

**Міністерство освіти і науки України  
Мелітопольський державний педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького**

**ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ  
І ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНІЙ КОНФЕРЕНЦІЇ З  
МІЖНАРОДНОЮ УЧАСТЮ  
«МІЖДИСЦИПЛІНАРНИЙ ДІАЛОГ: МОЛОДЬ, НАУКА, ІННОВАЦІЇ»**

18 квітня 2025 року

**THE 1st UKRAINIAN INTERNATIONAL SCIENTIFIC-PRACTICAL  
CONFERENCE "INTERDISCIPLINARY DIALOGUE: YOUTH, SCIENCE,  
INNOVATIONS"**

April 18, 2025



Запоріжжя, 2025

**УДК 378.013.32:001.891(477)(062.552)**

*Рекомендовано до друку Вченою радою Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького  
(протокол № 16 від 03.06. 2025 р.)*

**Редакційна колегія:**

*Фалько Н. М. – доктор психологічних наук, доцент;  
Глебова Н.І. – доктор соціологічних наук, професор;  
Полякова Л.І. – кандидат історичних наук, доцент;  
Сіроштан Т. В. – кандидат філологічних наук, доцент;  
Муртазієв Е.Г. – кандидат педагогічних наук, доцент;  
Подорожний С.М. – кандидат біологічних наук, доцент;  
Гузь Н.В. – кандидат психологічних наук, доцент  
Проценко А.А. – кандидат педагогічних наук, доцент  
Спірінцев Д.В. – кандидат технічних наук, доцент*

Міждисциплінарний діалог: молодь, наука, інновації : матеріали І Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю (Запоріжжя – Мелітополь, 18 квітня 2025 р.). – Запоріжжя: Видавництво МДПУ ім. Б. Хмельницького, 2025. – 523 с.

У збірнику оприлюднено матеріали учасників І Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю «Міждисциплінарний діалог: молодь, наука, інновації: Матеріали І Всеукраїнської науково-практичної конференції», яка відбулася у змішаному форматі 18 квітня 2025 р. у м. Запоріжжя на базі Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького

*У матеріалах конференції збережено орфографію та пунктуацію авторів. За достовірність та оригінальність матеріалу відповідальність покладається на авторів.*

© Авторський колектив, 2025

## ЗМІСТ

|                                                                                                                                                              |           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>ЛІДЕРСТВО, УПРАВЛІНСЬКІ ТЕХНОЛОГІЇ ТА ЦИФРОВА<br/>ТРАНСФОРМАЦІЯ В БІЗНЕСІ ТА ОСВІТІ</b>                                                                   | <b>14</b> |
| <i>Татарган В.</i> Бізнес-проект та інноваційний світ у сфері науки і<br>техніки                                                                             | 14        |
| <i>Бригіна С.</i> Готельно-ресторанна сфера як драйвер економічного<br>розвитку регіону                                                                      | 19        |
| <i>Подаков Є.</i> Особливості управління фінансовими ризиками<br>підприємства сфери туризму                                                                  | 23        |
| <i>Ромашка С.</i> Трансформація закладів охорони здоров'я в умовах<br>невизначеності                                                                         | 27        |
| <i>Рунчева Н., Савків А.С., Савків А.А.,</i> Економіка охорони здоров'я<br>Львівщини: Роль реабілітаційних центрів у відновленні<br>регіонального потенціалу | 31        |
| <i>Яшина А.</i> Сучасні тренди та інновації готельного ринку України                                                                                         | 35        |
| <b>ЦИФРОВА ТРАНСФОРМАЦІЯ : ІТ В ОСВІТІ, НАУЦІ ТА ЕКОНОМІЦІ</b>                                                                                               |           |
| <i>Братченко А.</i> Застосування програмного продукту системи теорії ігор<br>при виборі методів навчання                                                     | 39        |
| <i>Зенченко Є.</i> Як дидактичні матеріали змінюють підхід до освіти:<br>навчання 3D-моделюванню з BLENDER                                                   | 44        |
| <i>Картелян А.</i> Використання віртуальної та розширеної реальності у<br>професійній освіті фахівців комп'ютерного профілю                                  | 49        |
| <i>Коломієць В.</i> Наступний крок цифрових трансформацій: прорив<br>інформаційних технологій в бандоєнному мистецтві                                        | 54        |

|                                                                                                                                                                                                         |           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Контуганський П.</b> Використання GIT І TASK-ТРЕКЕРІВ для підтримки командної розробки програмного забезпечення студентами комп'ютерних спеціальностей                                               | 58        |
| <b>Мірзоєва Г.</b> Застосування інтерактивних платформ та навчальних застосунків у закріпленні лексико-граматичної складової частини уроку у школярів початкової ланки освіти на уроці англійської мови | 63        |
| <b>Молчанов Ю.В.</b> Професійні компетенції IT-фахівців та їх зв'язок із машинним навчанням                                                                                                             | 65        |
| <b>Муртазієв Е., Христовой Д.</b> Синергія цифрових технологій та науково-освітнього середовища                                                                                                         | 69        |
| <b>Подзігун К.</b> Інтеграція симуляційного навчання у підготовку операторів ЧПК-обладнання в умовах цифрової трансформації освіти                                                                      | 72        |
| <b>Чорний О.</b> III-грамотність як передумова компетентності з впровадження систем генеративного штучного інтелекту                                                                                    | 75        |
| <b>ІННОВАЦІЙНІ МЕТОДИ НАВЧАННЯ ТА МАТЕМАТИКА</b>                                                                                                                                                        | <b>80</b> |
| <b>Волкова Д., Фоменко О.</b> Дослідження спектра півнескінечної струни                                                                                                                                 | 80        |
| <b>СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНИЙ СУПРОВІД ОСОБИСТОСТІ: ДОСВІД, ПРАКТИКА, ІННОВАЦІЇ</b>                                                                                                                         | <b>82</b> |
| <b>Багрій Т.</b> Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутнього вчителя музичного мистецтва в процесі фахової підготовки                                                                  | 82        |
| <b>Василевська А.</b> Формування соціальної активності у підлітків у волонтерській діяльності                                                                                                           | 85        |
| <b>Жейнов С.</b> Формування інноваційності учнів 5-6 класів в умовах цифрової реальності                                                                                                                | 89        |

|                                                                                                                                                                 |            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>Кірова Д.</b> Роль соціального педагога у формуванні життєстійкості особистості в умовах сучасних викликів                                                   | 92         |
| <b>Колєснікова А.</b> Студентський досвід як індикатор управлінських рішень щодо якості освіти в умовах кризових трансформацій                                  | 96         |
| <b>Луценко О.</b> Розвиток творчих здібностей дітей дошкільного віку в образотворчій діяльності                                                                 | 99         |
| <b>Макарук О.</b> Психологічний та педагогічний супровід обдарованих дітей початкової школи                                                                     | 104        |
| <b>Марченко О.</b> Педагогічні умови розвитку самоефективності школярів на уроках іноземної мови в контексті вальдорфського підходу"                            | 106        |
| <b>Митяй Б.</b> Підготовка майбутнього вчителя англійської мови в динаміці професійного становлення                                                             | 110        |
| <b>Потанчук Т.</b> Характеристика логопедичного супроводу сімей, що виховують дитину з особливими освітніми потребами                                           | 114        |
| <b>Фесенко О.</b> Технології для реалізації психокорекційних завдань методом сендплею у дітей дошкільного віку (з досвіду роботи)                               | 117        |
| <b>Чупандіна Г.</b> Розвиток соціально-емоційних навичок у дітей з аутизмом засобами соціально-емоційного та етичного навчання                                  | 120        |
| <b>Шершньова О.</b> Інноваційні підходи до соціально-педагогічного супроводу дітей з ООП в інклюзивному середовищі                                              | 124        |
| <b>СТАЛИЙ РОЗВИТОК І ПРИРОДНИЧІ НАУКИ: ВІД ТЕОРІЇ ДО ПРАКТИКИ</b>                                                                                               | <b>129</b> |
| <b>A. Kologmiets, Ol. Bren, Ok. Bren, M. Čížková, J. Kviderova1, Milada Vitova</b> SOIL MICROALGAE IN SAND PIT RESTORATION: CONCEPT, METHODS, EXPECTED OUTCOMES | 129        |
| <b>Ol. Bren, A. Kologmiets, P. Pribyl, E.Pushkareva, J. Elster, B. Becker.</b> VIABILITY ASSESSMENT OF THE MICROALGA KLEBSORMIDIUM                              |            |

|                                                                                                                                                                                                         |            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| FLACCIDUM (STREPTOPHYTA) FROM SVALBARD, THE HIGH ARCTIC,<br>USING MULTIPARAMETRIC FLUORESCENT STAINING                                                                                                  | 130        |
| <b><i>O.E. Pyurko, L.I. Arabadzhi-Tipenko, D.V. Kolosova</i></b> ECOLOGICAL-<br>FUNCTIONAL ORGANS DESIGN OF PORTULACA OLERACEAE L. IN THE<br>CONDITIONS OF THE ZAPORIZHIA REGION                        | 133        |
| <b><i>Гладій А., Кравченко А.</i></b> Оптимізація методів вилучення алкалоїдів<br>тропанового ряду з рослинної сировини                                                                                 | 137        |
| <b><i>Дьомін М., Мільтих О.</i></b> Дослідження властивостей<br>фенолформальдегідних смол з низькою емісією формальдегіду                                                                               | 142        |
| <b><i>Зимароєв О.</i></b> Аналіз практик застосування фітоіндикації як інструменту<br>екологічного моніторингу у урбанізованих ландшафтів                                                               | 146        |
| <b><i>Німич Т.</i></b> Дослідження мобільних застосунків для ефективного<br>вивчення хімічних дисциплін                                                                                                 | 150        |
| <b><i>Сидоренко А., Панасюк А.</i></b> Зимові обліки водно-болотних птахів у<br>південній Україні: Динаміка чисельності та просторовий розподіл у<br>2018-2022 роках                                    | 155        |
| <b><i>Тугова Г.</i></b> Світловий режим, гемеробія та натуральність як<br>індикатори стану міських парків                                                                                               | 160        |
| <b><i>Чернявська О., Савін А.</i></b> Загальна характеристика методів<br>визначення важких металів у продуктах харчування                                                                               | 163        |
| <b><i>Чмихало С., Сидоренко А.</i></b> Результати впровадження<br>природоохоронних заходів на території Ботієвської ВЕС: рослинна<br>компонента                                                         | 168        |
| <b><i>Фролова О., Халіляєв Е.</i></b> Інвентаризація найважливіших таксонів<br>рослин та тварин, занесених до національних та міжнародних<br>охоронних документів, на території Мелітопольського району | 173        |
| <b>ГЕОГРАФІЯ ТА ТУРИЗМ У ЧАСИ КРИЗИ: АДАПТАЦІЯ,<br/>ВІДНОВЛЕННЯ, ПЕРСПЕКТИВИ</b>                                                                                                                        | <b>179</b> |

|                                                                                                                          |     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| <b>Anatasia Savlidou</b> Αποτελεσματική ηγεσία στο hospitality                                                           | 179 |
| <b>Ελευθερία Γεωργιάδου</b> Services management, local tourism development: Innovative Targeting and Communication       | 182 |
| <b>Байтеряков О., Чубирь Л.</b> Застосування мерчендайзу з картографічною символікою як засобів навчання                 | 185 |
| <b>Бєлов О.</b> Потенціал внутрішнього туризму в умовах глобальних обмежень та економічних криз                          | 189 |
| <b>Вінніченко О.</b> Основні геоекологічні проблеми Запорізької області в умовах воєнного стану                          | 192 |
| <b>Коваль Д.</b> Кліматична роль кріосфери Землі                                                                         | 197 |
| <b>Колєснікова А., Пилипенко К.</b> Впровадження туристичних інновацій: від ідеї до реалізації                           | 201 |
| <b>Королько М.</b> Застосування нестандартних методів викладання під час вивчення країн світу у курсі географії 10 класу | 205 |
| <b>Купрій Б.</b> Небезпечні екзогенні геолого-геоморфологічні в Закарпатській області                                    | 208 |
| <b>Малуєв М.</b> Роль Світового океану на кліматичну систему Землі в умовах зледеніння                                   | 211 |
| <b>Мешальніков І.</b> Природні комплекси остова Хортиця                                                                  | 215 |
| <b>Переpečай С.</b> Суспільно-географічні аспекти молодіжного ринку праці України в умовах воєнного стану                | 220 |
| <b>Цапенко М.</b> Небезпечні геолого-геоморфологічні процеси Азово-Чономорського узбережжя(в межах території України)    | 224 |
| <b>Цапенко М.</b> Пам'ятки природи долини річки Вільнянка як об'єкти краєзнавчо-туристичної роботи в школі               | 228 |
| <b>Тимусяк А.</b> Формування картографічної компетентності майбутніх вчителів географії                                  | 234 |

|                                                                                                                                           |            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>Чернов Є.</b> Методика організації та впровадження нестандартних форм навчання в шкільному курсі географії                             | 237        |
| <b>Шукало Є.</b> Транснаціональні кампанії та їх роль в умовах глобалізації світового господарства                                        | 241        |
| <b>АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ СОЦІАЛЬНИХ ТА ГУМАНІТАРНИХ НАУК</b>                                                                                  | <b>245</b> |
| <b>G. Huseynova</b> Interdisciplinary Connections and the Development of Students' Professional Competencies: New Approaches and Analysis | 245        |
| <b>Retynska S., Pasichnyk M.</b> The relationship between perfectionism and the psycho-emotional states of adults                         | 249        |
| <b>K. Kosharny, M. Pasichnyk</b> The impact of emotional burnout on a student's psychological well-being                                  | 254        |
| <b>Бехтер А., Предместніков О.</b> Теоретико-практичні аспекти актуальних проблем кримінального права                                     | 257        |
| <b>Бунчук О., Завгородній М., Михальчук М.,</b> Аксіологічні аспекти професійної підготовки здобувачів закладів вищої освіти              | 262        |
| <b>Григор'єва Я.</b> Педагогічні умови формування морально-етичних цінностей молодших школярів засобами усної народної творчості          | 265        |
| <b>Деремешко К.</b> Образ жінки в романах Джейм Остін                                                                                     | 269        |
| <b>Дєменєва О.</b> Особливості англomовного політичного дискурсу                                                                          | 272        |
| <b>Дімітрова А.</b> Англійські казкові реалії та особливості їх перекладу українською мовою                                               | 274        |
| <b>Єложенко А.</b> Інтеграція сучасних інноваційних технологій на уроках української мови                                                 | 277        |
| <b>Єфремов Р.</b> Роль козацтва у визвольній боротьбі XVI-першої половини XVII століття                                                   | 281        |
| <b>Качурак С., Сворах Л.</b> Інформаційна війна та її вплив на громадську думку в Україні                                                 | 282        |



