

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

# ОСВІТА І ЗДОРОВ'Я ПІДРОСТАЮЧОГО ПОКОЛІННЯ

ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ,  
СПОРТУ І ЗДОРОВ'Я

ЧАСТИНА 1



Український державний університет  
імені Михайла Драгоманова

2025 р.

УДК 37+613]-053.2/.6:005.745  
0-72

Матеріали VII Міжнародного симпозиуму «Освіта і здоров'я підрастаючого покоління»: Зб. наук. Праць, Ч.1 / За ред. Білик В.Г. Вип. 7. К.: Алатон, 2025. 179 с.

### РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ

**Білик Валентина Григорівна** – завідувачка кафедри здоров'язбережувальної освіти та фізичної рекреації Українського державного університету імені Михайла Драгоманова доктор педагогічних наук, професор.

**Омельчук Олена Володимирівна** – заступник декана з наукової роботи та міжнародних відносин, факультету фізичного виховання, спорту і здоров'я Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, кандидат педагогічних наук, доцент.

**Тимошенко Олексій Валерійович** – декан факультету фізичного виховання, спорту і здоров'я Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, доктор педагогічних наук, професор.

ISBN 978-617-7834-43-3

## ЗМІСТ

<b>Iwańko O.M., Deputat Y.M., Makhniuk W.M.</b> W SPRAWIE ZAPEWNIENIA WYSOKICH POZIOMÓW GOTOWOŚCI DO WYKONYWANIA ZADAŃ BOJOWYCH O DŁUGICH OKRESACH AKTYWNOŚCI FIZYCZNEJ I POZNAWCZEJ ŻOŁNIERZY SŁUŻBY WOJSKOWEJ SIŁ ZBROJNYCH UKRAINY KOSZTEM WYŻYWIENIA.....	7
<b>Kots S.M., Kots V.P.</b> FEATURES OF THE INFLUENCE OF VARIOUS ASPECTS ON THE HEALTH OF THE YOUNG GENERATION.....	8
<b>Makhniuk W.M., Pawlenko N.P., Makhniuk W.W., Mohylnyj S.M.</b> STRATEGICZNE ZAGADNIENIE OCHRONY ZDROWIA DZIECI UCZĄCYCH SIĘ W OBSZARACH PIERWSZEJ LINII POPRZEC PROJEKTOWANIE I BUDOWĘ NOWYCH OBIEKTÓW – SZKOŁY PODZIEMNE (SZKOŁY BUNKROWE).....	10
<b>Mosiakova I.</b> HEALTH-PRESERVING TECHNOLOGIES IN AUTHOR'S OUT-OF-SCHOOL EDUCATIONAL ESTABLISHMENTS: CURRENT TRENDS IN IMPLEMENTATION.....	11
<b>Novoselenskyi H.</b> GAMIFICATION IN EDUCATION: THE IMPACT OF HEALTH-PRESERVING TECHNOLOGIES ON THE DEVELOPMENT OF HIGH SCHOOL STUDENTS.....	13
<b>Olendra N.</b> BALANCING LEARNING AND WELL-BEING: ENGLISH EDUCATION AND HEALTHY FUTURE.....	16
