕТОДИЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ
Вінницького гуманітарно-педагогічного коледжу
РІШЕННЯ

Національної ради України
з питань телебачення та радіомовлення
щодо реєстрації суб'єкта друкованих медіа
№ 967 від 28 вересня 2023 року
Ідентифікатор медіа – R30-01367
Журнал

Журнал присвячений висвітленню широкого спектру теоретичних та прикладних проблем педагогіки, психології, окремих методик та філології, підтримує традиції інтеграції вишівської науки з практикою, сприяє поширенню досвіду наукової, науково-педагогічної та виробничої діяльності, становленню кадрів вищої кваліфікації; розрахований на спеціальну категорію читачів, зокрема педагогічних та науково-педагогічних працівників закладів вищої, середньої та дошкільної освіти, здобувачів освіти та молодих науковців.

Вісник заснований у січні 2012 року, виходить 3 рази на рік

Мова видання: українська, англійська

Тематичні напрями Вісника:

- Інтеграція науки та практики як механізм ефективного розвитку
- Педагогічні та лінгвістичні аспекти викладання
- Германістика та славістика у сучасному науковому просторі
- Психолого-педагогічні умови формування та розвитку особистості вихованця
- Лабораторія педагогічної майстерності та професійного саморозвитку педагога
- Дисемінація передового педагогічного досвіду
- Challenges in Education
- Відомі імена року
- Проби пера
- Конкурси
- Рецензії

Номер затверджено на засіданні Вченої ради
КЗВО «Вінницький гуманітарно-педагогічний коледж»
Протокол № 5 від 17 грудня 2024 року

Головний редактор: директор КЗВО «Вінницький гуманітарно-педагогічний коледж», спеціаліст вищої категорії, викладач-методист Войцехівський К.Ф.;
відповідальний редактор: методист коледжу, спеціаліст вищої категорії, викладач-методист, Руда Т.В., **медіа-редактор:** к.пед.н., доц. Марценюк О.Г.

Редакційна колегія: д.пед.н., проф. Мисліцька Н.А., д.філ.н. Войцехівська Н.К., к.філ.н., доц. Січкач С.А. (Уманський державний педагогічний університет ім. П. Тичини), спеціаліст вищої категорії, викладач-методист Когутюк О.В.

*Відповідальність за зміст статей несуть автори
Матеріали видаються в авторській редакції*

В 53 Вісник науково-методичних досліджень Вінницького гуманітарно-педагогічного коледжу : Випуск 3(47) /за заг. ред. К.Ф. Войцехівського. Вінниця : Твори, 2024. 177с.

© КЗВО «Вінницький гуманітарно-педагогічний коледж», 2024

ЗМІСТ

РОМАНУХА ЮЛІЯ, КОНІЧЕК ТЕТЯНА, ДУДКЕВИЧ НАТАЛІЯ, Коцюбинський та українська ідентичність: до 160 річниці від дня народження М. М. Коцюбинського. Усний журнал на допомогу вчителю-словеснику	5
ЛИСИЙ АНАТОЛІЙ, Невідома трагедія	10

ІНТЕНСИФІКАЦІЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ: **АКТУАЛЬНІСТЬ, ПРОБЛЕМИ, ПОШУКИ**

БОРБИЧ НАТАЛІЯ, КОВАЛЬЧУК ІРИНА, Здоров'язбереження через усвідомленість: інтеграція майндфулнес-практик, соціально-емоційного навчання та аутогенного тренування	14
ДРОВОЗІЮК ЛІДІЯ, Активізація навчально-пізнавальної діяльності здобувачів педагогічної освіти як чинник інтенсифікації навчання	19
ІВАНОВА НАТАЛІЯ, Інновації в дошкільній освіті: інтенсифікація чи гуманізація?	21
ФАЛОВСЬКА ІРИНА, Психологічні засади управлінської культури менеджера освітнього закладу	23
ПЕТРЕНЮК ЗОЯ, КОВТУНЕЦЬ ОКСАНА, У партнерстві до результату : аспекти ефективної взаємодії педагогічного коледжу та ліцею	26
КОЗІГОРА МАРІЯ, МАРЧУК СЕРГІЙ, Підготовка майбутніх учителів до впровадження діяльнісного підходу в початковій школі.	32
МИСЛІЦЬКА НАТАЛІЯ, БУРКО ОЛЕКСАНДРА, Сучасні підходи до вивчення небесних тіл у початковій школі	34
НАДКЕРНИЧНА ЛЮБОВ, СВЕРЛОВИЧ ВАЛЕНТИНА, Інтерактивні технології у практичній складовій підготовки майбутнього вчителя	37
НЕЧИПОРЕНКО ТАЇСІЯ, Інтерактивні дитячі свята в сучасній українській школі	41
ОСИП МАРІЯ, ОСИП ЮРІЙ, Використання теоретичних знань з біології та хімії під час педагогічної практики студентів у початковій школі	47
ПУШКАР НАДІЯ, ЧЕМЕРИС ІРИНА, Формування соціальної компетентності у студентів педагогічного коледжу	49
ЛУЦИНКЕВИЧ ЛЮДМИЛА, Педагогічна практика з науково-педагогічних досліджень як шлях інтенсифікації професійної підготовки майбутніх учителів	52
ДУРМАНЕНКО ЄВГЕНІЯ, Технології інтерактивного навчання у професійній підготовці майбутніх вихователів	57
ФАЛОВСЬКА ІРИНА, ПІДДУБНА АННА, Проблеми інклюзивної освіти в Україні	
ФІГОЛЬ НАТАЛІЯ, Рекомендації педагогам щодо збереження власного ментального здоров'я	61
ШАФРАНОВА ТЕТЯНА, Подолання освітніх втрат через соціально-емоційне та етичне навчання	63

ЛІТЕРАТУРНА ОСВІТНЯ ГАЛУЗЬ: РОЗРОБЛЕННЯ, ВПРОВАДЖЕННЯ **НОВИХ МЕТОДИК ТА ПРАКТИК НАВЧАННЯ**

ПОХИЛЮК ОЛЕНА, САМОДРАЛ КРІСТІНА, Традиція видання ілюстрованих романів у східній літературі.	69
КІСЕЛЬОВ ДМИТРО, Бертольт Брехт. Початковий етап творчої діяльності.	73
ПОХИЛЮК ОЛЕНА, КУЗЄВА СОФІЯ, Теми взаємодії, втрати та самоідентифікації в підлітковому романі Джона Майкла Гріна «Провина зірок».	76
ПОХИЛЮК ОЛЕНА, ГУМЕНЮК ДАРИНА, Елементи автобіографізму в романі Еріха Марії Ремарка «На західному фронті без змін».	80

ШУЛИЧЕНКО ОЛЕКСІЙ, ПОЗДНЯКОВ МИКОЛА, Сучасне прочитання класики в умовах альтернативних світоглядних концепцій сьогодення.	85
ОБОДЯНСЬКА НІНА, Особливості перекладу біблеїзмів англійської мови на українську	88

ВПРОВАДЖЕННЯ НОВИХ МЕТОДИК ТА ПРАКТИК НАВЧАННЯ

АГЕЙКІНА-СТАРЧЕНКО ТЕТЯНА, ЗАЙЦЕВА АНАСТАСІЯ, Етапи організації процесу сприймання музики як структурного елементу уроку музичного мистецтва	93
БАРАНОВСЬКА ТЕТЯНА, РАТУШНЯК ВАЛЕНТИНА, Розвиток критичного мислення дошкільників як запорука розвитку компетентної особистості.	95
БОЙЦУН НАТАЛІЯ, Комунікативні навички- ключовий елемент розвитку дошкільника.	97
ФЕДЧИШИНА ТЕТЯНА, Модернізація управлінського простору завідувача відділенням шляхом удосконалення механізмів формування і забезпечення ефективного освітнього процесу.....	99
КЛИМЕНКО ОЛЬГА, Формування елементарних математичних уявлень у дітей дошкільного віку шляхом використання спеціальних дидактичних засобів.	102
ЯВОРСЬКА ЮЛІЯ, РОМАНЕНКО ВАЛЕНТИНА, Вплив використання мобільних додатків на залучення активності в освітній процес.	106
ТАРАШЕВСЬКА ОЛЬГА, ЦІСАР ІРИНА, Застосування інноваційних технологій для формування комунікативних компетентностей здобувачів вищої освіти.	113
ГОНЧАРУК ВІКТОРІЯ, Сутнісна характеристика естетичного виховання студентської молоді.	116
ГОРБАТА ЛЮДМИЛА, Фізична культура в житті студента.....	119
ЗАВАЛЬНЮК ЯНА, Засоби активізації навчально-пізнавальної діяльності студентів у процесі вивчення німецької мови.	122
КАСІЯНЕНКО ОЛЬГА, Комунікативні вимоги до сучасного фахівця	127
МАРЦЕНЮК ВІКТОР, Особливості виховної роботи у студентських гуртожитках під час воєнного стану.....	134
МЕЛЬНИК АЛІНА, МАЗУР АЛЬБІНА, Пізнавальна активність здобувачів освіти як потреба у інтелектуальному та творчому саморозвитку.	139
ПАВЛЮК ЛАРИСА, Управлінська організаційно психологічна гра «Уроки лідерства»	143
ПРИСЯЖНЮК ДМИТРО, Оздоровчий ефект фізичних вправ.....	148
МАЛЬЧЕНКО МАРІЯ, Соціальні програми з вивчення особливостей організації соціальної роботи із жінками похилого віку з числа ВПО.....	152
ГАВРИЛЮК ОКСАНА, СІКОРСЬКА ІВАННА, Особливості творчої самореалізації особистості у підлітковому віці.	157
ДИМІНСЬКА ВАЛЕНТИНА, ПЕКУРАРУ ЛЮДМИЛА, У світі музичних інструментів.....	163