|                                                                                                                                                                  |     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| <b>Кулініч В.</b> Проблематика феміністичного руху в Радянській Україні: історіографічний вимір                                                                  | 287 |
| <b>Маслова М.</b> Вплив євроінтеграційних процесів на систему цінностей сучасного українського старшокласника                                                    | 290 |
| <b>Мельникова Ю.</b> Особливості надання консультативної допомоги з питань кар'єрної реалізації внутрішньо переміщених осіб                                      | 294 |
| <b>Мірошніченко О.</b> Утворення та функціонування німецьких національних районів в Україні у 1920-х роках: політичні, соціально-економічні та культурні аспекти | 296 |
| <b>Нагієва Е.</b> Казка як терапевтична практика: допомога жінкам у період адаптації після міграції                                                              | 299 |
| <b>Оганян А.</b> Поліетичність Ніжина-як унікальний чинник для розвитку міста на теренах Лівобережжя                                                             | 302 |
| <b>Пуліна К.</b> Main translation strategies for movie titles                                                                                                    | 306 |
| <b>Прощенкова Є.</b> Інноваційні технології формування англомовної компетентності в учнів старших класів ЗЗСО                                                    | 309 |
| <b>Рудакова А.</b> Вплив інтерактивних технологій на засвоєння лексики в процесі вивчення англійської мови                                                       | 312 |
| <b>Савченко М.</b> Радянське вторгнення в Афганістан, як частина Холодної війни                                                                                  | 315 |
| <b>Самбур А.</b> Еліптичні конструкції в англійській мові та їх структурно-функціональні особливості                                                             | 319 |
| <b>Сіденко Є.</b> Рух спротиву на українських землях у роки Другої світової війни                                                                                | 322 |
| <b>Сірий А.</b> Використання іншомовних запозичень в засобах масової інформації англійською мовою                                                                | 326 |

|                                                                                                                                                             |            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>Стародуб А., Байтерякова Н.</b> Метафори та їхній переклад як засіб створення емоційної картини роману В. Шваб «Незриме життя Адді Лярю»                 | 329        |
| <b>Сушков С.</b> Класичний та елліністичний етап розвитку монетної справи у Північному Причорномор'ї (початок V-початок I СТ. до н.е.).                     | 332        |
| <b>Федюніна О.І.</b> Підготовка майбутніх учителів мови і літератури в Україні: виклики і перспективи Євроінтеграції                                        | 340        |
| <b>Чиж О.</b> Креативність як психологічний ресурс самодостатньої особистості                                                                               | 344        |
| <b>Шевченко Г.</b> Сакральні потреби протестанських рухів на території України в умовах імперської політики (XIX ст.)                                       | 348        |
| <b>Шешурак С.С., Сворах Л.</b> Деколонізація культурного простору України                                                                                   | 353        |
| <b>Щербатенко Є.</b> Роль творчих завдань у процесі навчання англійської мови старшокласників                                                               | 358        |
| <b>ФІЗИЧНЕ І МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ГЛОБАЛЬНИХ ЗМІН: АДАПТАЦІЯ, ІННОВАЦІЇ, РОЗВИТОК</b>                                                                | <b>363</b> |
| <b>Ryurko V., Balan O., Frolov S.</b> Medical physical culture as an element of health-safe technology for scoliotic disease in younger school-age children | 363        |
| <b>Бобров О., Олійник І.</b> Оптимізація тактичних дій у футболі через мотивацію гравців                                                                    | 366        |
| <b>Бульбін О., Проценко А.</b> Методи тренування фізичних якостей юних футболістів 12-13 років                                                              | 370        |
| <b>Волков Д., Олійник М.</b> Техніка володіння м'ячем 6-8 років, які відвідують футбольні секційні заняття                                                  | 374        |
| <b>Врубель Г.</b> Феномен музикотерапії як складової сучасних здоров'язберігаючих освітніх технологій                                                       | 378        |

- Герасимчук Ю., Олійник І.** Особливості технічної підготовки пауерліфтерів 382
- Герасимчук Ю.** Фізичне здоров'я спортсменів у стресових умовах: підготовка до змагань під час війни 385
- Джуман Б., Кравченко Р., Олійник І.** Вивчення фізкультурно-спортивних послуг, що надаються населенню в місті Миргород 388
- Дон О.** Дитячі травми війни: комплексна підтримка дітей та їхніх родин 392
- Каменська А.** Використання ігрового методу на заняттях з фізичної культури у молодших школярів в умовах цифрової трансформації 396
- Кашпур Ю., Молочко Я.** Нарцистичний симптомокомплекс як механізм подолання бойового стресу та психологічної травми 403
- Кирієнко О.** Система управління охороною здоров'я в США: структура та ключові агенції 410
- Кравченко А.** Особливості фізичної та функціональної підготовленості футболістів різних ігрових амплуа на етапі спеціалізованої базової підготовки 414
- Кравченко Р., Олійник І.** Сучасні методи та засоби формування у школярів інтересу до фізичної культури 418
- Кульчинська К.** Інклюзивна форма навчання в початковій школі 422
- Мержева Л.** Подолання сценічного хвилювання як передумова збереження психічного та фізичного здоров'я майбутнього педагога-диригента 425
- Нечитайло Ю., Ковальова Д.** Значення фізичної активності у забезпеченні ментального благополуччя здобувачів і здобувачок освіти 430
- Новицький В., Непша О.** Аюверда-шлях до здоров'я і балансу організму людини 434

- Олійник В.** Корекція функціонального стану дітей з затримкою психічного розвитку засобами фізичного виховання 439
- Осипенко В., Проценко А.** Методика розвитку гнучкості учнів старшої школи на уроках фізичної культури 442
- Пельтек О., Олійник М.** Впровадження неспецифічних методів навчання у процесі вдосконалення технічної підготовленості футболістів 10-12 років 446
- Переверзєва О.** Здоров'язберігаючі освітні технології у процесі підготовки майбутнього вчителя музичного мистецтва 449
- Пономаренко О., Олійник М.** Процес вдосконалення технічної підготовки воротарів на етапі спеціалізованої базової підготовки в футболі 454
- Пришляк І., Олійник І.** Використання петель TRX під час функціональних тренувань 457
- Проценко А., Клушин В.** Роль хортингу у фізкультурно-оздоровчій діяльності з молодшими школярами в позаурочний час 461
- Проценко А., Панов В.** Спортивні ігри-ключовий інструмент розвитку координаційних здібностей учнів старших класів 463
- Проценко Д.** Теоретико-прикладні аспекти відбору дітей у секцію волейболу на етапі початкової підготовки 467
- Розумний С., Олійник І.** Методика розвитку координаційних здібностей на секційних заняттях з баскетболу 471
- Семеняк Р., Олійник І.** Особливості розвитку силових здібностей у чоловіків, які займаються пауерліфтігом 474
- Сінаков С.** Методичні підходи до навчання правильної роботи ніг юних тенісистів 477
- Скляр О., Кудря-Скляр Я.** Сучасні наукові підходи до розуміння змісту психологічного відновлення особистості після травмивного впливу 480

- Слюта Л., Олійник М.** Удосконалення технічної підготовки спортсменів-пауерліфтерів віком 16-18 років 485
- Стащук О., Олійник М.** Розвиток силових здібностей у підлітків віком 13-14 років на тренуваннях з важкої атлетики 488
- Стусяк М., Олійник М.** Розвиток силових якостей у футболістів віком 13-14 років 491
- Стрижак Л.** Фізичне і ментальне здоров'я в умовах глобальних змін: адаптація, інновації, розвиток 494
- Хор'якова А.** Травматичний досвід та психодрама як ефективний метод його подолання 499
- Христова Т., Заїчко І.** Специфіка трансформацій соматотипу та компонентного складу маси тіла курсантів військових вишів 502
- Христова Т., Муравчиков А.** Застосування волейболу для підвищення рівня фізичної підготовленості учнів середнього шкільного віку 507
- Христова Т., Полтавченко А.** Впровадження синергічного підходу у фізичну підготовку підлітків із вегето-судинною дисфункцією 512
- Чепига Л., Олійник М.** Фізична підготовка юних футболістів 8-9 років 515
- Шрамко В.** Здоров'язбережувальні технології на уроках фізичної культури та позакласній роботі учнів початкової школи 518

УДК 005.1:334.7+37:004

## ЛІДЕРСТВО, УПРАВЛІНСЬКІ ТЕХНОЛОГІЇ ТА ЦИФРОВА ТРАНСФОРМАЦІЯ В БІЗНЕСІ ТА ОСВІТІ

*В.О. Татарган,*

*Ю.М. Єгорова*

кандидат філологічних наук, доцент

Yegorova\_Yuliya@mspu.edu.ua

Мелітопольський державний

педагогічний університет

імені Богдана Хмельницького

### БІЗНЕС-ПРОЄКТ ТА ІННОВАЦІЙНИЙ СВІТ У СФЕРІ НАУКИ ТА ТЕХНІКИ

Сучасний інноваційний дискурс передбачає здійснення професійної діяльності та проведення наукового дослідження, підготовку фахівців, які здатні компетентно вирішувати складні завдання інноваційного та дослідницького характеру в галузі літературної освіти або у процесі навчання, що передбачає проведення наукових та педагогічних досліджень, формування у здобувачів вищої освіти необхідних умінь та навичок.

Сучасні новітні технології освітнього процесу, орієнтують здобувачів вищої освіти на набуття практичних навичок у сфері роботи креативного, творчого крієйтора.

Інтерактивні методи навчання та інноваційні технології в навчальному процесі допомагають орієнтуватись в основних тенденціях, що визначають сучасний стан літературної освіти в закладах середньої освіти та проєктують педагогічну діяльність; Нині сучасна наука допомагає оволодівати новими освітніми технологіями, виробляти персональні технології у викладанні літератури як мистецтва слова; формувати основи професійної компетентності майбутнього вчителя літератури; Окрім цього допомагає набувати досвід створення нових технологій уроків, авторських програм. Окрім цього допоможе керувати пізнавальною діяльністю учнів, знаходити найбільш ефективні способи впливу на школярів, урахувувати їх вікові і психологічні особливості, створювати і згуртовувати колектив з метою вирішення освітніх завдань.

Рушійною силою інновацій сьогодні є нанотехнології, які стали однією з найбільш перспективних сфер науки та техніки.

Автомобільна промисловість завжди була рушійною силою інновацій, і нанотехнології стали однією з найбільш перспективних сфер, що трансформують цю галузь. Від покращення характеристик матеріалів до створення «розумних» систем, нанотехнології відкривають безмежні можливості для розвитку автомобілебудування. Ця робота досліджує сучасний стан застосування нанотехнологій в автомобільній промисловості, їх вплив на різні аспекти автомобілів та перспективи подальшого розвитку.

Об'єктом дослідження є інноваційний світ та нанотехнології як найбільш перспективна сфера науки та техніки.

Предметом дослідження є нанотехнології в машинобудівництві як перспективній галузі науково-технічного прогресу.

Наприкінці XX століття лідерство в бізнес сфері та інноваціях займала компанія KIA-MOTORS. Нині сучасні компанії, такі як Nanovere Technologies розробили покриття Ceramiracle, яке є прикладом високоефективного нанопокриття для автомобілів. Ceramiracle забезпечує високий рівень захисту від подряпин, ультрафіолетового випромінювання та інших негативних впливів. Покриття характеризується довговічністю та зберігає свої захисні властивості протягом тривалого часу.

Нанопокриття є важливою складовою сучасних технологій захисту автомобілів, забезпечуючи їм комплексний захист від різних факторів навколишнього середовища та зберігаючи їх привабливий зовнішній вигляд.

Нанокаталізatori, що базуються на наночастинках благородних металів (таких як платина, паладій, родій) або оксидів металів, використовуються для ефективного очищення вихлопних газів. Завдяки великій площі поверхні наночастинок, каталізatori забезпечують більш ефективні хімічні реакції, перетворюючи шкідливі викиди (оксиди азоту, чадний газ, вуглеводні) на менш шкідливі речовини (азот, вуглекислий газ, водяна пара). Це сприяє зниженню забруднення навколишнього середовища та покращенню екологічних показників автомобілів.

Нанотехнології відіграють важливу роль у створенні "розумних" автомобілів, забезпечуючи розширені можливості моніторингу, самовідновлення та інтеграції електроніки.

Наносенсори: використовуються для моніторингу стану автомобіля та дорожньої обстановки. Вони здатні вимірювати різноманітні параметри, такі як температура, тиск, вібрація, а також виявляти небезпечні ситуації на дорозі.

Наносенсори забезпечують більш точні та чутливі вимірювання порівняно з традиційними сенсорами, що дозволяє системам автомобіля швидше та ефективніше реагувати на зміни в навколишньому середовищі та стані самого автомобіля.

Відбуватиметься інтеграція нанотехнологій з цифровими технологіями, тобто поєднання нанотехнологій зі штучним інтелектом, інтернетом та іншими цифровими технологіями, що сприятиме створенню більш автономних, підключених та персоналізованих автомобілів.

Нанотехнології відіграють важливу роль у розробці екологічно чистих автомобілів, включаючи електромобілі, водневі автомобілі та автомобілі з низьким рівнем викидів.

Розробка ефективних методів масштабування виробництва наноматеріалів та нанопристроїв є критично важливим етапом для їх успішної комерціалізації та широкого застосування в автомобільній промисловості. Перехід від лабораторних зразків до масового виробництва є складним завданням, яке потребує вирішення ряду технологічних та економічних питань.

При збільшенні обсягів виробництва важливо зберегти високу якість та однорідність наноматеріалів. Відхилення у розмірі, формі або структурі наночастинок можуть призвести до погіршення властивостей кінцевого продукту.

Процес виробництва повинен бути стабільним та забезпечувати відтворюваність результатів у великих масштабах. Це вимагає точного контролю за параметрами процесу, такими як температура, тиск, час реакції тощо.

Масштабування виробництва повинно бути економічно вигідним, щоб зробити наноматеріали конкурентоздатними за ціною з традиційними матеріалами. Це включає оптимізацію витрат на сировину, енергію та обладнання.

Масштабування не повинно призводити до збільшення ризиків для здоров'я працівників та навколишнього середовища. Необхідно розробляти безпечні технології виробництва та контролювати викиди.

Отже, перспективи розвитку нанотехнологій в науці та техніці є надзвичайно оптимістичними. Очікується, що в найближчі роки нанотехнології будуть все ширше застосовуватися в різних аспектах бізнес сфери, що призведе



до створення більш безпечних, ефективних, екологічно чистих та «розумних» транспортних засобів.

