

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

В І С Н И К

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



ВИПУСК № 2 (49)

Вінниця, 2025

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 № 11 від 15 травня 2025 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 імені Павла Тичини)

Відповідальність за зміст статей несуть автори
Матеріали видаються в авторській редакції

В 53 Вісник науково-методичних досліджень Вінницького гуманітарно-педагогічного коледжу : Випуск 2(49) /за заг. ред. К.Ф. Войцехівського. Вінниця : Твори, 2025. 165с.

© КЗВО «Вінницький гуманітарно-педагогічний коледж», 2025

ЗМІСТ

НОПЯТІККИ СУЧАСНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ

АСАУЛЕНКО АНАСТАСІЯ, СЕНСИТИВНІ ПЕРІОДИ РОЗВИТКУ	5
БАКЛАНСЬКА АЛІНА, ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ГРИ ЯК ПРОВІДНОГО ВИДУ ДІЯЛЬНОСТІ.....	8
БЕВЗА ДІАНА, МЕТОДИ ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ У СУЧАСНІЙ РОДИНІ	11
ПОГРЕБНЯК ДІАНА, СУЧАСНІ ПЕДАГОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ ТА ЇХ ЗАСТОСУВАННЯ У РОБОТІ ВИКЛАДАЧІВ ЗАКЛАДУ ФАХОВОЇ ПЕРЕДВИЩОЇ ОСВІТИ	15
ЗАСТАВНІЮК ЛЮБОВ, ДИДАКТИЧНІ ІГРИ ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ МАТЕМАТИЧНИХ УЯВЛЕНЬ У ДІТЕЙ РАНЬОГО ТА ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ...	19
ЗРАЛКО АННА, ІНТЕРАКТИВНІ ДИТЯЧІ СВЯТА В СУЧАСНІЙ УКРАЇНСЬКІЙ ШКОЛІ	23
ПЕТРИЧКО КАТЕРИНА, ВИКОРИСТАННЯ ЕЛЕМЕНТІВ НАРОДНОЇ МАТЕМАТИКИ В ДОШКІЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ	30
ПЛАХОТНА АЛЛА, РОЗВИТОК ПАМ'ЯТІ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ..	35
ПОСТУПАЙЛО АННА, ФОРМУВАННЯ ЕКОЛОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ	39
БОГОЦЬКА ВАЛЕНТИНА, СЕГЕДА МИКОЛА, МОРАЛЬНЕ ВИХОВАННЯ ШКОЛЯРІВ ЗАСОБАМИ МУЗИЧНОГО МИСТЕЦТВА.....	44
СИВАК МАРИНА, РОЗВИТОК ЗДІБНОСТЕЙ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	47
ПИЛЯВЕЦЬ ТЕТЯНА, РОЗВИТОК МОРАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ	51
СОРОЧАН КАРІНА, ПОЗАКЛАСНА РОБОТА В КОНТЕКСТІ ФОРМУВАННЯ ПОЗИТИВНОЇ МОТИВАЦІЇ УЧНІВ ОСНОВНОЇ ШКОЛИ ДО ВИВЧЕННЯ ІНОЗЕМНОЇ МОВИ.....	56
ШАФАР ІВАННА, РОЛЬ СІМ'Ї У ПСИХОЛОГІЧНОМУ РОЗВИТКУ ДИТИНИ ПІД ЧАС КРИЗОВИХ ПОДІЙ	62
ЯГНІЧ НАТАЛІЯ, ФОРМУВАННЯ СВІДОМОСТІ У СТАРШОМУ ДОШКІЛЬНОМУ ВІСІ.....	65

КУЛЬТУРА, ЛІТЕРАТУРА ТА ФІЛОЛОГІЯ У ДОСЛІДЖЕННЯХ МОЛОДИХ ВЧЕНИХ

МАРУСІНА ЮЛІЯ, ПОНЯТТЯ КУЛЬТУРИ ТА КУЛЬТУРНОГО «БУМУ»	71
ГУМЕНЮК ІРИНА, КОЛИ ЛЮБОВ УБИВАЄ: ФЕМІНІСТИЧНИЙ І ПСИХОАНАЛІТИЧНИЙ ПОРТРЕТ РОМАНУ «КОХАННЯ» АНДЖЕЛИ КАРТЕР ..	74
ДОЛІШНЯ КАТЕРИНА, ФРАЗЕОЛОГІЧНІ ОДИНИЦІ З КОМПОНЕНТОМ FOOD В АНГЛІЙСЬКІЙ МОВІ	82