ЕКОНОМІЧНІ ПОГЛЯДИ

БУГА ОКСАНА, Інвестиційна політика та інвестиційний розвиток регіону Вінниччини: сутність та характеристика.	168
КОРНЮК СНІЖАНА, Чинники, які впливають на збільшення прибутку підприємств України в сучасних умовах.....	172

ситуацією», але у свідомому автор вважав недосконалим і не вартим стилістичному редагуванні своїх творів опублікування. перевершив усіх.

Михайло Коцюбинський як письменник був дуже щасливим, адже всі його твори були надруковані за життя, крім одного «Дядько та тітка», який

«Пройшли десятиріччя, минуть, напевно, віки, а творчість Коцюбинського, як світла зоря, сяятиме над нами вічно, облагороджуючи душу... Вічна слава його життю, вічна слава його таланту...» (Андрій Малишко).[9]

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ:

1. Височанська О. 13 цікавих фактів про Михайла Коцюбинського. ULR : <https://www.red-letter.com.ua/liudy/malovidomi-fakty-z-zhyttia-mykhayla-kotsiubynskoho>. (дата звернення: 09.08.2024).
2. Зборовський А. Учителька-пенсіонерка видала спогади мами про родину письменника Михайла Коцюбинського. *Українська мова і література в школах України*. 2020. № 1–2. С. 92–93.
3. Кірієнко О., Коляда І. Кохання у житті Михайла Коцюбинського. *Історія в рідній школі*. 2018. № 7–8. С. 38–41.
4. Михайло Коцюбинський і Вінниччина (17.09.1864-25.04.1913) : бібліогр. показ. / уклад. Г. М. Авраменко, С. Ф. Коваль. Вінниця, 2014. 140 с.
5. Об'єкти культурної спадщини. Вінницька область: Музей М. Коцюбинського. ULR : https://www.vin.gov.ua/images/doc/vin/upr-bud/Ramyatki/Nacionalne_znachennya/1_Sadiba_Kocubinskogo. (дата звернення: 09.08.2024).
6. Рік Коцюбинського: маловідомі факти про письменника. ULR : <https://vinnychany.info/vinnytsia/rik-kotsiubynskoho-malovidomi-fakty-pro-pysmennyka>. (дата звернення: 09.08.2024).
7. Той, хто змусив говорити про Україну всю Європу / [ред. ст.]. *Шкільна бібліотека*. 2019. № 8. С. 73–74.
8. Хоменко Б. В., Циганюк В. Ф. Подільськими стежками Коцюбинського. Вінниця, 2004. 143 с.
9. Цікаві факти про Михайла Коцюбинського. ULR : <https://dovidka.biz.ua/tsikavi-fakti-pro-mihayla-kotsyubinskogo>https. (дата звернення: 09.08.2024).

*Стаття надійшла до редакції
14 листопада 2024 р.*

НЕВІДОМА ТРАГЕДІЯ

УДК 908 (477.44)(091)

ЛИСИЙ АНАТОЛІЙ,

кандидат історичних наук, доцент, Почесний краєзнавець України,

завідувач кафедри суспільно-гуманітарних наук

КЗВО «Вінницький гуманітарно-педагогічний коледж»

У державному архіві Вінницької області зберігаються кримінальні справи на десятки тисяч міфічних ворогів народу. Їх прах було сховано в різних місцях Вінниці: в саду по Літинській дорозі, на православному кладовищі, в

парку. Але є категорія жертв комуністичної влади від яких не залишилось ні кримінальних справ, ні місць поховання.