Вважаємо, що нанотехнології мають величезний потенціал для трансформації автомобільної промисловості. Вони вже сьогодні використовуються для покращення характеристик матеріалів, підвищення паливної ефективності, зменшення шкідливих викидів та створення «розумних» автомобілів. Подальший розвиток нанотехнологій обіцяє ще більш значні зміни в майбутньому автомобілебудуванні, роблячи автомобілі більш безпечними, ефективними, екологічно чистими та комфортними.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Електромобілі: бібліогр. список №6922 [Електронний ресурс] / уклад.: О.В. Луговська; Державна науково – технічна бібліотека України. К., 2021. Дата оновлення: 04.04.2025. URL: <https://dntb.gov.ua/wp-content/uploads/2022/01/8.pdf> (дата звернення 04.04.2025).

2. Електронне та мікропроцесорне обладнання автомобілів: навч. посіб. [Електронний ресурс] / упоряд. Ю.І. Пиндус, Р.Р. Заверуха. Тернопіль: ТНТУ, 2016. 209 с. Дата оновлення: 04.04.2025. URL: [https://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/123456789/18167/1/EMOA\\_Lect\\_FullText.pdf](https://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/123456789/18167/1/EMOA_Lect_FullText.pdf) (дата звернення 04.04.2025).

3. Заболотний К.С., Полушина М.В., Панченко О.В., Захарова Д.Р., Конспект лекцій з дисципліни Створення інноваційних проєктів у машинобудуванні [Електронний ресурс]. Дніпро: НТУ «ДП», 2021. 133с. Дата оновлення: 04.04.2025. [https://gmi.nmu.org.ua/ua/Docs\\_study/MetodZ/%D0%A1%D0%86%D0%9C%D0%9F%20\(%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D1%81%D0%BF%D0%B5%D0%BA%D1%82%20%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%86%D1%96%D0%B9\).pdf](https://gmi.nmu.org.ua/ua/Docs_study/MetodZ/%D0%A1%D0%86%D0%9C%D0%9F%20(%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D1%81%D0%BF%D0%B5%D0%BA%D1%82%20%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%86%D1%96%D0%B9).pdf) (дата звернення 04.04.2025).

4. Машини часу: 7 інновацій, які з'являться в авто протягом 5 років : веб – сайт. Дата оновлення: 04.04.2025. URL: <https://top-people.com.ua/articles/mashini-chasu-7-innovaciy-yaki-zyavlyatsya-v-avto-protyagom-5-rokiv> (дата звернення 04.04.2025).

5. Погляд на найближче майбутнє в автомобільній індустрії : веб – сайт. Дата оновлення: 04.04.2025. URL: <https://most.ks.ua/news/url/pogljad-na-najblizhche-majbutnje-v-avtomobilnij-industriji/> (дата звернення 04.04.2025).

6. Популярні тренди в автомобільній технології: що чекати найближчими роками : веб – сайт. Дата оновлення: 04.04.2025. URL: <https://autopark.ua/uk/news/popylarnitrendivavtomobilniytechnologiyi> (дата звернення 04.04.2025).

7. Технології майбутнього в автомобільній індустрії : веб – сайт. Дата оновлення: 04.04.2025. URL: <https://avtoto.com.ua/ua/blog/istoriya-avtomobiliv/tehnologii-majbutnogo-v-avtomobilnij-industrii.html> (дата звернення 04.04.2025).

8. Цифровізація в Mercedes-Benz: автовиробник розробляє власну операційну систему : веб – сайт. Дата оновлення: 04.04.2025. URL: <https://surl.li/llchlj> (дата звернення 04.04.2025).

*С. І. Бригіна*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ГОТЕЛЬНО-РЕСТОРАННА СФЕРА ЯК ДРАЙВЕР ЕКОНОМІЧНОГО РОЗВИТКУ РЕГІОНУ**

У сучасних умовах соціально-економічних трансформацій готельно-ресторанна сфера відіграє дедалі важливішу роль у розвитку регіонів. Вона не лише забезпечує базові послуги розміщення та харчування, а й виступає каталізатором залучення туристів, формування зайнятості, зростання місцевих бюджетів і зміцнення міжгалузевих зв'язків. Завдяки своїй мультиплікативній дії цей сектор перетворюється на потужний драйвер регіональної економіки, що особливо актуально в умовах післякризової та повоєнної відбудови України.

Готельно-ресторанна сфера формує середовище для розвитку малого та середнього бізнесу, активізує туристичні потоки й стимулює суміжні галузі: транспорт, торгівлю, культуру, будівництво та освіту (рис. 1) [1; 3, с. 21-22]:

- 1) Створення робочих місць – галузь охоплює широкий спектр спеціальностей – від технічного персоналу до управлінців, сприяючи працевлаштуванню молоді та жінок;
- 2) Підвищення доходів місцевих бюджетів (через податки та туристичний збір);
- 3) Розвиток місцевих виробників – ресторани часто закуповують продукти у місцевих фермерів, сприяючи розвитку аграрного сектора регіону;
- 4) Формування туристичного іміджу регіону – якісний сервіс і гастрономічна унікальність стають частиною бренду регіону.



**Рис. 1 Вплив готельно-ресторанної сфери на економічний розвиток регіону**

У сучасному мегаполісі або туристичному центрі готелі та ресторани також виконують функції культурної інтеграції, платформи міжкультурного обміну та інноваційних експериментів. Згідно з аналізом дискурсивного підходу до простору гостинності, готелі та ресторани не лише задовольняють побутові потреби гостей, а й активно впливають на міську інфраструктуру та культурний ландшафт. У результаті формується стійкий економічний ефект. По-перше, це розвиток транспортної, комунікаційної, розважальної інфраструктури. по-друге, впровадження цифрових технологій, систем бронювання, безконтактного сервісу; по-третє, будівництво та модернізація готелів, залучення міжнародних брендів; по-четверте, стимулювання розвитку освітніх програм у сфері туризму, кулінарії та менеджменту [4, с. 23-34].

Розширення цифрової трансформації, зокрема впровадження CRM-систем, мобільних додатків, VR-екскурсій та сервісів самостійного обслуговування, виводить готельно-ресторанні заклади за межі традиційного сприйняття і формує абсолютно нову реальність обслуговування.

Маючи значний потенціал, розвиток готельно-ресторанної сфери стикається з низкою бар'єрів, серед яких:

- високі витрати на модернізацію та впровадження інновацій;
- нестача фінансування та доступу до пільгових кредитів;
- висока зношеність матеріально-технічної бази;
- погіршення безпекової ситуації та ризики у зв'язку з воєнним станом;

- відтік кадрів за кордон та скорочення кваліфікованого персоналу.

Окрему проблему становить недостатня мотивація власників закладів до впровадження змін. Як наслідок – відставання в інноваційності та втрата конкурентних позицій на внутрішньому та міжнародному ринках.

У післявоєнний період саме готельно-ресторанна сфера може стати флагманом регіонального відновлення (рис. 2).

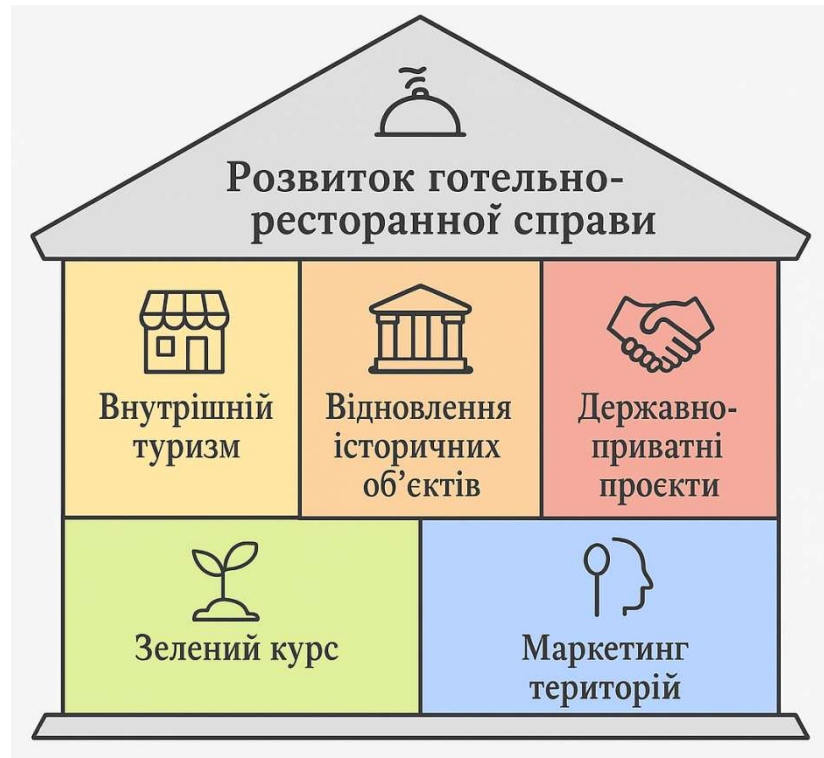


**Рис. 2 Повоєнне оновлення регіонів через розвиток готельно-ресторанної справи**

Повоєнне оновлення регіонів через розвиток готельно-ресторанної справи буде можливим завдяки стимулюванню внутрішнього туризму (розвиток сільського, гастрономічного та подієвого туризму); відновленню історичних об'єктів (адаптація культурної спадщини під готелі та ресторани); реалізації державно-приватних проєктів (створення кластерів гостинності); зеленому курсу (впровадження екологічних технологій, використання локальних продуктів); маркетингу територій (формування унікального бренду регіону на основі гастрономії, автентики та сервісу) [2, с. 22].

Гостинність у сучасному розумінні – це не лише комфорт, а й ціннісний досвід. Стратегії розвитку мають фокусуватися на якості, відповідальності й інноваціях.

Готельно-ресторанна сфера сьогодні – це більше ніж обслуговування клієнтів. Це сфера, яка формує нову економічну динаміку регіону, створює робочі місця, стимулює розвиток суміжних галузей, формує туристичний імідж, і водночас інтегрує культуру, дизайн, технології та екологію. Успішне управління розвитком цього сектора вимагає [5, с. 57-63]:

- підтримки з боку держави та місцевого самоврядування;
- активної участі бізнесу в інноваційних і соціальних ініціативах;
- посилення партнерств з освітніми та культурними установами.

Готельно-ресторанний бізнес є не лише індикатором економічного здоров'я регіону, а й рушієм його сталого майбутнього. Його ефективне функціонування створює мультиплікативний ефект, що стимулює розвиток суміжних галузей. Зростання попиту на якісні послуги проживання та харчування формує потребу в професійній підготовці кадрів, що активізує освітню сферу. Водночас сучасні готелі та ресторани стають майданчиками для популяризації культури, локальної кухні та креативних індустрій. Впровадження екологічно чистих технологій у цій галузі підвищує її відповідальність перед суспільством і довкіллям, а діджиталізація сервісів та використання smart-рішень забезпечують гнучкість управління та кращу взаємодію з клієнтом. Готельно-ресторанні заклади здатні формувати позитивний імідж території, підвищуючи її інвестиційну привабливість; розміщення таких об'єктів у малих містах і громадах сприяє децентралізації економічної активності. Крім того, активний розвиток цього сектора є основою для формування конкурентоспроможного туристичного продукту регіону. До того ж підприємства гостинності часто першими адаптуються до змін ринку та запроваджують нові стандарти обслуговування. Тому готельно-ресторанна сфера має всі передумови для того, щоб стати точкою зростання для поствоєнної економіки України.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Бабко Н. М., Круковська О. В. Резильєнтність сфери гостинності в умовах воєнного стану. *Ефективна економіка*. 2023. № 12. <https://doi.org/10.32702/2307-2105.2023.12.32>.
2. Бойко В. О. Екологічний туризм: проблеми, перспективи та шляхи розвитку. *Економіка, фінанси, управління: наукові підходи та практика реалізації: Зб. матер. зд. вищ. осв. і молод. вч. III Всеукр. наук.-практ. конф.* м. Херсон: ХДАУ. 2020. С. 19-21.

3. Даниленко-Кульчицька В. А. Вплив війни на готельно-ресторанний бізнес України. *Індустрія туризму і гостинності в Центральній та Східній Європі*. 2022. № 6. С. 19-23. <https://doi.org/10.32782/tourismhospcee-6-3>.

4. Марченко О. А., Чеснокова С. О. Особливості маркетингової політики в регіональному функціонуванні туристичної індустрії України. *Zbiór artykułów naukowych recenzowanych..* 2020. С. 22-25.

5. Носирєв О., Деділова Т., Токар І. Розвиток туризму та індустрії гостинності в стратегії постконфліктного відновлення економіки України. *Соціально-економічні проблеми і держава*. 2022. № 26 (1). С. 55-68. DOI: <https://doi.org/10.33108/sepd2022.01.055>.

**Є.С. Подаков**

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ОСОБЛИВОСТІ УПРАВЛІННЯ ФІНАНСОВИМИ РИЗИКАМИ ПІДПРИЄМСТВА СФЕРИ ТУРИЗМУ**

Діяльність будь-якого підприємства, зокрема і підприємства сфери туризму, пов'язана з ризиком, тому що воно функціонує в середовищі, яке характеризується складністю та динамізмом. Особливо актуальні питання управління ризиками під час дії військового стану в нашій країні. Динамізм зовнішнього оточення характеризується тим, що швидко змінюється. Будучи складною соціально-економічною системою, туризм схильний до впливу з боку численних ризиків, зокрема фінансових, які у будь-який момент можуть впливати на розвиток туристичного підприємства.

Менеджмент ризиків це досить складний вид діяльності, який пов'язаний як із неоднозначністю самого поняття ризик, так і з різноманіттям прояву ризику та можливостей подолання його несприятливих наслідків. З ризиками людство стикалося впродовж усієї своєї історії. Запуск будь-якого бізнесу - це ризик. Підприємець повинен детально знати всі ділянки та етапи свого бізнесу. І одне з головних завдань, особливо спочатку, добре усвідомити сукупність ризиків, які притаманні сфері туризму.

Наразі, туризм є динамічним процесом, що розвивається у одній з найбільших індустрій світу, якщо взяти до уваги всі його складові: транспорт, подорожі, проживання, харчування, дозвілля, екскурсійні програми тощо. Будучи сферою з досить великим оборотом коштів, зі значним штатом працівників, туризм неспроможний залишатися осторонь від присутніх йому ризиків. Тому можливість негативної реалізації ризику та виникнення шкоди туристичному підприємству змушує поставитися дуже серйозно до проблеми управління ризиками.