KOLIESNIKOVA IVANNA, SENTENCE AND QUASI-SENTENCES IN MODERN ENGLISH	88
ЛАСКОРУНСЬКА АНАСТАСІЯ, ЛЕКСИЧНІ ТРАНСФОРМАЦІЇ ПРИ ПЕРЕКЛАДІ СЛЕНГУ: МІЖ КУЛЬТУРОЮ І МОВНОЮ ГРОЮ	94
ОШІВСЬКА ОЛЕНА, ВЛАСНІ НАЗВИ В АНГЛОМОВНІЙ РЕКЛАМІ	98
СКАЛЕЦЬКА СОФІЯ, ЛЕКСИКО-СЕМАНТИЧНЕ ПОЛЕ "ВІЙНА" В АНГЛОМОВНОМУ ДИСКУРСІ ПРО ВІЙНУ В УКРАЇНІ: АНАЛІЗ СУЧАСНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ І МЕДІЙНОЇ РЕПРЕЗЕНТАЦІЇ	105
СЛЮСАР МАРИНА, COEXISTENCE OF SOCIOLECTS AND REGIONAL DIALECTS IN ENGLISH-SPEAKING COUNTRIES	109
СОЛОМСЬКА ВІКТОРІЯ, STYLISTIC DEVICES IN DIGITAL JOURNALISM: EXPRESSIVE STRATEGIES IN ONLINE MEDIA TEXTS	114
ТИМОШЕНКО ВАДИМ, СИМФОНІЯ ВТРАТИ Й НАДІЇ: КУЛЬТУРНИЙ СИНТЕЗ У РОМАНІ “НОРВЕЗЬКИЙ ЛІС” ХАРУКІ МУРАКАМІ	117

ІННОВАЦІЇ СУЧАСНОЇ МЕТОДИКИ НАВЧАННЯ ТА ВИХОВАННЯ

ЗВІРИК ЛЮДМИЛА, НАВЧАННЯ БІГУ НА КОРОТКІ ДИСТАНЦІЇ	123
КЛАНЦАТА ВІКТОРІЯ, ІНТЕРАКТИВНІ ПЛАТФОРМИ ТА МОБІЛЬНІ ДОДАТКИ ДЛЯ РОЗВИТКУ ФОНЕТИЧНИХ УМІНЬ ТА НАВИЧОК УЧНІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ	129
КОЗЮЛЬКО АНАСТАСІЯ, МЕТОДИКА ФОРМУВАННЯ ПОЗИТИВНИХ РИС ХАРАКТЕРУ ДІТЕЙ	135
ПРИСЯЖНЮК ДМИТРО, МАРТИНЮК ВІКТОР, БИСТРИЦЬКИЙ ОЛЕКСАНДР, ОЗДОРОВЧИЙ ЕФЕКТ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ	140
КАСЬКО ОЛЕНА, STEM-ОСВІТА ЯК ІНСТРУМЕНТ РОЗВИТКУ НАВИЧОК У ДІТЕЙ З АУТИЗМОМ	145
ПРИСЯЖНЮК ДМИТРО, МАРТИНЮК ВІКТОР, БИСТРИЦЬКИЙ ОЛЕКСАНДР, ВІДБІР ТА ОРІЄНТАЦІЯ У СИСТЕМІ СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ ЛЕГКОАТЛЕТІВ	151
СТОРОЖУК НАТАЛЯ, КАСЬКО ТЕТЯНА, ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ САМОСТІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ З ХОРОВОГО ДИРИГУВАННЯ	156
СТРАТІЙЧУК НАТАЛІЯ, МУЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА ТВОРЧИЙ РОЗВИТОК	159

ВИМОГИ до підготовки науково-методичних статей Збірника «ВІСНИК НАУКОВО-МЕТОДИЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ Вінницького гуманітарно-педагогічного коледжу»	166
---	-----

ОЗДОРОВЧИЙ ЕФЕКТ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ

УДК 796.012:613.71

ПРИСЯЖНЮК ДМИТРО

кандидат педагогічних наук, доцент

МАРТИНЮК ВІКТОР, БИСТРИЦЬКИЙ ОЛЕКСАНДР

викладачі факультету педагогіки

та фінансово-економічної діяльності

Комунального закладу вищої освіти

«Вінницький гуманітарно-педагогічний коледж»

Постановка проблеми. Питання впливу фізичних вправ на здоров'я людини цікавило лікарів і вчених з самих далеких часів, хоча і на перших етапах досить примітивно і з великими протиріччями.