<b>Surma S.S.</b> INTEGRATION OF HEALTH-PRESERVING TECHNOLOGIES IN THE EDUCATIONAL PROCESS OF THE «UNIVERSUM» LYCEUM.....	18
<b>Yarova Ye. V.</b> SPECIALIZED EDUCATION AS A RESOURCE FOR THE PSYCHO-EMOTIONAL WELL-BEING OF LEARNERS.....	20
<b>Zhydenko A.O., Papernyk V.V.</b> EFFECTIVENESS OF USING INFORMAL EDUCATION FOR YOUNG PEOPLE TO OBTAIN CERTAIN KNOWLEDGE.....	23
<b>Аксьонова О.П.</b> ПЕРШИЙ ОБЛАСНИЙ ОНЛАЙН-ТУРНИР «ЕФЕКТИВНА СІМЕЙНА ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА»: ОСОБЛИВОСТІ ПРОВЕДЕННЯ.....	25
<b>Андрух Н.В., Самойленко О.В.</b> ФОРМУВАННЯ ПРОДУКТИВНОЇ МІЖСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ З ОТОЧЕННЯМ ЯК ВАЖЛИВА СКЛАДОВА СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ.....	29
<b>Атамась О.А., Андрошук М.В., Качур Є.Ю.</b> ЗАСТОСУВАННЯ ЗАСОБІВ І МЕТОДІВ АЕРОБІКИ ДЛЯ ВПЛИВУ НА ФУНКЦІОНАЛЬНІ СИСТЕМИ ОРГАНІЗМУ ЛЮДИНИ.....	32
<b>Балабан О.М., Василенко К.С., Челнокова М.С.</b> ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ КОМПЕТЕНЦІЙ У МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ.....	35
<b>Білик Ж.І., Мегалінська Г.П., Білик В.Г.</b> ВПЛИВ ТРЕНУВАНЬ ЗА ДОПОМОГОЮ ДИХАЛЬНОГО ТРЕНЕЖЕРА НА КРОВ ТА ДЕЯКІ ПАРАМЕТРИ ДИХАЛЬНОЇ СИСТЕМИ.....	38
<b>Бобровник Л.П., Науменко Є.С., Коваленченко В.Ф.</b> СИСТЕМНИЙ ПІДХІД ДО ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ІТ-ФАХІВЦІВ ІЗ СИНДРОМОМ ЗАП'ЯСТНОГО КАНАЛУ В УМОВАХ ФІТНЕС-ЦЕНТРІВ.....	40
<b>Бобровник Л.П., Чуйков І.І., Кузьменко В.Ю.</b> ІННОВАЦІЙНІ ПІДХОДИ ДО ТРЕНУВАНЬ У ЗМІШАНИХ ВИДАХ ФІТНЕСУ.....	42
<b>Болдирева А.О., Омельчук О.В.</b> МЕТОДИКА ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ У ПОЗАНАВЧАЛЬНИЙ ЧАС.....	45
<b>Бура Д.С., Чистяк О.В., Челнокова М.С.</b> ІНТЕГРАЦІЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У НОВУ ОСВІТНЮ ПРОГРАМУ НУШ: АНАЛІЗ, ПОРІВНЯННЯ ТА ПЕРСПЕКТИВИ.....	47
<b>Буряк С.В., Матвієнко М.І., Сушков О.О.</b> ДЕЯКІ ОСОБЛИВОСТІ ВРАХУВАННЯ ОЗДОРОВЧИХ ЗАВДАНЬ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ.....	49
<b>Величко А.А.</b> ПІДГОТОВКА МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО	