Діяльність підприємства сфери туризму завжди пов'язана з певним ризиком, тобто потенційно існуючою небезпекою втрати ресурсів або недоотримання доходів порівняно із запланованим рівнем чи іншою альтернативою. Але, незважаючи на це, підприємці йдуть на ризик, оскільки його зворотною стороною є можливість отримання додаткового доходу [2].

Джерелом ризику є невизначеність господарської ситуації, що виникає через безліч змінних факторів і випадковостей, неповноту інформації про господарські процеси, а також особливості особистості підприємців. Уникнення ризику означає відмову від діяльності пов'язаних з ризиком. Це найбільш простий напрямок у системі управління ризиком, оскільки дозволяє повністю уникнути можливих втрат та невизначеності. Разом з тим, уникнення ризик означає для підприємця відмову від прибутку і відповідно втрат від невикористаних можливостей.

Особливістю фінансового ризику є ймовірність настання збитків у результаті проведення будь-яких операцій. Прикладами для цього можуть бути: освоєння нового напрямку, купівля «жорстких квот» по чартерній програмі, попередня оплата послуг для створення туристичних пакетів, тобто ризику, що впливає з природи цих операцій.

Управління ризиком у туризмі передбачає:

1. Виявлення наслідків діяльності туристичних підприємств в умовах ризику.
2. Визначення ймовірності його наступу.
3. Ухвалення рішення про входження або невходження у відповідну ситуацію.
4. Проведення запобіжних, захисних чи компенсаційних заходів, спрямованих на скорочення несприятливих наслідків.

Як правило, проблема ризику тісно пов'язана з фінансовою стійкістю туристичного підприємства, що дозволяє вільно маневрувати грошима,



забезпечувати своєчасність платежів і водночас розширювати туристичні напрямки та пропозиції щодо продажу туристичних пакетів.

Таким чином, фінансова стійкість туристичного підприємства є головним компонентом його загальної стійкості. Загальна стійкість може бути внутрішньою та зовнішньою. Внутрішня обумовлена таким станом та динамікою активів, які дають високі результати роботи, та забезпечує необхідний запас міцності. Зовнішня стійкість багато в чому залежить від стабільності економічного середовища [1].

У фінансовому аспекті загальна стабільність гарантується високою прибутковістю роботи туристичного підприємства, що дає їй необхідний запас міцності. Фінансову стійкість туристичного підприємства практично неможливо висловити у якомусь одному показнику. Це вдається зробити за допомогою кількох груп показників, основу розрахунку яких складають дані звітності та насамперед бухгалтерського балансу.

Спочатку визначається загальний напрямок його зміни за минулий період. Якщо відбувається збільшення загалом, це вважається позитивним результатом, а якщо зменшення, це негативний ознака.

Динаміку всього балансу доцільно порівняти зі зміною обсягів виробництва туристичних пакетів, їх реалізації, а також отриманого прибутку. Зростання прибутку вищими темпами свідчить про поліпшення фінансового стану туристичного підприємства, і навпаки.

Важливою характеристикою вдосконалення фінансового стану туристичного підприємства вважається фінансова ліквідність, тобто - здатність покриття підприємством своїх зобов'язань наявними активами.

Найбільш ліквідними активами є фінансові кошти туристичного підприємства. Вони повинні перевищувати за своєю величиною термінові зобов'язання, представлені кредиторською заборгованістю. Швидко реалізовані активи, наприклад дебіторська заборгованість, мають бути більшими за короткострокові кредити. Але якщо розглядати активи, що повільно реалізуються, то в цьому випадку буде більше довгострокових і середньострокових кредитів, не кажучи про важко реалізовані активи, які принесуть в результаті більше постійних пасивів.

Узагальнюючим показником фінансової стійкості підприємства вважається надлишок джерел фінансових коштів на формування запасів і витрат як у цілому, і за окремими елементами балансу.

Зовнішнім проявом фінансової стійкості туристичного підприємства є платоспроможність, яка передбачає, що кошти, короткострокові вкладення та активні розрахунки покривають короткострокову заборгованість.

Зменшити фінансові ризики можна дотриманням правил здійснення фінансових операцій, до яких належать: використання коштів суворо за призначенням та у встановлені терміни; фінансування довгострокових інвестицій можна здійснювати за рахунок кредитів або власних коштів, а інвестиції з підвищеним ризиком лише за рахунок власних коштів, коли це буде можливо; здійснення всіх угод за наявності гарантій власної платоспроможності та платоспроможності контрагентів; вибір туристичних напрямків для подальшого розвитку, які можуть мати максимальний ефект; продаж за можливістю туристичних пакетів у період раннього бронювання, щоб забезпечити туристичне підприємство грошовими коштами в низький сезон; забезпечити туристичне підприємство кредитними коштами для забезпечення оборотних коштів лише на мінімальний термін, для того, щоб менше сплачувати процентні ставки за кредитами; зниження витрат на неперспективні туристичні напрямки.

Таким чином, в основі фінансового ризику лежать цілеспрямований пошук та організація роботи щодо зниження ступеня ризику, мистецтво отримання та збільшення доходу у невизначеній господарській ситуації. Кінцева роль фінансового ризику полягає у отриманні найбільшого прибутку при оптимальному співвідношенні прибутку та ризику.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Нечипоренко А. В., Рибалкіна А. О. Теоретичні аспекти формування та використання фінансових ресурсів підприємства. Ефективна економіка. 2020. No 11. URL: <http://www.economy.nayka.com.ua/?op=1&z=8361>
2. Сосновська О. О., Деденко Л. В. Ризик-менеджмент як інструмент забезпечення стійкого функціонування підприємства в умовах невизначеності. Європейський науковий журнал Економічних та Фінансових інновацій. 2019. No 1(3). С. 70–79.

**Ромашка Сергій В'ячеславович,**  
*Здобувач III рівня вищої освіти (PhD)*  
*спеціальності 051 Економіка,*  
*Мелітопольський державний*  
*педагогічний університет*  
*імені Богдана Хмельницького*  
*м. Запоріжжя, Україна*

## **ТРАНСФОРМАЦІЯ ЗАКЛАДІВ ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ**

Розвиток медичного туризму в Україні набуває все більшої актуальності в умовах реформування системи охорони здоров'я, що передбачає перетворення державних і комунальних закладів охорони здоров'я на комунальні некомерційні підприємства. Така трансформація відкриває перед ними нові можливості у фінансовому, організаційному та інвестиційному плані, стимулюючи пошук додаткових джерел доходу та зміцнення власної матеріально-технічної бази. Медичний туризм, як феномен, поєднує в собі кілька ключових аспектів: економічний (диверсифікація ресурсів і залучення іноземної валюти), соціально-гуманітарний (надання якісних послуг пацієнтам різного походження) та маркетинговий (формування позитивного іміджу медичних закладів і регіону загалом). Виходячи з цього, аналіз економічних чинників та стратегій розвитку медичного туризму українськими комунальними некомерційними підприємствами набуває великого значення, оскільки саме ці заклади, отримавши автономію, перетворюються на повноцінні економічні одиниці, здатні активно конкурувати на внутрішньому і зовнішньому ринку медичних послуг [1, с. 25].

Перетворення закладів на комунальні некомерційні підприємства знімає чимало бюрократичних бар'єрів. Вони можуть встановлювати власну цінову політику, укладати партнерські договори з туристичними агентствами, страховими компаніями, пропонувати пакети послуг, які включають лікування, діагностику, реабілітацію та відпочинок у рекреаційних зонах. Зокрема, це дає змогу створювати спеціальні пропозиції для іноземних пацієнтів, які шукають оптимальне співвідношення «ціна – якість» і зацікавлені у комплексному сервісі, що охоплює не лише суто медичну складову, а й логістику, організацію

проживання, харчування та екскурсій. Унаслідок залучення таких туристів відбувається збільшення валютних надходжень, що позитивно впливає на місцеву економіку. Слід враховувати й те, що розвиток медичного туризму здатний стимулювати суміжні сектори: готельний бізнес, харчування, транспорт, культурно-розважальну сферу. Таким чином, медичний туризм можна розглядати як своєрідний «двигун» регіонального зростання, де лікарні й клініки виступають ініціаторами змін, а місцева влада та приватні інвестори – важливими партнерами у створенні сучасної інфраструктури [2, с. 47].

Одним із ключових чинників у досягненні успіху є якість медичних послуг. Попри конкурентну вартість лікування, вітчизняні комунальні некомерційні підприємства повинні інвестувати в підвищення кваліфікації персоналу, впроваджувати міжнародні протоколи та стандарти (наприклад, JCI, ISO), забезпечувати наявність багатомовних фахівців, котрі зможуть ефективно комунікувати з іноземними пацієнтами [1, с. 80]. Це не лише підсилює довіру до клініки, а й робить її привабливою для страхових компаній, що направляють за кордон тих осіб, яким вдома неможливо забезпечити належний рівень допомоги. Водночас висококваліфікований медичний персонал, сучасне обладнання та розвинені інформаційні технології дають змогу комплексно обслуговувати клієнтів і відстежувати результати лікування після повернення пацієнтів на батьківщину. За наявності налагоджених контактів між клінікою та іноземними партнерами можливо організувати програми реабілітації і консультативне спостереження в онлайн-форматі. Важливим елементом залишається також маркетинг. КНП мають розробляти власні стратегії просування: створювати багатомовні вебсайти, реєструватися на спеціалізованих платформах з медичного туризму, брати участь у міжнародних форумах та виставках, пропонувати інноваційні формати співпраці з туроператорами. Чимало залежить і від позитивного іміджу держави та конкретного регіону. Якщо в окремих областях зберігаються безпекові ризики чи нестабільність, зумовлені як окупацією, так і безпосередньою близькістю до лінії фронту, це може суттєво стримувати потоки іноземних відвідувачів і негативно позначатися на можливостях для інвестування.

З економічного погляду медичний туризм має низку переваг для самих комунальних некомерційних підприємств. По-перше, вони отримують шанс диверсифікувати свої доходи, не покладаючись виключно на державні програми чи фінансування з місцевих бюджетів. По-друге, відповідно до принципів неприбутковості, всі додаткові кошти, зароблені на наданні послуг, мають

спрямовуватися на розвиток матеріально-технічної бази, оновлення обладнання, підвищення зарплат і кваліфікації персоналу, що зрештою покращує якість медичної допомоги для населення. По-третє, активізація медичного туризму здатна слугувати каталізатором для залучення приватних інвесторів, особливо коли йдеться про модернізацію інфраструктури. Відкриття нових корпусів, лабораторій, діагностичних центрів чи реабілітаційних відділень, налаштованих на обслуговування не лише українських, а й закордонних клієнтів, може стати привабливим проєктом із погляду окупності та перспектив прибутковості. Таким чином, формується своєрідна екосистема, де медичний заклад стає осередком ділової та громадської активності, що приносить користь і місцевим громадам завдяки створенню нових робочих місць та підвищенню податкових надходжень [3, с. 25].

Водночас слід враховувати, що важливі для галузі території — серед яких Крим, Херсонська та частина Запорізької областей — сьогодні залишаються тимчасово окупованими, а саме ці регіони історично мають значний природно-ресурсний і рекреаційний потенціал для розвитку медичного туризму. Відтак першим кроком до відновлення й розширення цієї сфери є забезпечення безпеки та повернення контролю над відповідними районами, а вже потім — відбудова інфраструктури, відновлення природних ресурсів і комплексний розвиток медичного туризму [2, с. 50].

Одним із найважливіших викликів сьогодення є відсутність досконалої нормативно-правової бази у сфері медичного туризму. Питання акредитації, стандартизації, відповідальності закладів перед іноземними пацієнтами, механізми страхового покриття залишаються нерозвиненими або недостатньо чіткими. Через це багато потенційних «медичних туристів» надають перевагу країнам, де прозоро регулюються всі аспекти їх перебування, лікування та розв’язання можливих конфліктних ситуацій. Без активної участі державних органів у розробці необхідних законодавчих актів прогрес у напрямі медичного туризму може бути суттєво уповільнений. Велику роль відіграють і безпекові чинники: зовнішньополітичні загрози чи соціальна нестабільність можуть знизити привабливість дестинації, якою б високоякісною і доступною не була там медицина. Ще одне важливе питання — забезпечення якості самих послуг і сервісу. Нерівномірність розподілу ресурсів і професійних кадрів між різними регіонами України призводить до того, що деякі перспективні з погляду туризму області не мають достатньої кількості клінік, здатних надавати медичний сервіс на міжнародному рівні. Водночас великі міста, де зосереджені найкращі фахівці,

можуть залишитися поза увагою туристів, котрі шукають саме природні чи бальнеологічні ресурси (термальні води, мінеральні джерела, лікувальні грязі). Тут на допомогу можуть прийти кластерні ініціативи, коли кілька закладів охорони здоров'я співпрацюють з місцевими готелями, рекреаційними об'єктами та туристичними фірмами задля формування привабливих пакетних пропозицій.

Серед перспективних заходів, що сприятимуть розвитку медичного туризму: впровадження міжнародних протоколів та стандартів, активна сертифікація лікувальних установ, популяризація українських КНП на міжнародній арені, покращення логістики (дорожня інфраструктура, залізничне та авіаційне сполучення), розвиток телемедицини, а також активне залучення інновацій у процес лікування, діагностики і реабілітації. Варто окремо виділити реабілітаційний напрям, особливо актуальний у контексті підвищеного попиту на відновні процедури. Україна має розгалужену мережу санаторно-курортних та бальнеологічних закладів, які за належного дооснащення і маркетингової підтримки можуть стати потужним магнітом для осіб, котрі шукають довготривалого відновлення після операцій, травм чи хронічних захворювань. Усе це дає змогу сподіватися, що медичний туризм може стати одним із динамічних напрямів економічного розвитку вітчизняних комунальних некомерційних підприємств, водночас підвищуючи якість і доступність медичних послуг для місцевого населення [3, с. 45].

Як тільки зменшаться ризики воєнного характеру та стабілізується ситуація у прикордонних і прифронтових областях, наявність розгалуженої мережі санаторно-курортних закладів і природних ресурсів може стати визначальним чинником для подальшого розвитку медичного туризму.