Окремі висловлювання про використання фізичних вправ з метою зміцнення організму, попередження і лікування багатьох захворювань відомі ще в I і II століттях до нашої ери. Так, давньогрецькі лікарі Геродот і Аноксімер вперше намагались обґрунтувати лікувальну дію фізичних вправ на організм людини, а Гіпократ виділив різні види фізичних вправ в залежності від їх впливу на організм, акцентував при цьому, що від гімнастики організм зміцнюється, а бездіяльність прискорює його старіння.

Відомий лікар минулого Гален вважав гімнастику сильним подразником, який підвищує дихання і сприяє розвитку організму. При цьому в гімнастику він включив веслування, мисливство, підняття обтяжень, збирання плодів і інше, а римський лікар Орібозон видав спеціальну книгу з описанням дій на організм різних видів фізичних вправ, масажу, гімнастики.

Впродовж усієї історії розвитку людства рухова функція м'язового апарату була одним із важливих соціально-біологічних чинників, які формують організм і відіграють важливу роль у підтриманні рівноваги між ним і зовнішнім середовищем.

М'язова діяльність є одним із головних чинників, які підтримують нормальний рівень функціонування організму людини, пониження рухової діяльності негативно впливає на розвиток найбільш важливих фізичних якостей – витривалості, сили і швидкості, що особливо важливо, на органи кровообігу людини.

Нами вивчався оздоровчий ефект фізичних вправ під час підготовки до виконання державних тестів і навчальних завдань за програмою фізичного виховання студентів вищих і середніх навчальних закладів (юнаки і дівчата 16-18 років). Враховуючи на тісний взаємозв'язок між рівнем розвитку рухового апарату і функціональним станом серцево-судинної системи, що доказано роботами М.Р. Могеновича, підготовленість людини виражається в об'єктивних показниках (секунди і їх долі, метри, кількість виконання окремих вправ) ми намагались виразити зміни, які виникають в процесі підготовки в найбільш демонстративних показниках підвищення функціонального стану органів кровообігу, яка характеризує поліпшення підготовленості до бігу на швидкість (біг на 100м) до кросу на 2000: 3000м, до силових вправ (підготування на

перекладені юнаки і віджимання від полу дівчата. Особливу увагу ми звернули на найбільш доступні параметри серцево-судинної системи: частоту серцевих скорочень (ЧСС), яка вважається одним із самих об'єктивних показників організму і показниками артеріального тиску (АТ) (С.П. Летунов 2001, 1000 В.В. Розенблат, 2001, С.В. Хрущов, 2006 і ін.).

Метою нашої роботи є виявлення змін показників серцево-судинної системи, які в конкретних величинах засвідчують ступінь готовності організму юнаків і дівчат 16-18 років до виконання державних та навчальних тестів. Для виконання поставленої мети вирішувались основні завдання нашої роботи:

- Можливості виявлення показників серцево-судинної системи, які чітко взаємопов'язані з рівнем фізичної підготовленості організму, яке може бути придбано в процесі підготовки до виконання норм державних і навчальних тестів;
- Розробка об'єктивних показників фізичної підготовленості організму до виконання основних норм державних і навчальних тестів;
- Кількісне визначення функціональної «віддачі» тобто позитивних змін регуляції функції кровообігу, яке супроводжує кожний етап фізичного удосконалення організму.

В результаті нашого дослідження отримані факти, які дали можливість попередньої оцінки рівня функціональної готовності організму юнаків і дівчат 16-18 років до виконання державних тестів. Новими є дані про можливість виявлення достовірно простих і доступних показників функції серцево-судинної системи, котрі чітко характеризують ступені фізичної готовності організму, яке завершується в процесі підготовки до виконання державних тестів. На основі цих показників розроблені критерії функціональної готовності серцево-судинної системи юнаків і дівчат 16-18 років в освоєнні ними навчальних вимог системи фізичного удосконалення організму.