Діденко Т.В., Каденко І.В. РОЗЛАД ДЕФЦИТУ УВАГИ ТА ГІПЕРАКТИВНОСТІ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ (РДУГ).....	95
Долгополова О.В. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ КОМПЕТЕНТНОСТІ ПІД ЧАС ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ. ДОСВІД РОБОТИ ВИХОВАТЕЛЯ СПЕЦІАЛЬНОЇ ШКОЛИ.....	97
Дрожжин В.Ю., Матвієнко М.І., Сідельніков І.О. РОЗРАХУНОК ДОЗУВАННЯ ФІЗИЧНОГО НАВАНТАЖЕННЯ ЗА КОНТРОЛЕМ ЧСС В РЕАЛІЗАЦІЇ ОЗДОРОВЧИХ ЗАВДАНЬ В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ.....	100
Дьоміна Ж.Г., Плющак О.В. НАВЧАЛЬНА АДАПТОВАНІСТЬ ЯК ПОКАЗНИК МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ ПЕРШОГО КУРСУ.....	101
Д'якова І.А., Курдюмова О.М., Крохмаль В.М. ЗБЕРЕЖЕННЯ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ТА ПІДВИЩЕННЯ СТІЙКОСТІ УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ В ЛІЦЕЇ В УМОВАХ ВІЙНИ ТА ВОЄННОГО СТАНУ.....	103
Ельтек І.В., Рілов О.Л. АДАПТИВНА ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА.....	106
Єрємін А.О., Челнокова М.С., Ареф'єва Л.П. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИЗНАЧЕННЯ СТАНУ СФОРМОВАНOSTІ М'ЯЗОВОЇ СИСТЕМИ ЗА ОСНОВНИМИ ПСИХОФІЗИЧНИМИ ПОКАЗНИКАМИ.....	108
Жара Г.І. МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ У СУЧАСНІЙ ОСВІТНІЙ ПАРАДИГМІ.....	109
Журавальов Ю.Г., Ткаченко О.А., Сущенко Л.П. РОЛЬ ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНОЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ У ЗБЕРЕЖЕННІ І ЗМІЦНЕННІ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ.....	111
Зеленська А.О., Каденко І.В. ВПЛИВ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ НА ОРГАНІЗМ ПІДРОСТАЮЧОГО ПОКОЛІННЯ.....	114
Зеніна І.В., Гаврилова Н.М., Кузьменко Н.В. ЗАСТОСУВАННЯ ІННОВАЦІЙНИХ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ В ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ.....	116
Зінченко О.В., Шеремет І.В., Челнокова М.С. ЗАСТОСУВАННЯ ОЗДОРОВЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОФІЛАКТИЦІ ХВОРОБ ТРАВНОЇ СИСТЕМИ.....	118
Зозуля Я.А., Каденко І.В. МОЗКОВІ МЕХАНІЗМИ ЗАЇКАННЯ У ДІТЕЙ.....	120
Зубченко Л.В. ВИКОРИСТАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ ДЛЯ ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	123
Ігнатенко С.А., Кузьменко О.П., Боряк С.В. АДАПТАЦІЯ ДІТЕЙ ДО УМОВ ШКІЛЬНОГО НАВЧАННЯ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ РЕКРЕАЦІЇ.....	124
Качур Є.Ю., Завальнюк Н.В., Сущенко Л.П. АКТУАЛЬНІСТЬ ЗАСТОСУВАННЯ ЗАСОБІВ І МЕТОДІВ ПЛАВАННЯ НА ЗНИЖЕННЯ БОЛЮ В СПИНІ ТА ПОКРАЩЕННЯ ПОСТАВИ.....	126
Качур Є.Ю., Сіленко С.М., Сущенко Л.П. СУЧАСНІ ТРЕНДИ У ДОСЛІДЖЕННІ ФІТНЕС-ПРОГРАМ ДЛЯ ЛЮДЕЙ З ХРОНІЧНИМИ ЗАХВОРЮВАННЯМИ.....	129
Ковтун А.О., Дем'янов В.В. ОСОБЛИВОСТІ АДАПТИВНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З РОЗЛАДАМИ АУТИСТИЧНОГО СПЕКТРА.....	132
Ковтун М. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ МЕДИЧНОГО КОЛЕДЖУ.....	134
Козаченко А.М., Шеремет І.В., Ареф'єва Л.П. МЕТОДИ ФОРМУВАННЯ ХОЛІСТИЧНОГО СПРИЙНЯТТЯ ЗДОРОВ'Я ШКОЛЯРІВ.....	136
Козицька А.П., Коваленко К.І., Сущенко Л.П. РОЛЬ ФІТНЕС-ТЕХНОЛОГІЙ У ЗМІЦНЕННІ ГРОМАДСЬКОГО ЗДОРОВ'Я.....	138
Козлов В.В., Шеремет І.В., Ареф'єва Л.П. ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ ЯК ЧИННИК ФІЗИЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ТА ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ШКОЛЯРІВ.....	140
Козуб С.В. ЕСТАФЕТА ЯК ЗАСІБ ГАРМОНІЙНОГО РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ.....	142
Коленчук О.І. МОЖЛИВОСТІ ГУРТКІВ ЗАКЛАДІВ ПОЗАШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ ДЛЯ ЗБЕРЕЖЕННЯ І ВІДНОВЛЕННЯ ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ВІЙНИ І ВОЄННИХ ДІЙ.....	144