Наостанок варто наголосити, що для успішної реалізації проєктів у галузі медичного туризму слід урахувати мультидисциплінарний підхід, залучаючи фахівців із медицини, економіки, туризму, права, маркетингу та інформаційних технологій. Тільки скоординована робота різних зацікавлених сторін (органи державного управління, місцева влада, заклади охорони здоров'я, бізнес, громадські організації) здатна забезпечити повноцінне використання наявного потенціалу. Зі свого боку, реформа охорони здоров'я та перетворення лікарень на комунальні некомерційні підприємства створюють для цього належні умови, надаючи закладам господарську самостійність та стимулюючи їх до пошуку нових форм співпраці на ринку. Якщо ці можливості будуть використані розумно, із чітко сформульованими економічними й соціальними пріоритетами,

медичний туризм зможе стати потужним рушієм зростання як для окремих регіонів, так і для вітчизняної системи охорони здоров'я в цілому.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Пашков В. М., Гнедик Є. С. Правове регулювання медичного туризму в умовах війни в Україні : монографія. – Харків : Право, 2022. – 188 с.
2. Грицько О. М., Пеканець С. Р. Моделі та тенденції розвитку державно-приватного партнерства в охороні здоров'я // Наукові записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Державне управління та адміністрування. – 2022. – Т. 33, № 3. – С. 46–53.
3. Мацик В. О. Модернізація публічної політики в сфері охорони здоров'я : дис. ... д-ра філософії / Західноукраїнський національний університет. – Тернопіль, 2023.

***Н. В. Рунчева,***

***А. С. Савків***

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

***А. А. Савків***

Запорізький політехнічний  
університет

### **ЕКОНОМІКА ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я ЛЬВІВЩИНИ: РОЛЬ РЕАБІЛІТАЦІЙНИХ ЦЕНТРІВ У ВІДНОВЛЕННІ РЕГІОНАЛЬНОГО ПОТЕНЦІАЛУ**

Охорона здоров'я є однією з основних складових розвитку кожної держави. У регіональному контексті Львівщини, система охорони здоров'я не лише забезпечує фізичне благополуччя, але й істотно впливає на соціальний добробут громади. В умовах війни, що триває в Україні, система охорони здоров'я зазнала суттєвих змін, орієнтуючись на реабілітацію осіб, постраждалих від бойових дій, надання медичних послуг як для військових, так і для цивільних, а також підтримку психоемоційного стану населення. У таких

умовах розвиток соціальної інфраструктури набув особливої важливості для ефективного функціонування медичної системи Львівщини.

З початку війни система охорони здоров'я Львівщини активно адаптується до нових викликів. Одним з головних досягнень стало відкриття нових медичних установ, реабілітаційних центрів та впровадження інноваційних медичних програм. За останні кілька років у регіоні значно збільшилася кількість реабілітаційних закладів, які не лише забезпечують медичну допомогу, а й створюють умови для підтримки фізичного та психоемоційного відновлення. Зокрема, в області налічується близько 140 реабілітаційних центрів, що надають кваліфіковану допомогу громадянам, включаючи військових та цивільних осіб. Серед них відомі заклади, як-от: Інститут вертебрології та реабілітації, Лікарня “Експерт”, Західний центр лікування ран ALEF clinic. Всі ці установи активно працюють над відновленням фізичних та психологічних функцій постраждалих.

Не менш важливим є і постійне покращення доступу до реабілітаційних послуг для різних груп населення. Так, з 2021 по 2024 роки кількість пацієнтів, що отримали реабілітаційну допомогу, зросла на 15%. Це стало можливим завдяки значному збільшенню кількості реабілітаційних центрів і розширенню програм соціальної підтримки для ветеранів. Крім того, у Львівщині успішно функціонують програми соціально-психологічної реабілітації для військових, які активно впроваджуються в межах проєкту “Місто лікує” (відкрито 9 медичних закладів) [1; с. 250].

Така підтримка дозволяє не тільки надавати фізичну допомогу, а й сприяє швидшому соціальному відновленню ветеранів, допомагаючи їм знову стати частиною громади.

Особлива увага також приділяється психоемоційному відновленню. Наприклад, за даними медичних установ, понад 60% пацієнтів, що проходять реабілітацію після бойових травм, повідомляють про значне покращення психоемоційного стану. Для цього використовуються методи арттерапії, йоги, медитації, а також спеціалізовані курси з психологічної підтримки. Важливо зазначити, що ці програми не лише покращують психічне здоров'я, але й сприяють прискореному фізичному відновленню пацієнтів.

У цьому контексті важливо також відзначити ефективність роботи реабілітаційних центрів. Наприклад, Центр комплексної реабілітації “Галичина”, в котрому протягом року було реабілітовано 2880 осіб, з яких 1400 отримали протезування, демонструє високий рівень надання медичних послуг. Такий успіх став можливим завдяки кваліфікованим лікарям та сучасному обладнанню, що



дозволяє пацієнтам отримувати необхідну допомогу на кожному етапі відновлення [2]. Це один із прикладів, який показує важливість інвестицій у сучасну інфраструктуру для реабілітації та підтримки здоров'я громадян.

Крім того, нові медичні установи надають допомогу не тільки для військових, а й для цивільних осіб. Наприклад, у Моршинській міській лікарні було відкрито нове відділення, що пропонує стаціонарну та амбулаторну реабілітаційну допомогу для пацієнтів із захворюваннями нервової системи та опорно-руховим апаратом [3]. Сучасне обладнання та кваліфікація медичного персоналу забезпечують високий рівень надання медичних послуг, що дозволяє швидше повертати пацієнтів до повсякденного життя

Таблиця 1.

## Розвиток реабілітаційних центрів на Львівщині (2021-2025 роки)

| Рік  | Кількість реабілітаційних центрів | Кількість пацієнтів, які пройшли реабілітацію | Кількість ветеранів, які отримали реабілітацію | Покращення фізичного стану (%) | Покращення психоемоційного стану (%) |
|------|-----------------------------------|-----------------------------------------------|------------------------------------------------|--------------------------------|--------------------------------------|
| 2021 | 120                               | 15,000                                        | 2,500                                          | 65%                            | 55%                                  |
| 2022 | 132                               | 20,000                                        | 4,000                                          | 70%                            | 60%                                  |
| 2023 | 135                               | 25,000                                        | 5,500                                          | 75%                            | 65%                                  |
| 2024 | 138                               | 30,000                                        | 7,000                                          | 80%                            | 70%                                  |
| 2025 | 140                               | 35,000                                        | 8,500                                          | 85%                            | 75%                                  |

*Джерело: сформовано автором на основі [4]*

Розвиток мережі реабілітаційних осередків у 2025 році є пріоритетним напрямком, що включає створення нових центрів та покращення існуючих для забезпечення доступу до якісної медичної допомоги.

Протягом останніх років також спостерігається активне впровадження телемедицини, що стало важливим кроком для забезпечення доступу до медичних послуг у віддалених районах області. Це допомогло скоротити час очікування медичної допомоги та значно покращило доступ до реабілітаційних послуг для віддалених і малонаселених територій.

Завдяки зусиллям місцевої влади, медичних установ та міжнародних партнерів, система охорони здоров'я Львівщини показала вражаючі результати. Зокрема, кількість реабілітаційних процедур для постраждалих від війни зросла на 25%, а рівень задоволеності пацієнтів, що проходять реабілітацію, становить близько 85 % [4]. Такі результати свідчать про успішність стратегій,

спрямованих на покращення медичного обслуговування та підтримку здоров'я громадян у складний для країни час.

Таблиця 2

## Вплив реабілітаційних центрів на економіку Львівщини

| Показник                                                                           | 2021       | 2022       | 2023       | 2024       | 2025       |
|------------------------------------------------------------------------------------|------------|------------|------------|------------|------------|
| Кількість працевлаштованих спеціалістів (реабілітологи, психологи, фізіотерапевти) | 500        | 600        | 750        | 900        | 1,000      |
| Кількість робочих місць у суміжних галузях (туризм, транспорт, обслуговування)     | 200        | 250        | 300        | 350        | 400        |
| Доходи регіонального бюджету від медичних послуг                                   | 10 млн грн | 15 млн грн | 20 млн грн | 25 млн грн | 30 млн грн |
| Зниження кількості інвалідності після проходження реабілітації (%)                 | 30%        | 35%        | 40%        | 45%        | 50%        |

Джерело: сформовано автором на основі [5]

У січні 2025 року Міністерство охорони здоров'я України провело брифінг, присвячений розвитку мережі реабілітаційних осередків, де обговорювалися результати роботи в 2024 році та плани на 2025 рік, включаючи проекти державного рівня та участь регіонів у реалізації стратегії розвитку реабілітаційних послуг [5].

Охорона здоров'я на Львівщині демонструє значні досягнення, і система реабілітації, безумовно, є важливим елементом у відновленні здоров'я як військових, так і цивільних. Створення нових центрів, впровадження сучасних медичних технологій і програм реабілітації є важливими кроками, які сприяють фізичному та психоемоційному відновленню громадян, особливо в умовах війни.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Чвертко Л. А., Кирилюк І. М. Соціальна інклюзія вимушено переміщених осіб засобами туристичних активностей в умовах російсько-української війни. *Актуальні проблеми розвитку економіки регіону* : науковий журнал. Івано-Франківськ : Вид-во Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника, 2023. Вип. 19. Т. 2. 292 с.

2. Реабілітація, що долає війну: сила, підтримка, зміна. URL: <https://www.reabl.lviv.ua/>
3. Львівщині запущено нове реабілітаційне відділення. URL: [https://moz.gov.ua/uk/na-lvivshini-zapusheno-nove-reabilitacijne-viddilennya?utm\\_source=chatgpt.com](https://moz.gov.ua/uk/na-lvivshini-zapusheno-nove-reabilitacijne-viddilennya?utm_source=chatgpt.com)
4. Програми розвитку на 2021–2025 роки. URL: <https://moz.gov.ua/uk/ponad-400-vijskovosluzhbovciv-za-pershi-7-misjaciv-2023-roku-projshli-reabilitaciju-v-dniprovskomu-centri-recovery>
5. Розвиток мережі реабілітаційних осередків у 2025 році. URL: [https://www.ukrinform.ua/rubric-presshall/3946271-rozvitok-merezi-reabilitacijnih-oseredkiv-u-2025-roci.html?utm\\_source=chatgpt.com](https://www.ukrinform.ua/rubric-presshall/3946271-rozvitok-merezi-reabilitacijnih-oseredkiv-u-2025-roci.html?utm_source=chatgpt.com)

*А.В. Яшина*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **СУЧАСНІ ТРЕНДИ ТА ІННОВАЦІЇ ГОТЕЛЬНОГО РИНКУ УКРАЇНИ**

Готельний бізнес в Україні переживає значний розвиток, визначений впровадженням новітніх технологій та інновацій. Потреби та очікування сучасних туристів змушують готелі активно адаптуватися до змін, адаптуватися до вимог цифрової ери та балансувати ефективність з екологічною сталістю. Технологічні зміни, що трансформують готельний ландшафт, зображають загальний напрямок ринку до більш інноваційних та клієнт орієнтованих стратегій. Впровадження цифрових рішень, таких як інтегровані системи бронювання та мобільні додатки, не лише полегшує процеси управління, але й надає готелям можливість збирати та аналізувати дані для створення персоналізованих пропозицій для гостей [1].

Готельний бізнес впроваджує інноваційні методи для посилення захисту прав споживачів, використовуючи технології та адаптуючись до мінливої поведінки споживачів. Інновації у сфері захисту прав споживачів в індустрії

гостинності мають вирішальне значення для забезпечення задоволеності, безпеки та лояльності клієнтів.

На сьогоднішній день ключовими інноваційними методами, які заклади гостинності можуть впровадити з метою покращення захисту прав споживачів є наступні: безконтактні технології; чат-боти зі штучним інтелектом; пристрої інтернету речей для моніторингу та контролю; блокчейн для прозорих ланцюгів поставок; віртуальна реальність для віртуальних турів і навчання; аналітика даних для персоналізованого обслуговування; біометрична автентифікація для безпеки; роботизована автоматизація процесів для оптимізації операцій; доповнена реальність для покращення досвіду; цифрові платформи зворотного зв'язку; смарт-контракти для безпечних угод; цифрові платіжні рішення для безпечних транзакцій; мобільні додатки тощо [2].

У контексті росту екологічної свідомості споживачів, готелі в Україні активно впроваджують енергоефективні технології та звертають увагу на зменшення впливу на навколишнє середовище. Це визначається використанням світлодіодного освітлення, сучасних систем опалення та вентиляції, а також стратегіями зниження споживання енергії.

Сучасний туризм - це складна соціально-економічна система, елементом якої виступає високоприбутковий багатогалузевий виробничий комплекс, званий готельно-туристичною індустрією.

Основною відмінною рисою сучасної економіки є інноваційність. Інновації є потужним стратегічним і антикризовим інструментом. Актуальність інноваційних технологій пояснюється глобалізацією світового ринку, скороченням життєвого циклу товарів, а також необхідністю стратегічного підходу до оновлення якісних характеристик продуктів і послуг. Інновація в туризмі - систем організаційно-економічних, науково-дослідних, технологічних та інших заходів і їх результатів, спрямованих на докорінне перетворення і оновлення туристичного продукту, механізму його просування та реалізації з метою досягнення економічного, соціального, екологічного або іншого ефекту.

Аналіз новітніх тенденцій та інновацій у готельному бізнесі України можна розглянути через кілька ключових аспектів. Ці тенденції зображають загальний рух готельної індустрії України до більш інноваційних, сталості та орієнтованих на клієнта підходів.

Технологічні інновації в готельному бізнесі України охоплюють широкий спектр цифрових рішень, які трансформують спосіб ведення бізнесу та взаємодії з клієнтами. Впровадження інтегрованих систем бронювання дозволяє гостям

легко бронювати номери через веб-сайти готелів, мобільні додатки або сторонні платформи. Це не тільки автоматизує процеси бронювання та управління запитами, але й дозволяє збирати та аналізувати дані клієнтів для надання персоналізованих пропозицій.

У сфері готельного господарства комп'ютерні системи резервування готельних місць мають характер національних комп'ютерних мереж або корпоративних мереж бронювання. Система національних комп'ютерних мереж діє дуже ефективно. Бронювання виконують через багатоканальну безкоштовну телефонну мережу, підключену до центрального комп'ютерного офісу. Центр контролює наявність і рух місць у всіх готелях, що входять до системи. Замовлення, зміни й ануляції виконують швидко і без проблем. За відсутності місць в одному готелі автоматично пропонують розміщення в іншому, що є поблизу.

Мобільні додатки в готельному бізнесі відіграють ключову роль, дозволяючи гостям керувати своїм бронюванням, замовляти послуги та отримувати інформацію про готель. Вони також впроваджують безконтактні технології, які дозволяють гостям використовувати свої мобільні пристрої для доступу до номерів та управління різними функціями в номері.