Коли почалася німецько-радянська війна каральні органи отримали вказівку

з Москви провести масові арешти за списками контрреволюційного і соціально-небезпечного елементу [1, с. 258]. Засадивши величезну масу людей до камер тюрем, енкаведісти не знали, як діяти далі. Із прифронтових областей до Києва та Москви летять термінові телеграми з проханням дати розпорядження про евакуацію в'язнів з тюрем. І місцеві сатрапи отримали відповідь, в якій зазначалося, що «згідно з розпорядженням Л. Берії, за списками, затвердженими прокурором, розстріляти всіх осіб, що перебувають під слідством і засуджених за контрреволюційні злочини» [1, с. 259].

Масову розправу над беззахисними людьми у Вінницькій тюрмі здійснювали безпосередньо органи держбезпеки за участі працівників НКВС, охоронників та конвоїрів. Звірства чинилися переважно на подвір'ї тюрми. Тюрма наповнилася криками, благаннями, плачем. Постріли гриміли один за одним, що призвело до величезного загального збурення арештантів. Тюрма перетворилася на розбурханий вулик, вона клекотала і вирувала злістю до катів, які вбивали невинних людей [2, с. 145].

В книзі «Злочини комуністичної Москви в Україні влітку 1941 року», яка вийшла друком у литовській Клайпеді напередодні краху Радянського Союзу, свідок подій липня 1941 р., в'язень Вінницької тюрми, розповідає таке: «Тюрма в цьому місті теж була переповнена. В нашій камері ми мусіли весь час мінятися ролями, щоб трохи спочити: на команду старшого камери одні з нас сідали на землю, інші стояли, збившись густо один біля одного. За якийсь час сідали ті, що були на ногах, а другі стояли, і так тривало протягом днів і ночей. Настрій у в'язниці був пригнічений, як і в тих, з якими я сидів у Львові.

Коли більшовики тікали перед німецькою армією, тоді НКВС почало

мордувати в'язнів у пивницях і на подвір'ї. На крик розстрілюваних всі арештанти у тюрмі збунтувалися, виламали двері камер і кинулись на вбивць. Невелика кількість НКВДистів, які були в тюрмі, мусила відступити перед тисячними масами в'язнів, і нам здавалося, що ми вже вільні. Тисячі в'язнів вибігли на подвір'я і подалися до головної брами. Несподівано, однак, виявився відділ НКВС, який почав нас стріляти. В'язні відступили до камер, ховаючись від куль і гранат. Але порятунку і пощади не було. НКВДисти, немов божевільні, стріляли і кидали ручні гранати до камер, винищуючи всіх, хто живий. Я лежав на підлозі однієї камери і не мав сил підвестися, щоб рятуватися, аби мене не задушили самі співтовариші по неволі. Постріляні в'язні падали на мене й прикривали мене так, що я не міг ворухнутися.

Коли я прийшов до тями, мені розказали люди з Вінниці, що мене витягнуто з-під купи трупів, і я не давав знаку життя. Тому мене й покладено біля мертвих, але коли мені обмили обличчя, щоб розпізнати, - я віджив. Мій вигляд був жахливий, як розказували мені. Неголений, худий, облитий кров'ю, я не був схожий на людину. Але Бог врятував мені життя, що я міг розказати правду українському народові, як на моїх очах гинули у 1941 році нещасні жертви московсько-більшовистських катів у Вінницькій тюрмі» [1, с. 24-26].

Про масове знищення людей яскраво свідчать цифрові дані. На 1 липня 1941 р. у Вінницькій і Брацлавській тюрмах перебувало 4800 арештантів, а було зібрано і поведено пішки тільки 1820 чоловік в напрямку Умані. ***А де ділося 2980 ?*** Розправа продовжувалась і в дорозі. Так за перші дні переходу 7 в'язнів було вбито, 23 померли від голоду, спеки та відсутності медичної допомоги [2, с. 270].

Залишилися свідчення очевидців тих далеких років про масові вбивства арештантів в дорозі. У перших числах липня, отримавши розпорядження керівництва НКВС області начальник Ситковецького РВВС старший сержант міліції Ковальчук попередив голову Ситковецької сільської ради і місцевого голову колгоспу Кирилюка, щоб викопали яму для худоби, яка загинула від сапу. Бригада колгоспників біля урочища «Попів лісок» (недалеко скотомогильник) виконала завдання місцевих керівників. Яма була готова.