О. Безкоровайний, О. І. Четчикова; Харків. нац. ун-т міськ. госп-ва ім. О. М. Бекетова. Харків : ХНУМГ ім. О. М. Бекетова, 2022. 183 с.

2. Воробйова А. Світові та національні фітнес-тренди 2019. URL: <https://reposit.uni-sport.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/>

3. Дутчак М. В., Василенко М. М. Теоретичне обґрунтування кваліфікаційної характеристики фітнес тренера. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2013 Вип. 2. С. 17-21. doi:10.6084/m9.figshare.639187

4. Школа О. М., Радченко Д. О. Загальні принципи фітнес-тренувань для оздоровлення людини та її мотивації до занять. URL : [file:///C:/Users/%D0%9F%D0%BE%D0%\(1\).pdf](file:///C:/Users/%D0%9F%D0%BE%D0%(1).pdf)

## ОСОБЛИВОСТІ АДАПТИВНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З РОЗЛАДАМИ АУТИСТИЧНОГО СПЕКТРА

*Ковтун Алла Олександрівна*

кандидат біологічних наук, доцент Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту

*Дем'янов Віталій Володимирович*

аспірант Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту

**Вступ.** Адаптивне фізичне виховання дітей молодшого шкільного віку з розладами аутистичного спектра (РАС) є надзвичайно важливим, оскільки воно сприяє гармонійному розвитку дитини та інтеграції в суспільство. Наукове обґрунтування необхідності вивчення цього питання базується на кількох аспектах. По-перше, діти з РАС часто мають порушення моторної координації, зниження м'язового тону, труднощі у виконанні складних рухових завдань. Дослідження свідчать, що адаптивні фізичні вправи допомагають покращити загальну фізичну підготовленість, розвинути дрібну і велику моторику, знизити ризик розвитку супутніх порушень, таких як ожиріння чи серцево-судинні захворювання [1, 3, 6]. По-друге, заняття адаптивною фізичною культурою створюють умови для соціальної взаємодії, що є критично важливим для дітей з РАС, які мають труднощі у спілкуванні та встановленні соціальних зв'язків. Групові фізичні вправи сприяють формуванню навичок командної роботи, поліпшенню взаємодії з ровесниками, розвитку емоційної регуляції через контроль поведінки у структурованому середовищі [10, 15]. По-третє, регулярні фізичні вправи позитивно впливають на психоемоційний стан дитини: зменшують рівень тривожності та агресивності, підвищують концентрацію уваги та здатність до навчання, допомагають стабілізувати емоційний фон завдяки виробленню ендорфінів під час фізичної активності [3, 14]. Актуальність вивчення цього питання також обумовлена зростанням кількості дітей з РАС у шкільному середовищі, потребою у створенні нових методик і підходів для підвищення ефективності навчання, відсутністю достатньої кількості фахівців у цій сфері.

Таким чином, вивчення адаптивного фізичного виховання є важливим завданням сучасної науки, оскільки воно сприяє всебічному розвитку дітей з РАС, покращенню їхнього фізичного та психічного стану, а також забезпечує їх інтеграцію в суспільство.

**Мета дослідження** – на основі аналізу літературних джерел надати характеристику сучасному змісту адаптивного фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку з розладами аутистичного спектра.

Дослідження проводились у Придніпровській державній академії фізичної культури і спорту. У процесі дослідження використано метод аналізу, систематизації й узагальнення науково-методичної літератури та фахових джерел Інтернету.

**Результати дослідження.** Корекція порушень дітей з РАС базується на комплексному, мультидисциплінарному підході, що включає поведінкову, психологічну, освітню, фармакологічну та фізичну терапії, які ґрунтуються на доказовій медицині, дослідженнях нейропсихології та нейрофізіології [7, 9, 10, 11, 12]. Одне з провідних місць в цій корекції займає адаптивне фізичне виховання.

До основних засобів корекції психомоторного розвитку аутистичних дітей, якими користуються фахівці з адаптивного фізичного виховання, можна віднести такі як [1, 2, 4, 5, 8]: вправи на розвиток великої і дрібної моторики, вправи без предметів, з предметами та на новому обладнанні, вправи на розвиток фізичних якостей (координації, сили, спритності, гнучкості), рухливі ігри (сюжетні, безсюжетні, та сенсорні) та різні види рухової активності (імітаційні та гімнастичні вправи, елементи різних видів спорту тощо).