Штучний інтелект (AI) вносить значний вклад у персоналізацію обслуговування, дозволяючи аналізувати переваги клієнтів та надавати індивідуальні рекомендації. Чат-боти, що використовують AI, автоматизують відповіді на часті запитання та допомагають у бронюванні послуг. AI також використовується для оптимізації управління готелем, включаючи аналіз даних про зайнятість, ціноутворення та управління запасами. Інтеграція з Інтернетом речей (IoT) дозволяє створювати "розумні номери", де все може бути керованою через мобільний додаток. Віртуальна та доповнена реальність використовуються для віртуальних турів по готелю, допомагаючи гостям краще зрозуміти, що вони бронюють. Великі дані (Біг Дата) аналізуються для кращого розуміння поведінки споживачів, оптимізації маркетингових стратегій та підвищення загальної ефективності.

Екологічна сталість у готельному бізнесі України відіграє важливу роль, оскільки галузь прагне зменшити свій вплив на довкілля та відповідати вимогам екологічно свідомих споживачів, які постійно зростають. Впровадження енергоефективних технологій, таких як світлодіодне освітлення, сучасні системи опалення, вентиляції та кондиціонування, а також використання ресурсозберігальних пристроїв, допомагає готелям знизити споживання енергії.

Таким чином, інноваційна діяльність підприємств індустрії гостинності реалізується по дуже різноманітних напрямках. Результатами такої діяльності можна назвати підвищення обсягу продажів, поліпшення якості сервісу й оптимізацію маркетингових витрат. Використання сучасних інноваційних технологій - це шлях не лише до зміцнення ринкових позицій суб'єктів готельного бізнесу, а й до спрощення організації та підвищення комфортності обслуговування гостей.

Сучасний туризм готельно-туристична індустрія активно впроваджують інновації, включаючи цифрові рішення, штучний інтелект, мобільні додатки та Інтернет речей. Ці технології спрощують бронювання та управління готелями, забезпечують персоналізацію обслуговування та сприяють екологічній сталості. Інновації в готельній галузі сприяють підвищенню продажів, оптимізації маркетингу та поліпшенню якості обслуговування, забезпечуючи зміцнення ринкових позицій та задоволення гостей.

Використовуючи інноваційні технології та підходи готельний бізнес може підвищити стандарти захисту прав споживачів, покращити клієнтський досвід і побудувати міцніші стосунки зі своїми відвідувачами в умовах зростаючої конкуренції. Серед окреслених, цікавою і легкою у впровадженні вважаємо технологію впровадження цифрових платформ зворотного зв'язку, яка дозволяє клієнтам надавати відгуки та оцінки свого досвіду в режимі реального часу, що дає змогу готельно-ресторанному бізнесу збирати цінну інформацію та визначати сфери для вдосконалення. Такі платформи сприяють створенню безперервного циклу зворотного зв'язку, сприяючи розвитку культури реагування та підзвітності в сфері захисту прав споживачів. Застосовуючи окреслені інноваційні методи, індустрія гостинності зміцнює довіру споживачів, забезпечує конфіденційність даних, сприяє охороні здоров'я та безпеці, а також надає безперебійний, персоналізований досвід.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:**

1. Миронов Ю. Б. Матеріали I Міжнар. наук.-практ. Конф. "Інноваційний розвиток готельно-ресторанного господарства та харчових виробництв". Прага: Oktan Print, 2020. 232 с.— С.186-187.
2. Daniels K. Navigating Security Risks and Innovations in the Hospitality Industry. Trustwave. 2024. URL: <https://www.trustwave.com/en-us/resources/blogs/trustwave-blog/navigating-security-risks-and-innovations-in-the-hospitalityindustry/> (дата звернення: 25.03.2025).

УДК 004.77:37+001+33

## ЦИФРОВА ТРАНСФОРМАЦІЯ: ІТ В ОСВІТІ, НАУЦІ ТА ЕКОНОМІЦІ

*А.С. Братченко*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет імені  
Богдана Хмельницького

### ЗАСТОСУВАННЯ ПРОГРАМНОГО ПРОДУКТУ СИСТЕМИ ТЕОРІЇ ІГОР ПРИ ВИБОРІ МЕТОДІВ НАВЧАННЯ

Система освіти відіграє ключову роль в суспільстві, як один із провідних соціальних інститутів, забезпечуючи процес адаптації молодого покоління до реалій сучасного суспільного життя. Відповідно до законодавства України, основна мета освіти полягає у сприянні всебічному розвитку особистості, формуванні здатності до самостійного ухвалення рішень, підтримці професійного зростання та створенні рівних можливостей для розвитку, інтеграції та повноцінної участі особи в соціумі [1].

Проте у сучасних умовах учасники освітнього процесу стикаються з низкою викликів, які негативно впливають на їх ефективність. Серед них особливу увагу привертають погіршення фізичного та психічного здоров'я здобувачів освіти, низький рівень мотивації до навчання, перевантаження через складність навчальних програм, а також дистанціювання здобувачів від активної участі в освітньому процесі. Вказані проблеми обумовлені не лише об'єктивними факторами, такими як воєнні дії, недостатність доступу до навчальних матеріалів і мережі Інтернет, а й значними труднощами, що виникають у викладачів під час організації і проведення навчальних занять.

На тлі цих викликів в системі освіти України все більше спостерігається зміщення в бік особистісно-орієнтованої педагогіки. Це вимагає від педагогів розробки оптимальних стратегій навчання, спрямованих на стимулювання зацікавленості учнів у набутті знань та їх практичному застосуванні, що, у свою чергу, є ключовою умовою забезпечення якісної освіти. Успішне виконання цієї задачі залежить від гнучкого застосування різноманітних освітніх методів, адаптованих до індивідуальних потреб і можливостей здобувачів освіти. Методи

теорії ігор можуть стати потужним інструментом у прийнятті оптимальних рішень у виборі навчальної стратегії, адже вони надають можливість моделювати різні сценарії освітніх процесів, аналізувати потенційні ризики і переваги альтернативних підходів, а також знаходити оптимальні рішення для досягнення навчальних цілей. Крім того, застосування таких методів сприяє розвитку системного мислення у педагогів, дозволяючи їм оцінювати довгострокові наслідки своїх рішень та підвищувати якість освітнього середовища.

Теорія ігор є галуззю прикладної математики, яка займається моделюванням і аналізом процесів прийняття рішень та розробкою оптимальних стратегій, надаючи ефективні інструменти для оцінки ситуацій, де задіяні кілька сторін, званих гравцями, які приймають рішення на основі доступної інформації. Вчені Morton D. Davis та Steven J. Brams наголошують, що назва цієї дисципліни часто неправильно інтерпретується - теорія ігор не має розважального чи легковажного характеру, який інтуїтивно асоціюється зі словом «гра» [3].

Основна сфера застосування теорії ігор здебільшого зосереджена на таких галузях, як економіка, управління та маркетинг, політичні дослідження, а також біологія. Однак, незважаючи на широкий спектр потенційних можливостей, математичний апарат теорії ігор поки що обмежено використовується у гуманітарних дисциплінах, що залишає простір для нових досліджень і міждисциплінарних підходів.

При організації навчального процесу, викладачі постійно стикаються з проблемою оптимального вибору методів та технологій навчання, особливо у дистанційному форматі. Викладачам необхідно враховувати контекст взаємодії із певним контингентом здобувачів освіти та знаходити найефективніші освітні підходи. У цьому дослідженні термін «методи навчання» замінено на «стратегії», щоб врахувати специфіку концепції теорії ігор, де цей термін є загальноприйнятим. Простими словами, стратегія - це ухвалення рішень, які можуть включати активні дії або свідоме уникання дій.

Всі фактори, що впливають на вибір стратегії, використовувати тут недоцільно, бо нашою метою є наочне представлення ефективності застосування теорії ігор, а не вирішення конкретного питання. Тому для цього будуть враховані лише найпоширеніші проблеми здобувачів освіти, зокрема рівень їхньої підготовленості та когнітивні функції. Останні часто виявляються зниженими у певного відсотка студентів через наслідки посттравматичного стресового розладу (ПТСР), що створює додаткові виклики для організації навчального процесу.



Стратегія пасивного навчання С1 відома як метод готових знань, описується професором Norman Herr як «традиційний клас: інструктор, який читає лекцію, вербалізує інформацію студентам, які пасивно конспектують переважно усні лекції. Викладач - це «словесний» підручник» [4]. Ця стратегія вимагає від здобувачів засвоєння отриманих знань та їхнього належного застосування. Попри критику, вона залишається домінуючою завдяки високій швидкості передачі великого обсягу інформації.

Стратегія активного навчання С2. Стратегія активного навчання зосереджена на створенні середовища, де здобувач може навчитися трансформувати знання та нову інформацію, а також практикувати їх використання. Викладач при використанні цієї стратегії стимулює активність здобувачів для пошуку варіантів рішень. [5, с. 425]

Стратегія інтерактивного навчання С3 принципово відрізняється підходом до формування знань. Новий матеріал не подається здобувачам у готовому вигляді - навпаки, вони мають здобути його самостійно, що сприяє розвитку критичного мислення. У цьому підході наголос робиться на діалозі між викладачем і студентами, інтерактивній взаємодії у навчальному середовищі. Основними методами інтерактивного навчання є візуалізована лекція, дискусія, мозковий штурм, моделювання ситуацій, інтеграційні ігри тощо. [2]

Окреме застосування стратегій С1, С2 та С3 залежно від можливостей кожного здобувача майже неможливе при групових заняттях, проте можливим є вибір оптимальної стратегії для конкретної групи з урахуванням ключових факторів, які впливають на ефективність навчання. Використання теорії ігор в частині ігор з природою дозволить нам продемонструвати варіанти вирішення цього завдання.

У цьому контексті методи теорії ігор, адаптовані до освітніх потреб, можуть слугувати інструментом для моделювання варіантів вирішення цієї задачі. З позиції теорії ігор, методи навчання можна інтерпретувати як стратегії викладача, що виступає в ролі гравця у «грі» з природою. Умови «гри» формуються чинниками, які характеризують здобувачів освіти за певними критеріями. Для наочного розгляду прикладу враховано два головні фактори впливу: рівень підготовленості здобувачів (вхідні знання) та їхні когнітивні функції, які у певного відсотка студентів можуть бути знижені через наслідки посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Поєднання цих характеристик будемо називати стратегіями природи, які можуть виглядати наступним чином:

З1 – здобувач добре підготовлений та має досить високий рівень мислення;

32 – здобувач добре підготовлений, але має певні когнітивні порушення;  
33 – здобувач з низьким рівнем підготовки, але має досить високий рівень мислення;

34 – здобувач з низьким рівнем підготовки та когнітивними порушеннями.

Наступний крок - складання матриці гри для визначення оптимальної стратегії навчання у грі з природою. Рядки матриці представляють стратегії навчання, а стовпці - певні характеристики здобувачів освіти. На перетині рядків і стовпців розміщуються бали оцінювання.

Застосовуючи програмне забезпечення системи теорії ігор, використовуючи різні критерії, отримаємо ряд рекомендацій, зображених на рис.1 та 2:



Рис. 1 – Результати математичного моделювання вибору стратегії за критеріями Вальда (песимістичний та оптимістичний) та Гурвіца.



Рис. 2 – Результати математичного моделювання вибору стратегії за критеріями Байєса, Лапласа та Севіджа.

За допомогою цієї ж програми отримаємо діаграму, зображену на рис. 3

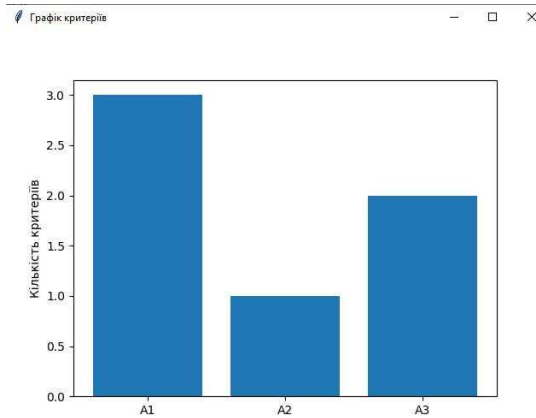


Рис. 3 – Графік критеріїв

**Висновки.** Отримані дані різняться так як використовувалися різні типи вихідної інформації та застосовувалися різні критерії. Методи математичного моделювання сприяють визначенню оптимальних стратегій у різних ситуаціях, тому основних переваг використання теорії ігор у навчальному процесі належать:

1. Допомога у визначенні ситуацій (станів гри), які є ефективними, справедливими, оптимальними або рівноважними, та аналіз їхніх властивостей і способів досягнення.
2. Можливість прогнозування стратегій і дій станів природи на основі статистичних даних та розробка відповідних реакцій.
3. Сприяння вибору найкращої стратегії або дії серед кількох альтернатив.
4. Орієнтація на досягнення максимально можливого результату.

Використання цих методів на практиці дозволить досягти максимальної ефективності навчального процесу та значно скоротить час на прийняття рішень.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Закон України «Про освіту», № 2145-VIII, від 05 вересня 2017. Голос України. 27 вересня, 2017 (№ 178–179). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text> (дата звернення 28.03.2025)
2. Шевчук П., Фенрих П. Інтерактивні методи навчання: навчальний посібник. Щецін: WSAP, 2005. URL: <https://www.calameo.com/books/0006593175d089d38e4ac> (дата звернення 05.01.2025)
3. Brams, Steven J., & Morton D. Davis. The prisoner's dilemma in game theory in Two-person variable-sum games. Encyclopedia Britannica, 1999. URL:

<https://www.britannica.com/science/game-theory/The-prisoners-dilemma> (дата звернення 26.12.2024)

4 Herr, N. Passive vs. active learning. In The Sourcebook for Teaching Science, 2007. URL: <https://www.csun.edu/science/ref/pedagogy/active-passive/active-passive-learning.html> (дата звернення 26.12.2024)

1. McManus D.A. The two paradigms of education and the peer review of teaching. NAGT Journal of Geoscience Education. Vol. 49(6), 2001. P. 423-434. URL: <https://www.csun.edu/science/ref/pedagogy/active-passive/active-passive-learning.html> (дата звернення 21.12.2024)

**Є. О. Зенченко**

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ЯК ДИДАКТИЧНІ МАТЕРІАЛИ ЗМІНЮЮТЬ ПІДХІД ДО ОСВІТИ: НАВЧАННЯ 3D-МОДЕЛЮВАННЮ З BLENDER**

В Україні освіта потребує такої підтримки, де не просто дають знання, а й розвивають у здобувачів освіти здібності креативного та гнучкого мислення, як здатність до самостійної роботи. Одним із складових інструментів цієї підтримки є Blender – популярне та безкоштовне програмне забезпечення для 3D-моделювання, анімації та візуалізації. На мою думку, використання дидактичних матеріалів, створених на базі Blender, здатне суттєво змінити навчальний процес, зробивши уроки інформатики цікавішими та ефективнішими. Але, звісно є свої виклики та обмеження, про які варто знати учителю.