Достовірно відомо, що наступного дня, коли яма була готова, група колгоспників, щоб не дісталася німцям пшениця, попрямувала з серпами на «Попове поле». Однією з перших, хто побачив жахливу трагедію, яка змусила остовпіти від звірства була Паламаренко Олександра. Могила була завалена людськими тілами. Кров перемішана із землею. З засипаного захоронення стирчали руки, ноги, обличчя. Деякі тіла ще ворушилися. На віддалі 100-150 метрів лежало тіло чоловіка, охайно одягненого, збоку капелюх, блондин. Жінки перенесли тіло у кагат. Всі розбіглися. Коли в селі довідалися про наслідки «скотарської хвороби – сапу», голова сільської ради розпорядився засипати могилу «як положено».

Місцевий священик Іван Юхимович, разом з іншими служителями церкви після приходу німців відправили панахиду за християнським звичаєм. Кати ж ритуалів не визнають і між 1944 – 1946 роками могила була знищена [3].

Мешканець селища Ситківці Бражинський В. П. згадує: «Коли почалася війна, мені було дванадцять років. Одного разу надвечір ми з хлопцями гнали берегом з Брідка корів з пасовиська. І раптом побачили, що з горбка від заводу суне якась сіра маса. Коли наблизились, то зрозуміли, що це ідуть люди. Багато людей – ціла колона

під вартою. Були вони усі босі, ноги розпухлі, збиті, криваві. Були там чоловіки старі і молоді, і жінки з дітками на руках. Вели їх із Вищої Кропивни біля цукрозаводу, повз клуб, через греблю в центр села. Біля млина їх загнали у воду, як скотину і вони спрагло пили.

Зупинилися вони на ніч в центрі біля клубу, де зараз парк і стоїть пам'ятник. Люди поприносили хто що мав – хліб, молоко, сало, яйця та інші продукти. Конвоїри не підпускали близько, але й не дуже сварились. Люди кидали харчі через їхні голови. ... Раненько я побіг туди знову, бо жив недалеко, але вже нікого не застав. Казали люди, що то були в'язні чи то з Вінницької чи то Брацлавської тюрми. Казали, що вночі їх погнали далі на Білки. А може це тільки так казали, а насправді вони лежать у тій могилі, що під Гнатківським лісом» [4].

В цій страдницькій колоні був і уродженець села Ситківці Василь Кузик, який гарно вчився в школі і після закінчення семирічки навчався в Брацлавському технікумі. Після його закінчення його взяли в Ситковецьке сільпо бухгалтером. У нього під час ревізії виявили нестачу в 500 карбованців. І молодого хлопця було засуджено на п'ять років неволі. Відбував покарання у Вінницькій тюрмі. Попав на етап. Рідні дізналися, що арештантів будуть гнати через Ситківці. Мати взяла вузлик з харчами і намагалася його кинути сину, але конвоїр вдарив її прикладом рушниці і вона впала. На світанку їй вдалося таки передати харчі, але скористатися ними хлопчині не судилося. Його, як і всю колону в'язнів, ймовірно вбили того ранку біля Гнатківського лісу [5].

Це сталося за кілька днів до приходу фашистських окупантів у Немирівський район. Сільському хлопчині Леонідові Потребенку тоді ледь виповнилось тринадцять років. Жив він із своїми рідними у селі Мухівці за 8 кілометрів

від містечка Немирова. Його батько працював у Мухівцях головою колгоспу. Під великим секретом він розповів своєму синові, що напередодні приходу німців до нього зателефонував начальник Немирівської районної міліції Войтенко і наказав, щоб той прислав до «Холодного яру» «надійних хлопців», аби ті поховали там вбитих людей.

Голова колгоспу виконав наказ начальника міліції. Він і сам поїхав подивитися на місце страти. В його очі впала жахлива картина: людей розстрілювали на схилі яру, а потім стягували вниз і складали. Було майже 30 трупів. Більшість була селянами з мозолястими руками, в домотканих сорочках і постолах.

Довгий час про цих приречених не було ніяких звісток, і лише в останній час про них розповів мешканець Немирова, нині вже пенсіонер Л. Г. Потребенько, батько якого був свідком страти невинних людей [7]

Наприкінці травня 1943 р. німецькі окупанти, намагаючись здобути політичний капітал, розпочали розкопки таємних поховань НКВС у Вінниці. Було створено міжнародну комісію фахівців судової медицини, яка проте «не займалася тими жертвами, що були знайдені у в'язниці при відступі більшовиків з Вінниці в 1941 році, і тими червоноармійцями, яких було знайдено розстріляними біля вокзалу із скрученими по кількох докупі колючим дротом. Про це німцями було офіційно повідомлено ще в 1941 році. Також не розкопувалося великої могили в парку ім. Козицького – жертв ЧК-ГПУ в 1923 році» [8, с. 39].