Для підвищення адаптивних можливостей дитини рекомендується послідовно працювати над [3, 6, 12]: вирівнюванням тону, вивільненням напруги, досягненням гравітаційної стійкості, статичною та динамічною рівновагою, узгодженням координації тощо. Це передбачає також розвиток вправності, мобільності та витривалості дитини.

Зазначається [1, 6, 7, 12], що використання програм з комплексним застосуванням потенційно ефективних видів рухової активності в їх поєднанні може дати більший сумарний позитивний ефект, ніж від застосування одного виду рухової активності. Окремі види рухової активності можуть не подобатися дітям, інші – неможливо буде реалізувати без спеціального вартісного обладнання (наприклад, коней чи басейну). Тому варто продовжувати вивчати можливості комплексних програм фізичного виховання, які поєднують привабливі, але доступні фізичні вправи різних видів рухової активності для ліквідації проблем дітей з РАС.

Фахівці, що працюють з аутистичними дітьми, використовують методики, які мають наступні спільні ознаки [5, 6, 12, 13]: надання можливості адаптації до навчального процесу, чіткий розклад діяльності, візуалізація навчального процесу, наочні методи навчання, поступовість, систематичність, сприяння соціальному розвитку, використання спеціального обладнання, індивідуальний підхід. Втім неможливо однозначно, сказати яка методика виявиться кращою, оскільки проблема аутизму є багатогранною, а відтак не можна з точністю передбачити реакцію кожної окремої аутистичної дитини на той чи інший засіб або метод адаптивного фізичного виховання.

**Висновки.** Аналіз наукових досліджень засвідчує, що зарубіжними та вітчизняними вченими накопичено певний досвід, який дозволяє застосовувати спеціально адаптовані фізичні вправи для корекції психофізичного стану дітей з РАС. При цьому постає необхідність розширення ефективних засобів фізичного виховання та розробки на їх основі програми фізкультурно-оздоровчих занять молодших школярів з розладами аутистичного спектра для підвищення їх психофізичного стану в умовах закладів загальної середньої освіти.

#### Список використаних джерел:

1. Боднар І. Хамаде А. Фізичні вправи і психофізичний розвиток дітей з розладами аутичного спектра. *Moloda sportywna nauka Ukrainy*. 2019. Vol. 3. P. 91-92.
2. Григус, І. М., Крук, І. М. Сенсорна інтеграція дітей з раннім аутизмом. *Rehabilitation and Recreation*. 2022. №11. С. 102–110. <https://doi.org/10.32782/2522-1795.2022.11.12>
3. Дем'янов В., Ковтун А. Характеристика психофізичного стану дітей молодшого шкільного віку з розладами аутистичного спектру. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2024. №3. С. 24-32.
4. Кузнецова Л.І., Бричук М.С., Погасій Л.І. Особливості впливу ігрової діяльності на дітей дошкільного віку із спектром аутичних порушень в процесі адаптивного фізичного виховання. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. 2020. Вип. 1 (121). С. 53-59.
5. Ляхова І.М., Баришников А.О. Методики корекції психомоторного розвитку дітей дошкільного віку з розладами аутистичного спектра. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2023. Вип. 6 (166). С. 93-96.
6. Мусієнко О.В., Чопик Р.В., Попович С.І. Вплив занять адаптивною фізичною культурою на рухові навички та сенсорне функціонування дітей з розладами спектра аутизму. *Інноваційна педагогіка*. 2022. Вип. 45. С. 141-146.
7. Островська К.О. Фізична реабілітація і аутизм. Львів: ЛНУ, 2016, 54 с.
8. Скрипник Т. Сенсорна інтеграція як підґрунтя цілісного розвитку дітей з аутизмом. *Особлива дитина: навчання і виховання*. 2016. № 4 (80). С. 24–31.