При відбуванні виробничої практики, на базі закладу середньої освіти, було виконано більш детальне знайомство із використанням програми Blender на уроках інформатики. Цікаво, що навіть у сьомому класі вже можливе застосування даної програми. Наприклад, при вивченні розділу 5 «Комп'ютерна анімація» виконується практична робота № 7 «Створення анімації з відео», де здобувачам освіти пропонується виконання у графічному редакторі Krita ком'ютерної анімації руху двох об'єктів [1, с. 225]. Спираючись на те, що сучасні фахівці спочатку малюють ідеї в Krita, а потім реалізують їх у Blender як 3D-моделі або сцени, доцільно почати знайомство з інструментами Blender раніше ніж у 9 класі. Щоб уявити сумісність, можна запропонувати, якісь казкові історії.

Намалювати олівцем об'єкти на папері, а потім перенести їх в Krita. Проекспериментувати з кольорами та стилем, і на основі ескізів з Krita створити 3D-модель та анімацію у Blender. Таким чином здобувачі освіти навчаються працювати в Krita як з цифровим альбомом та моделювати, текстурувати і анімувати в Blender. Тож, можна розглянути дуже багато варіацій втілення в навчальний процес на цю тему. Наприклад, працювати в команді при виконанні практичної роботи. Розподілити учнів на різні категорії спеціалістів – дизайнери, аніматори, монтажери. Дітям подобається грати у дорослих, при цьому виконуючи серйозні задачі. Чому б таким підходом не скористатися на уроках інформатики у середній школі. Відповідно до модельної навчальної програми «Інформатика. 7–9 класи» для закладів загальної середньої освіти, очікувані результати навчання припускають застосування засобів для побудови малюнків різних типів у різних графічних редакторах та оцінювання власного досвіду інформаційної взаємодії, самовираження через цифрові технології [2, с. 12]. Адже, коли учень створює щось реальне, він бачить сенс навчання. Це підвищує мотивацію, емоційне залучення і результат. Для того, щоб здійснити це, тобто перейти до активної творчості, потрібно розробити новий тип дидактичних матеріалів, інтерактивних та гнучких. Такі дидактичні матеріали, створені в Blender, будуть ілюструвати знання та стануть ефективним середовищем пізнання для здобувачів освіти.

Отже, для кожного учня важливо не просто спостерігаючи навчатись, а створювати нові сенси і взаємодію з інформацією на практиці. Запропонувавши змодельовати об'єкт, наприклад, планету, дидактичні матеріали можуть спрямувати дії не просто на роботу з параметрами, а й відтворити уяву руху планети. Реальними прикладами таких матеріалів у Blender на уроках інформатики може бути завдання змодельовати геометричні тіла – куб, піраміду, сферу, а потім подивитися, як змінюється об'єм чи площа залежно від параметрів. Таким чином, дидактичні матеріали будуть не просто малюнком на картці завдання чи слайдом у презентації, а моделями, які учні створюють самі. Це можуть бути сцени або об'єкти, що інтегрують знання з кількох предметів або анімації, що пояснюють послідовність або зв'язок явищ.

До переваг застосування дидактичних матеріалів, створених у Blender, на уроках інформатики можна віднести:

1. можливість зрозуміти процес створення об'єктів, самотійно анімувати сцени, текстурувати поверхні;

2. об'єднання знань, тобто застосування понять з інформатики, математики, фізики, хімії, біології в процесі моделювання;

3. вибір вчителем форматів, а саме гнучкість подання навчального матеріалу: відеоуроки, покрокові інструкції, інтерактивні вправи, тестування – усе це можна адаптувати під будь-який рівень підготовки;

4. креативність і захоплення процесом створення власних унікальних проєктів [3].

Вважаю, що при такому підході до навчання у здобувачів освіти буде збільшуватися внутрішня мотивація та активно формуватися навички самовираження. Адже, використання дидактичних матеріалів у Blender сприятиме розвитку навичок, креативності та інтерактивності, проте потребує технічних умов і ресурсів. Тож не можна ігнорувати виклики та труднощі даного підходу. Не кожному здобувачу освіти легко навчатися самостійно, бо неможливо навчитися моделювати за кілька уроків у Blender, якщо до того є ще прогалини в знаннях з інших предметів. А от складність матеріалу для вчителя вимагатиме більше часу та глибоких знань для розробки завдань. На сьогодні головною перешкодою для роботи у Blender, особливо в такий важкий час в Україні, може бути залежність від електропостачання, до того більшість додаткових ресурсів – онлайн.

У межах дослідження створено таблицю для оцінки переваг і недоліків такого підходу, яка наочно відображає ключові аспекти використання дидактичних матеріалів у навчанні моделюванню в Blender. Це дозволяє проаналізувати ефективність методики, виявити можливі труднощі та шляхи їх подолання.

Таблиця

Переваги та недоліки використання дидактичних матеріалів у Blender

| № | Переваги          |                                                                                                                     | Недоліки            |                                                                                                                 |
|---|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   | Якості            | Характеристика                                                                                                      | Якості              | Характеристика                                                                                                  |
| 1 | Практичний досвід | Досвід роботи з 3D моделюванням, анімацією, текстуруванням і рендерингом. Застосування отриманих знань на практиці. | Самостійне навчання | Важко підтримувати мотивацію. Потреба у самодисципліні. Самостійний, довготривалий пошук необхідної інформації. |

|   |                                             |                                                                                                                                                                 |                                                    |                                                                                                                                   |
|---|---------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2 | Структуроване навчання.<br>Інтеграція знань | Покроковий підхід із логічними етапами. Чіткі та послідовні інструкції. Поєднання знань з математики, фізики, інформатики.                                      | Міждисциплінарний підхід. Розвиток спектра навичок | Відсутність самодисципліни та самоорганізації при засвоєнні матеріалу. Прогалини в знаннях з різних предметів.                    |
| 3 | Різноманітність форматів                    | Матеріали можуть бути представлені у різних форматах: текстові інструкції, відеоуроки, інтерактивні вправи. Можливість обрати найбільш зручний спосіб навчання. | Розробка контенту                                  | Великий обсяг роботи. Складність забезпечення якості. Регулярне оновлення навчальних матеріалів, щоб вони залишалися актуальними. |
| 4 | Інтерактивність                             | Інтерактивні вправи, роблять навчання більш цікавим і залучають учнів. Наявність миттєвого зворотного зв'язку під час виконання завдань.                        | Обмежена інтерактивність                           | Відсутність наочності, візуального уявлення, індивідуальної підтримки кожному учню (особливо в великих класах).                   |
| 5 | Креативність                                | Реалізація власних творчих ідей. Створення унікальних проєктів.                                                                                                 | Складність та потреба у додатковому часі           | Складні функції для реалізації нової ідеї і потрібен час для освоєння основних інструментів.                                      |
| 6 | Технічні навички                            | Робота з програмним забезпеченням. Використання мов програмування.                                                                                              | Технічні вимоги                                    | Вимоги до обладнання - потрібен потужний комп'ютер. Встановлення додаткового програмного забезпечення та плагінів.                |
| 7 | Доступність                                 | Безкоштовне програмне забезпечення та онлайн-ресурси для самостійного навчання (відеоуроки, форуми).                                                            | Залежність від інтернету                           | Доступ до ресурсів. Відсутність офлайн-ресурсів. Ускладнення навчання у випадку відсутності інтернет-з'єднання.                   |

Корисними, для створення дидактичних матеріалів при навчанні 3D-моделюванню з Blender, стануть такі рекомендації для вчителів:

5. почніть із простого;
6. використовуйте готові ресурси;
7. працюйте на уроці в парах або групах;
8. залучайте здобувачів освіти до проєктів.

Висновок. Сучасний підхід до освіти все більше відходить від моделі, де здобувач освіти як пасивний спостерігач та послідовний виконавець. Якщо підійти до навчання з розумінням і підтримкою, результати перевершать очікування, а здобувачі освіти отримають не тільки нові знання, а й важливі навички майбутнього спеціаліста. Тож на сьогодні, Blender може бути однією з ефективних програм для створення якісних та дієвих дидактичних матеріалів до уроків інформатики, бо вона вчить мислити об'ємно, планувати, бути уважним до деталей, шукати рішення.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Ривкінд Й. Я., Лисенко Т. І., Чернікова Л. А., Шакотько В. В. Підручник для 7 класу: Інформатика. К.: Генеза, 2024. 256 с.
2. Модельна навчальна програма «Інформатика. 7-9 класи» Автори Ривкінд Й.Я., Лисенко Т.І., Чернікова Л.А., Шакотько В.В. Змістова лінія «Інформаційні технології» <https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/zagalna%20serednya/Navchalni.prohramy/2023/Model.navch.prohr.5-9.klas/Inform.osv.haluz.2023/16.08.2023/Informatyka.7-9%20kl.Ryvkind.ta.in.16.08.2023.pdf>
3. Використання нейромережі ChatGPT v.3.5. URL: <https://chat.openai.com/>



*О.Ф. Картелян*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ВИКОРИСТАННЯ ВІРТУАЛЬНОЇ ТА РОЗШИРЕНОЇ РЕАЛЬНОСТІ У ПРОФЕСІЙНІЙ ОСВІТІ ФАХІВЦІВ КОМП'ЮТЕРНОГО ПРОФІЛЮ**

Сучасний розвиток інформаційних технологій відкриває нові можливості для вдосконалення освітніх процесів, зокрема у підготовці фахівців комп'ютерного профілю. Віртуальна реальність (VR) та розширена реальність (AR) стають важливими інструментами, що дозволяють створювати інтерактивне навчальне середовище, яке сприяє ефективному засвоєнню знань і формуванню практичних навичок. Ці технології дають змогу моделювати складні технічні процеси, імітувати реальні робочі ситуації та створювати умови для безпечного експериментування. У контексті професійної освіти комп'ютерних фахівців VR та AR забезпечують унікальні можливості для вивчення програмування, розробки програмного забезпечення, кібербезпеки та інших дисциплін [1, с. 12].

Метою цієї статті є аналіз сучасного стану використання VR та AR у професійній освіті фахівців комп'ютерного профілю, визначення їх переваг, викликів та перспектив розвитку. Стаття базується на огляді наукових джерел, практичних кейсів та аналізі сучасних освітніх платформ, що застосовують ці технології.

### **1. Теоретичні основи VR та AR в освіті**

Віртуальна реальність створює повністю штучне цифрове середовище, у яке користувач занурюється за допомогою спеціальних пристроїв, таких як VR-шоломи. Розширена реальність, натомість, доповнює реальний світ цифровими об'єктами, що відображаються через смартфони, планшети або AR-окуляри [2, с. 25]. Обидві технології активно застосовуються в освіті завдяки їх здатності забезпечувати імерсивний досвід, що підвищує мотивацію студентів та сприяє кращому розумінню складних концепцій.

У професійній освіті комп'ютерних фахівців VR та AR використовуються для моделювання складних систем, таких як серверні архітектури, мережі або алгоритмічні процеси. Наприклад, VR-середовища дозволяють студентам "побувати" всередині віртуального дата-центру, аналізувати його роботу та

виявляти вразливості [3, с. 67]. AR, своєю чергою, ефективна для вивчення апаратного забезпечення, оскільки дає змогу проектувати 3D-моделі комп'ютерних компонентів на реальні об'єкти, що полегшує їх вивчення.

## 2. Практичне застосування VR та AR у підготовці комп'ютерних фахівців

### 2.1. Програмування та розробка програмного забезпечення

VR та AR створюють нові можливості для навчання програмуванню. Наприклад, платформи на кшталт Unity та Unreal Engine дозволяють студентам створювати інтерактивні VR-додатки, що сприяє розвитку навичок роботи з 3D-графікою та складними алгоритмами [4, с. 89]. Такі проєкти мотивують студентів, оскільки результати їхньої роботи стають видимими у вигляді імерсивних віртуальних світів.

AR-додатки, такі як HoloLens від Microsoft, використовуються для навчання розробки програмного забезпечення шляхом візуалізації коду у вигляді інтерактивних моделей. Наприклад, студенти можуть бачити, як їхній код впливає на поведінку об'єктів у реальному часі, що сприяє кращому розумінню принципів об'єктно-орієнтованого програмування [5, с. 34].

### 2.2. Кібербезпека

У сфері кібербезпеки VR-середовища дозволяють імітувати кібератаки, такі як фішинг або DDoS, у безпечному віртуальному просторі. Студенти можуть практикувати виявлення та нейтралізацію загроз, не ризикуючи реальними системами [6, с. 102]. Наприклад, VR-симулятори, розроблені для тренування спеціалістів із кібербезпеки, дозволяють моделювати складні сценарії, де необхідно швидко реагувати на атаки.

### 2.3. Мережеві технології

Для вивчення мережевих технологій VR та AR дають змогу візуалізувати складні процеси, такі як маршрутизація даних або робота протоколів. Наприклад, AR-додатки дозволяють студентам "бачити" потоки даних у реальному часі, проєктуючи їх на фізичні мережеві пристрої [7, с. 56]. Це допомагає краще зрозуміти принципи роботи мереж та діагностики їхніх проблем.

## 3. Переваги та виклики використання VR та AR

### 3.1. Переваги

Імерсивність: VR та AR створюють середовище, що сприяє глибшому залученню студентів до навчального процесу.

Практична спрямованість: Технології дозволяють імітувати реальні робочі ситуації, що підвищує готовність випускників до професійної діяльності.

Індивідуалізація навчання: VR-платформи дають змогу адаптувати завдання до рівня підготовки студента [8, с. 78].

Мотивація: Інтерактивний формат навчання підвищує інтерес до предмета.

### 3.2. Виклики

Висока вартість: Обладнання для VR (шоломи, потужні комп'ютери) та AR (окуляри, планшети) є дорогим, що обмежує їх доступність для багатьох закладів освіти [9, с. 45].

Технічні обмеження: Нестабільна робота програмного забезпечення або низька продуктивність пристроїв можуть знижувати ефективність навчання.

Необхідність підготовки викладачів: Для ефективного використання VR та AR викладачі повинні володіти відповідними навичками, що вимагає додаткового навчання [10, с. 23].

### 4. Перспективи розвитку

Подальший розвиток VR та AR в освіті комп'ютерних фахівців пов'язаний із удосконаленням технологій та зниженням їхньої вартості. Очікується, що хмарні VR-платформи, які не потребують потужного локального обладнання, зроблять ці технології більш доступними [11, с. 91]. Крім того, інтеграція штучного інтелекту в VR та AR дозволить створювати адаптивні навчальні середовища, що автоматично підлаштовуються під потреби студента.