Мешканець Вінниці Опанас Скрепка дав таке свідчення слідчому комісії, що він у 1941 р. «після вступу німецьких військ, на пораду міського голови, розкопав кілька ям біля залізничної станції, неподалік від міської тюрми. Там було три ями, про які я вже знав. В одній

ямі ми знайшли тіла 60 цивільних, зв'язаних докупі по п'ять чи шість. У другій ямі також були виявлені тіла цивільних, розпізнані по одягу та документах, знайдені при них, як буковинці» [8, с. 143].

Міжнародна комісія «виявила також, що у Вінниці в тих роках було аж три тюрми (до революції була лише одна). ... У роках 1937-1938, себто в період так званої «єжовщини», у всіх тюрмах перебувало постійно в середньому 30 тисяч в'язнів» [8, с. 197]. Одна з них ще в перші роки радянської влади слугувала концтабором для перевиховування антирадянських елементів. На початку 50-років минулого століття цю тюрму реконструювали і зробили школу №26. Випадково відкрили замурований і замаскований підвал і в ньому виявили скелети в'язнів 1941 р. «Стіни аж до стелі були вицяткувані якимось дивним

трафаретом. Згодом виявилось, що «трафарет» - то написи кров'ю: «Помираю. Петро з Сумщини» та інші, не менш жахливі. Тоді відбійними молотками зняли штукатурку і зробили підвал як новенький» [9].

Автор плекає надію, що запропонований матеріал сприятиме очищенню громадської свідомості від брехні, фарисейства, різноманітних міфів, перекручень і фльсифікацій, якими ще донедавна так рясно «оздоблювала» наше життя компартійна пропаганда.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ:

1. Білас І. Г. Репресивно-каральна система в Україні. 1917-1953. Т. 2. Київ, 1994. 688 с.
2. Давидюк А. Т. Лікарська гекатомба. Вінниця, 2009. 268 с.
3. Злочини комуністичної Москви в Україні в літі 1941 року. Клайпеда, 1991. 95 с.
4. Покришук О. І. Що сталося в Юрковецькому лісі. *Вінниччина*. 21 травня 1996.
5. Записала влітку 2007 р. Антоніна Гуцаленко, бібліотекар із Ситківцеь.
6. Записала 2016 р. Антоніна Гуцаленко.
7. Рекрут Я. Не приховуй «Холодний Яр». *Подолія* 1996. 20 червня.
8. Вінниця: злочин без кари (Документи, свідчення про большевицькі розстріли у Вінниці в 1937-1938-х роках). Київ, 1994. 333 с.
9. Микола Чернолюк. Від концтабору до школи. *Електронна газета «Головне на Вежі»*. 27 липня 2019 р.

*Стаття надійшла до редакції
02 листопада 2024 р.*

**ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ ЧЕРЕЗ УСВІДОМЛЕНІСТЬ: ІНТЕГРАЦІЯ
МАЙНДФУЛНЕС-ПРАКТИК, СОЦІАЛЬНО-ЕМОЦІЙНОГО НАВЧАННЯ ТА
АУТОГЕННОГО ТРЕНУВАННЯ**

УДК 613.86

БОРБИЧ НАТАЛІЯ,

кандидат педагогічних наук, проректор з навчальної роботи

КОВАЛЬЧУК ІРИНА,

кандидат філософських наук, доцент

КЗВО «Луцький педагогічний коледж» Волинської обласної ради

Анотація. У роботі розглядається соціально-емоційне та етичне навчання, майндфулнес-практики та аутогенне тренування як дієві інструменти здоров'язбереження.

Ключові слова: усвідомлення, майндфулнес, майндфулнес-практика, соціально-емоційне та етичне навчання, аутогенне тренування.

Постановка проблеми. В умовах війни в Україні питання здоров'язбереження молоді набуло критичної значущості. Постійні стреси, небезпека, тривожність, навчання в умовах нестабільної інфраструктури, втрата близьких, невизначеність щодо

майбутнього, переміщення (зміна місця проживання, роботи, навчання) та соціальна ізоляція створюють величезний тиск на психоемоційний стан здобувачів освіти. Окрім цього, сучасні студенти стикаються і з іншими викликами, такими як навчальне навантаження,