9. Сухіна І., Риндер І., Скрипник Т. Психологічна модель раннього втручання для дітей з аутизмом: посібник. Київ-Чернівці: «Букрек», 2017. 192 с.
10. Тарасун В. Аутологія: теорія і практика : підручник. К.: Вадекс, 2018. 590 с.
11. Шульженко Д. І. Освітньо-психологічна інтеграція (інклюзія) дітей із аутизмом : монографія. Київ : НПУ імені М.П. Драгоманова, вид-во Хортицької національної академії, 2017. 444 с.
12. Юрченко Л. О., Олтаржевська Л. В., Малюченко Т. А. Діти з розладами аутистичного спектра : план корекційно-розвиткової роботи. Тернопіль : Мандрівець, 2017. 104 с.
13. Kovtun A.O., Demyanov V.V. Psychological and pedagogical aspects of physical education of younger schoolchildren with autism spectrum disorders. *The significance of physical culture and sports for human health* : International scientific conference. Riga, Latvia : Baltija Publishing, 2024. P. 57-60.
14. Pan C.Y., Chu C.H., Tsai C.L., Sung M.C., Huang C.Y., Ma W.Y. The impacts of physical activity intervention on physical and cognitive outcomes in children with autism spectrum disorder. *Autism*. 2017. Vol. 21(2). P. 190–202. DOI: 10.1177/ 1362361316633562
15. Toscano H., Ferreira J., Quinaud R., Silva K., Carvalho H., Gaspar J. Exercise improves the social and behavioral skills of children and adolescent with autism spectrum disorders. *Front. Psychiatry*. 2022, Vol. 13. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.1027799>

## ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ МЕДИЧНОГО КОЛЕДЖУ

*Ковтун Марина*

Кременчуцький медичний фаховий коледж ім. В.І. Литвиненка

*Немає щастя без здоров'я.*

*Здоров'я – це основний скарб.*

*Доки здоров'я служить, людина не тужить.*

Особливості нашого сьогодення: життя в воєнному стані, екологічні та соціальні проблеми, зростання обсягів інформації, стрімкий розвиток технічного прогресу, перевага шкідливих звичок над здоровим способом життя, недостатня кількість рухової активності, тощо – все це негативно впливає на стан здоров'я людей, а особливо, на здоров'я наших дітей.

Людина, її життя і здоров'я, честь і гідність були, є і будуть в Україні найвищою соціальною цінністю та багатством нації.

Як відомо нам, викладачам, наше завдання на сьогодні – виховати фізично, психічно і морально здорове покоління дітей, наших підлітків, сформувати нову особистість, яка буде здатна удосконалювати себе в різних напрямках, готова до активного цілеспрямованого та вмотивованого життя в незалежній післявоєнній державі УКРАЇНА!

Також можна зазначити, що одним із пріоритетних напрямків державної політики в галузі освіти повинно бути формування здоров'язбережувальної компетентності у здобувача освіти – будь то учень, студент чи магістр.

Аналіз спеціальної літератури показав, що увага до питання збереження здоров'я у здобувачів освіти суттєво зросла. Турботу викликає значне зменшення кількості абсолютно здорових дітей; різке погіршення стану фізичного та розумового розвитку підростаючого покоління; зростання числа здобувачів освіти, що мають декілька діагнозів; зниження рівня народжуваності й тривалості життя.

Пасивність, апатія та навіть агресивне ставлення до навчання, на жаль, ще більш спровоковане війною... Тому зараз виділяють такі фактори ризику для здоров'я:

1. Недосконала організація режиму навчання у навчальних закладах (особливо зараз);
2. невідповідність програм індивідуально-психологічним характеристикам здобувачів освіти;

УДК 37+613]-053.2/.6:005.745  
0-72

Матеріали VII Міжнародного симпозиуму «Освіта і здоров'я підростаючого покоління»: Зб. наук. Праць, Ч.1/ За ред. Білик В.Г. Вип. 7. К.: Алатон, 2025. 179 с.

**Загальна редакція:**  
Білик В.Г.

**Відповідальний секретар:**  
Челнокова М.С.

ISBN 978-617-7834-43-3

Редакційна колегія залишає за собою право редагувати тексти.

Відповідальність за грамотність, точність поданих цитат, посилань, фактів і цифр несуть автори матеріалів.

Передрук матеріалів збірника дозволяється лише при посиланні на «Освіта і здоров'я підростаючого покоління».

Адреса оргкомітету:

01504, Україна, м. Київ, вул. Олександра Кониського 8/14, Гуманітарний корпус  
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, кімн. 14-3.

Тел.: (044) 486-41-40

e-mail: kaf.zofr@gmail.com