У цілому результати нашого дослідження вперше дозволили встановити:

- можливість виявлення показників серцево-судинної системи, які відображають ступені підготовленості організму до виконання державних і навчальних тестів;
- кількісні критерії функції кровообігу, які базуються на простих і об'єктивних показниках, котрі дозволяють у практичній роботі педагогів і лікарів визначити фізичну готовність організму до виконання вказаних норм;
- функціональну «віддачу» тобто виражений кількісно ефект у змінах регуляції кровообігу, що супроводжує кожний «крок» у підвищенні фізичної підготовленості організму в процесі освоєння норм державних тестів.

Методи організації досліджень. Під наглядом впродовж двох років знаходилося 62 практично здорових юнаків і дівчат у віці 16-18 років, студентів першого і другого курсу педагогічного коледжу. Із досліджуваних були сформовані групи (від 26-30 осіб у кожній) в залежності від рівня підготовленості до виконання залікових норм.

Першу групу склали особи, які не виконали дану фізичну вимогу, другу – що виконали на «відмінно». Окрему групу склали студенти, фізична підготовка яких

знаходилась на рівні вимог III спортивного розряду спортивної класифікації. У юнаків проводилось вивчення рівня розвитку швидкісних можливостей (біг 100м), рівня розвитку витривалості (крос 3000м), силових можливостей (підтягування на перекладні). У дівчат визначався рівень розвитку швидкості (100м) і витривалості (крос 2000м). Частота серцевих скорочень визначалась у спокої впродовж 10-хвилинного періоду відновлення, артеріальний тиск - також у спокої і на кожній хвилині цього періоду.

Аналізувалась ступінь збільшення частоти серцевих скорочень у відсотках і в абсолютних величинах, які визначались за перші і другі 10 секунд, а також за першу хвилину відновлення. Величина артеріального тиску відзначалась в відсотках на першій і другій хвилині, тривалість відновлення артеріального тиску визначалась так як і частота серцевих скорочень двома показниками - тривалістю і інтенсивністю.

Фізичну працездатність тестом PWC 170 визначали за методикою (ВНДІФК) МСК (максимальне споживання кисню) визначали за методикою В.Л. Карпмана (1980).

Використовувався метод електрокардіографії. Аналізувались наступні параметри: вольтаж зубців P,R,S,T, тривалість інтервалів (R-R, сумарний вольтаж зубців R у стандартних відхиленнях. Визначались балістокардіографічні (БКТ) показники. Визначались якісні і кількісні зміни БКТ.

Отримані в результаті дослідження результати опрацьовані методом варіаційної статистики (І.Т. Шевченко та ін., 1970, А.М. Дубров, 1986).

Результати досліджень

Важливим складовим елементом всебічного гармонійного розвитку є швидкість. Її рівень має практичне значення для нормального фізичного розвитку виконання рухів за мінімальний відрізок часу, особливо молоді. Регулярні заняття швидкісними вправами мають позитивний вплив на серцево-судинну систему. Так, за нашими дослідженнями, поліпшення підготовленості до виконання бігу на 100м супроводжується менш вираженою реакцією на навантаження 20 присідань за 30 сек. З підвищенням готовності до бігу на 100м знижуються показники частоти серцевих скорочень що характеризує економізацію цього показника після всіх навантажень функціональної проби.

Відомо, що вправи на витривалість пред'являють підвищені вимоги до функцій серцево-судинної системи. Підвищення готовності до виконання нормативів на витривалість супроводжується зниженням величини приросту частоти серцевих скорочень після всіх видів навантаження як в абсолютних, так і відносних показниках. Більш високий рівень витривалості, характеризується скороченням тривалості відновлення після навантаження 20 присідань більш ніж у два рази (з $253 \pm 20,7$ до $118 \pm 11,6$ с) в порівнянні з непідготовленими особами в кросі на 3000м.

М'язова сила має велике значення для всебічного гармонійного розвитку організму, В.П. Філін (2004) вказує, що недостатній рівень сили не забезпечує потрібного розвитку опорно-рухового апарату і не сприяє вирішенню основних завдань фізичного виховання і спортивного вдосконалення дітей шкільного віку. Силкові вправи

сприяють збільшенню об'єму і працездатності м'язів, стимулює діяльність опорно-рухового апарата, благотворно впливає на функціональний стан системи організму.

Апробація нашої методики, яка дозволяє визначити ступінь готовності організму до виконання основних нормативів державних тестів показало, що у 87% юнаків і дівчат характеристика функціонального стану, що оцінюється за допомогою Т проби С.П. Летунова, чітко відповідає рівню фізичної підготовленості, лише 13% виходило за межі реакції.

Фізична працездатність (ФП) і максимальне споживання кисню (МСК) - ці важливі функціональні показники підвищувались з поліпшенням фізичної підготовленості. Так у найбільш підготовлених дівчат фізична працездатність підвищилась до рівня $720 \pm 21,0$ кг/хв, тоді як у непідготовлених вона склала $677,7 \pm 11,2$ кг/хв, $P 0,01$), максимальне споживання кисню до $2465,5 \pm 5,18$ мл/хв (у підготовлених - $2391,9 \pm 0,12$ мл/хв, $p 0,01$).

Подібні результати виявлені і при визначенні підготовленості до виконання норм на витривалість і силу.

Один з розділів роботи ми спрямували на поглиблення вивчення стану серця у досліджуваних.

З цією метою використані методи електрокардіографії (ЕКГ), які характеризують зміни біоелектричної активності серця. Порівнювались групи досліджуваних - не виконавших і добре підготовлених осіб, відповідно перша і друга групи. Особливості ЕКГ не мали відхилень від загальноприйнятих норм. У спокої інтервал R-R склав $0.87 \pm 0,30$ у підготовлених і $0,76 \pm 0,03$ - непідготовлених.

Таблиця 1. Характеристика основних показників функціональної підготовленості організму до виконання тесту на швидкість $M \pm m$

Показники		1	2	3
1. після навантаження: 20 присідань	за 10 сек	$21,67 \pm 0,32$	$20,86 \pm 0,40$	$18,39 \pm 0,33$
а) кількість серцевих скорочень				
б) відновлення ЧСС	за 60 сек	$107,6 \pm 1,72$	$102,3 \pm 2,08$	$98,0 \pm 2,72$
PWC 170				
Абсолютне	кгм/хв	$902 \pm 18,7$	$943 \pm 21,8$	$1012 \pm 3,47$
Відносне	кгм/хв	$13,5 \pm 0,7$	$14,2 \pm 0,19$	$16,2 \pm 0,7$
МПК $\pm$				
Абсолютне	кгм/хв	$2770 \pm 432,6$	$2843 \pm 33,6$	$29,60 \pm 24,2$
відносне	кгм/хв	$41,7 \pm 0,29$	$42,3 \pm 0,24$	$47,3 \pm 0,27$

Умовні позначення: 1 група – непідготовлені (норматив не виконали), 2 група – більш підготовлені (норматив виконали).

При оцінці зубців R, як правило, враховують суму амплітуд цих зубців. У юнаків і дівчат успішно виконавши навчальний норматив вольтаж зубців R більший ніж у непідготовлених (табл. 2).

Таблиця 2. Показники сумарного вольтажу зубців R в стандартних відхиленнях у спокої.

Група	Юнаки		Дівчата	
	Рівень відхилень		Рівень відхилень	
1	14,5-26,0	18,6 $\pm$ 0,62	13,5-21,5	15,8 $\pm$ 0,60
2	17,0-31,0	24,1 $\pm$ 0,81	13,6-22,2	17,8 $\pm$ 0,72

Важливим компонентом ЕКГ є зубець T, який відображає протікання обмінних процесів у міокарді: у наших дослідженнях зубець T у підготовлених склав $74\pm 0,32$ мм у непідготовлених - $5,43\pm 0,42$ мм у групах дівчат ці показники, відповідно, склали $5,5\pm 0,8$; $4,9\pm$ мм ($P < 0,1$).

Таким чином, характеристика елементів ЕКГ у поєднанні з показниками проби Летунова, в певній мірі, можуть слугувати показником рівня підготовленості організму до виконання державних тестів і навчальних нормативах.

Висновки

1. Виконання нормативів, які складають основу державних тестів визначають глибоку функціональну перебудову в їх організмі. Суттєве значення в цій перебудові має поліпшення регуляції серцево-судинної системи, яке визначається в умовах фізичних навантажень.

2. Функціональна перебудова, яка формується в процесі занять фізичними вправами, може бути виявлена за допомогою проби С.П. Летунова в модифікації, яка дозволяє реєструвати відновлення реакцій серцево-судинної системи впродовж 10 хв.

3. Серед різних показників функціонального стану серцево-судинної системи найбільш закономірний кількісний зв'язок зі зміною рівня фізичної підготовленості юнаків і дівчат у процесі освоєння ними нормативів виявляє збільшення частоти серцевих скорочень, яке виявляється в абсолютних показниках по відрізках 10: 60сек, тривалістю відновлення цього показника після навантаження.

Вказані показники можуть бути використані в якості «стандартів» рівня підготовленості до виконання норм державних тестів і навчальних завдань. Розроблені критерії функціональної оцінки рівня підготовленості до виконання державних тестів у їх конкретному кількісному вираженні можна використовувати в практиці фізичного виховання.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ:

1. Присяжнюк Д.С. Зародження спорту у Вінниці. Педагогіка фізичного виховання. Науково-метод. ж-л. Вип.1. Вінниця: Вінницька міська друкарня, 2022, с.79-93.

2. Свиначук В.М. Формування здорового способу життя студентської молоді засобами фізичної культури. Педагогіка фізичного виховання. Науково.-метод. ж-л. Вип 1. Вінниця: Вінницька міська друкарня, 2022, с.114-129.

3. Шиян Б.М. Методика викладання спортивно-педагогічних дисциплін в вищих навчальних закладах фізичного виховання і спорту: нав.посібник. Б.М. Шиян, В.П. Папуша. Харків: ОСВ, 208с.

4. Юлін В.О. В ім'я життя. Донецьк: Спілка письменників України. 2006.

Стаття надійшла до редакції

1 травня 2025р

STEM-ОСВІТА ЯК ІНСТРУМЕНТ РОЗВИТКУ НАВИЧОК У ДІТЕЙ З АУТИЗМОМ

УДК 376-056.34:616.896]:[373.3.091.313-044.247:[5:62]

КАСЬКО ОЛЕНА

вчитель початкових класів КЗ «Миролюбівський ліцей»

Піщанська селищна рада, Тульчинського району,

Вінницької області, Україна.

Анотація. У статті розглядаються особливості застосування STEM-освіти як ефективного інструменту розвитку навичок у дітей з розладами аутистичного спектра (РАС). Обґрунтовано переваги STEM-підходу для розвитку когнітивних, комунікативних та адаптаційних навичок у дітей з аутизмом. Представлено практичні рекомендації щодо організації навчального процесу з використанням STEM-технологій та описано перспективи впровадження цього підходу в українській освітній системі.

Ключові слова: STEM-освіта, розлади аутистичного спектра, інклюзивна освіта, візуалізація, робототехніка, програмування.

Постановка проблеми. Аутизм або розлад аутистичного спектра (РАС) впливає на соціальну взаємодію, комунікацію та поведінку дитини. Діти з аутизмом мають унікальні особливості і сприйняття світу, і STEM є ефективним для розвитку їхніх навичок.

Провідна ознака розладів аутистичного спектру — недостатній розвиток навичок комунікації, соціальної взаємодії, або інакше — соціальної комунікації. Щоб навчити дитину з РАС підтримувати контакт з однолітками, потрібно планувати і використовувати кілька разів на день різні невербальні ігри або невербальні ситуації для спілкування [2].

Тому, проблема stem-освіти як інструмент розвитку навичок у дітей з

аутизмом є актуальною та потребує подальшого дослідження цього питання.

Мета статті. Дослідити та проаналізувати ефективність впровадження STEM-освіти як спеціалізованого інструменту для розвитку когнітивних, соціальних та практичних навичок у дітей з розладами аутистичного спектру, а також розробити практичні рекомендації щодо адаптації STEM-підходів для максимального врахування особливостей сприйняття та навчання дітей з аутизмом.

Аналіз наукових досліджень. За даними ВООЗ, поширеність розладів аутистичного спектру становить приблизно 1% населення світу [3]. В Україні, за статистикою МОЗ, кількість