Ще однією перспективною сферою є розробка відкритих освітніх платформ, які дозволять обмінюватися VR/AR-контентом між закладами освіти. Це сприятиме стандартизації навчальних матеріалів та підвищенню їхньої якості [12, с. 67].

### 5. Ідеї для розвитку VR та AR в освіті у 2025 році

У 2025 році розвиток VR та AR в освіті комп'ютерних фахівців може бути зосереджений на кількох ключових напрямках:

Розробка доступних VR/AR-симуляторів: Створення бюджетних рішень, таких як VR-додатки для смартфонів або легкі AR-окуляри, дозволить ширшому колу закладів освіти впроваджувати ці технології. Наприклад, використання платформ на кшталт Google Cardboard для VR-навчання може значно знизити витрати [13, с. 48].

Інтеграція з технологіями 5G: Високошвидкісні мережі 5G забезпечать стабільну роботу хмарних VR/AR-платформ, що дозволить студентам отримувати доступ до складних симуляцій без необхідності використання дорогого обладнання [14, с. 72].

Створення гейміфікованих навчальних модулів: Розробка VR/AR-додатків у форматі навчальних ігор, де студенти виконують завдання, пов'язані з програмуванням, кібербезпекою або мережевими технологіями, підвищить їхню мотивацію та залученість [15, с. 19].

Використання генеративного штучного інтелекту: Інтеграція ШІ для створення персоналізованого VR/AR-контенту, наприклад, автоматично генерованих сценаріїв кібератак або віртуальних лабораторій, дозволить адаптувати навчання до індивідуальних потреб студентів [16, с. 85].

Розширення міждисциплінарних проєктів: Поєднання VR/AR з іншими технологіями, такими як Інтернет речей (IoT) або блокчейн, для створення комплексних навчальних середовищ, де студенти можуть вивчати взаємодію різних систем у реальному часі [17, с. 63].

Ці ідеї сприятимуть демократизації доступу до VR та AR, підвищенню якості освіти та підготовці фахівців, готових до викликів цифрової економіки.

### Висновки

Віртуальна та розширена реальність відкривають нові горизонти для професійної освіти фахівців комп'ютерного профілю. Вони забезпечують імерсивний, практичний та мотивуючий підхід до навчання, що сприяє формуванню висококваліфікованих спеціалістів. Водночас впровадження цих технологій стикається з фінансовими, технічними та організаційними викликами. Подолання цих бар'єрів шляхом розвитку доступних платформ, підготовки викладачів та інтеграції нових технологій, таких як штучний інтелект і 5G, є ключовим для реалізації потенціалу VR та AR в освіті. У 2025 році акцент на доступність, гейміфікацію та міждисциплінарність відкриє нові можливості для підготовки комп'ютерних фахівців.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бондаренко О. В. Технології віртуальної реальності в освіті: сучасний стан і перспективи. – К.: Освіта, 2023. – 156 с.
2. Гриценко В. І. Розширена реальність як інструмент навчання: теоретичні основи. – Х.: Технопрогрес, 2022. – 89 с.
3. Іванов С. П. Віртуальні середовища для підготовки фахівців із кібербезпеки. – Л.: ЛНУ, 2024. – 120 с.
4. Коваленко А. М. Unity як платформа для навчання програмуванню у VR. – Д.: ДНУ, 2023. – 102 с.
5. Лисенко Т. О. Використання HoloLens у навчанні розробці

програмного забезпечення. – К.: КНУ, 2022. – 78 с.

6. Петренко І. В. Симуляція кібератак у віртуальній реальності. – О.: ОНУ, 2023. – 134 с.

7. Сидоренко Н. В. Візуалізація мережевих процесів за допомогою AR. – Х.: ХНУ, 2024. – 95 с.

8. Ткачук В. В. Індивідуалізація навчання у VR-середовищах. – К.: Педагогіка, 2023. – 88 с.

9. Шевченко О. Л. Економічні аспекти впровадження VR в освіту. – Л.: ЛДУ, 2022. – 67 с.

10. Яременко П. І. Підготовка викладачів до роботи з VR та AR. – Д.: ДДПУ, 2023. – 56 с.

11. Зайцев О. В. Хмарні VR-платформи в освіті: виклики та перспективи. – К.: Техніка, 2024. – 112 с.

12. Марченко А. С. Відкриті освітні платформи для VR/AR-контенту. – Х.: ХП, 2023. – 89 с.

13. Кравець Л. М. Доступні VR-рішення для освіти: сучасні тенденції. – К.: Освітні технології, 2024. – 76 с.

14. Соколенко В. П. Вплив 5G на розвиток хмарних VR/AR-платформ. – Д.: ДНУ, 2024. – 98 с.

15. Гордієнко Н. О. Гейміфікація в освіті з використанням VR та AR. – Х.: ХНУ, 2023. – 65 с.

16. Левчук І. А. Генеративний штучний інтелект у створенні освітнього контенту. – К.: КНУ, 2024. – 110 с.

17. Романенко С. В. Міждисциплінарні проєкти з VR та IoT в освіті. – Л.: ЛНУ, 2023. – 82 с.

***В. М. Коломієць***

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **НАСТУПНИЙ КРОК ЦИФРОВИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ: ПРОРИВ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ В БАНДОНЕОННОМУ МИСТЕЦТВІ**

Інформаційні технології підкорюють практично всі галузі народного господарства, освіту, мистецтво. Науковці та практики вишукують нові сфери застосування ІТ-технологій. Не залишилося в цьому ключі осторонь бандонеонне мистецтво. Бандонеон знайшов широке використання у світі, особливо в таких країнах, як Німеччина, Аргентина, Уругвай. Бандонеон вважається унікальним музичним інструментом зі своєрідною історією походження та характерним специфічним звучанням.

Завдячуючи групі аргентинських дослідників UNQ, було розроблено електронний і доступний бандонеон Alfa [1]. Така розробка націлена на нове покоління музикантів, які використовують цифрові технології у мистецтві

Бандонеонна музика прагне захопити нові покоління (рис. 1).



Рис. 1. Гра на бандонеоні.

Традиційний акустичний бандонеон, на погляд групи UNQ, відживає своє у зв'язку з поширенням ІТ технологій. Доречно зауважити, що в Україні навіть звичайний бандонеон, дослідження бандонеонного мистецтва не набули поширення. Але, на нашу думку, це питання часу.

Шість років тому, у 2018, група музикантів, викладачів і дослідників з

різних областей знань Національного університету в аргентинській провінції Буенос-Айресу місті Кільмес об'єдналися в групу UNQ. Група започаткувала та розпочала проект із розробки електронних бандонеонів. Проект вони назвали Alfa. Ініціатори використали сучасні інструменти виробництва. Так, наприклад були застосовані технології 3D-друку. Важливе значення набула економічна доцільність виробництва інструментів. Група прагнула до розширення доступності, поширення цифрових бандонеонів серед населення та особливо музикантів. Така стратегія буде сприяти поживленню використання бандонеонів не тільки в Аргентині, але й в усьому світі. Крім того, стратегія націлена на використання інструменту в педагогіці для академічного навчання. Зауважимо, що Alfa-проект передбачає збереження культурної спадщини Аргентини та виробництво наукових та історичних знань.

На думку автора, в Україні можливе поширення електронного бандонеону швидше, ніж акустичного. Так, наприклад, цифрове піаніно було започатковане у 70-х роках минулого століття [2]. Пройшло майже сорок років, щоб воно набуло статусу всюдоступності. Як швидко культура бандонеону проникне до українського музичного мистецтва – важке питання.

Крім того, важливо визначити відмінності електронного бандонеона від цифрового. Аналогічне питання поставлене стосовно фортепіано [2; 3] і на нашу думку обов'язково з'явиться на шляху бандонеона.

Бандонеон є частиною національної культури Аргентини. Звісно, що більшість дослідників визнають німецьке походження інструменту. Як вірний представник танго бандонеон оголошено ЮНЕСКО нематеріальною спадщиною людства. Найвідоміші композитори та виконавці – Астор П'яццола, Анібал Тройло – вибрали його для вираження своєї музики.

На теперішній час виробництво бандонеонів не масове. З одного боку, нові інструменти коштують дорого, і їх небагато виготовляють. З другого боку, найстаріші, зі свого боку, також мають непідйомні ціни.

Група дослідників UNQ стверджує: «Bandoneón 2.0 прагне допомогти демократизувати доступ для нових поколінь. Це інструмент, якому технологічні революції 20-го та 21-го століть приділили дуже мало уваги» [1].

Ще заслуговує на увагу поставлені цими дослідниками наступні питання.

«Важливість проекту полягає в двох питаннях. З одного боку, характеристика того, як звучить і працює інструмент, щось, що ще не було науково вивчено, щоб створити подібну модель, яку можна перетворити на послідовний продукт, як для його можливого масового виробництва, так і для

того, щоб інструменталісти відчували себе комфортно, граючи на ньому. З іншого боку, необхідність генерувати міждисциплінарну групу навколо цієї розробки» [1].

Традиційний акустичний бандонеон схожий на величезну губну гармошку з клавішами, яка видає свій звук, коли повітря, що штовхається міхом, змушує маленькі металеві голосові планки з металевими язичками, вібрувати. Ця система дуже дорога у створенні та досить складна в обслуговуванні. Зовні Alfa-бандонеон дуже схожий на класичний бандонеон (ті самі клавіші, міх і навіть реміні на руках), але всередині це повністю електронний інструмент.

Однією з численних переваг, головною є вартість електронних компонентів, які знижують ціну бандонеону.

«Прототип Alfa містить деякі електронні датчики для виявлення дій музиканта, таких як натискання клавіші або натискання міха, які, у свою чергу, обробляються крихітним комп'ютером усередині інструменту. Замість того, щоб створювати звук, він виробляє потік цифрової інформації про те, що музикант має намір зіграти. Це дозволяє інструменту цифрово імітувати звук, який зазвичай створював би традиційний бандонеон», — підкреслює Рамос, керівник проєкту Alfa [1].

Гра на електронному інструменті схожа на гру на акустичному бандонеоні, а це означає, що він не втрачає виразності в характерній манері гри, яка традиційна в Аргентині.

У 2018 році вищеописана ідея отримала підтримку від Національного університету Кільмеса через стипендії та субсидії з різних областей. Дієго Ромеро Маскаро, директор Університетської школи мистецтв (EUdA) в UNQ, підкреслює: «У 2016 році ми заснували нагороду за інновації в мистецтві, музиці та технологіях, що дало змогу зародити Bandoneón 2.0 і розробити кілька подібних ініціатив. Багато з них мають вплив, який може відобразитися в демократизації та більш широкому залученні до технологій або інструментів, які є дуже дорогими» [1].

За останні кілька років дослідницька група провела серію акустичних досліджень традиційних бандонеонів, щоб розшифрувати більше деталей інструменту. На основі цих знань вони розробили дизайн нового електронного бандонеону, який поки що називається Astor. «Однією з найбільших проблем є отримання більших джерел фінансування та людських ресурсів для проєкту. Ми сподіваємося, що Astor допоможе нам досягти цього і, таким чином, зможе запропонувати цей інструмент усій спільноті», — попереджає Рамос [1].



Bandoneón 2.0 — проект керівника Хуана Рамоса, в якому також беруть участь Естебан Кальканьо, Пабло Рієра, Раміро Вергара, Хоакін Ріцца та Пауліна Бесерра.

Проведене дослідження надало підстави вважати майбутнє бандонеонного мистецтва в широкому застосуванні у всьому світі електронних інструментів.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Nicolás Retamar (2022). Bandoneón 2.0: la ciencia y la tecnología al servicio del arte. <https://agencia.unq.edu.ar/?p=5437>

2. Вікіпедія. Електронне піаніно.  
[https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%95%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%82%D1%80%D0%BE%D0%BD%D0%BD%D0%B5\\_%D0%BF%D1%96%D0%B0%D0%BD%D1%96%D0%BD%D0%BE#:~:text=%D0%95%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%82%D1%80%D0%BE%D0%BD%D0%BD%D1%96%20%D0%BF%D1%96%D0%B0%D0%BD%D1%96%D0%BD%D0%BE%20%D0%B2%D0%B8%D0%B3%D0%BE%D1%82%D0%BE%D0%B2%D0%BB%D1%8F%D0%BB%D0%B8%D1%81%D1%8C%20%D1%83%201970,%D0%B0%D0%BC%D0%B5%D1%80%D0%B8%D0%BA%D0%B0%D0%BD%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%BE%D1%97%20%D1%84%D1%96%D1%80%D0%BC%D0%B8%20Rocky%20Mount%20Instruments.](https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%95%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%82%D1%80%D0%BE%D0%BD%D0%BD%D0%B5_%D0%BF%D1%96%D0%B0%D0%BD%D1%96%D0%BD%D0%BE#:~:text=%D0%95%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%82%D1%80%D0%BE%D0%BD%D0%BD%D1%96%20%D0%BF%D1%96%D0%B0%D0%BD%D1%96%D0%BD%D0%BE%20%D0%B2%D0%B8%D0%B3%D0%BE%D1%82%D0%BE%D0%B2%D0%BB%D1%8F%D0%BB%D0%B8%D1%81%D1%8C%20%D1%83%201970,%D0%B0%D0%BC%D0%B5%D1%80%D0%B8%D0%BA%D0%B0%D0%BD%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%BE%D1%97%20%D1%84%D1%96%D1%80%D0%BC%D0%B8%20Rocky%20Mount%20Instruments.)

3. Вікіпедія. Цифрове піаніно.  
[https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A6%D0%B8%D1%84%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%B5\\_%D0%BF%D1%96%D0%B0%D0%BD%D1%96%D0%BD%D0%BE](https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A6%D0%B8%D1%84%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%B5_%D0%BF%D1%96%D0%B0%D0%BD%D1%96%D0%BD%D0%BE)

*П. В. Контуганський*

Мелітопольський державний

педагогічний університет

імені Богдана Хмельницького

## **ВИКОРИСТАННЯ GIT І TASK-ТРЕКЕРІВ ДЛЯ ПІДТРИМКИ КОМАНДНОЇ РОЗРОБКИ ПРОГРАМНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ СТУДЕНТАМИ КОМП'ЮТЕРНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ**

Сучасний розвиток інформаційних технологій створює нові вимоги до підготовки фахівців у галузі комп'ютерних наук та інформаційних систем. Однією з важливих складових навчального процесу для студентів комп'ютерних спеціальностей є набуття практичних навичок, що відповідають вимогам реального виробництва програмного забезпечення. Одним із основних аспектів цього є вміння працювати в команді над складними проектами, використовуючи сучасні інструменти для розробки програмного забезпечення. Однією з таких груп інструментів є системи контролю версій, зокрема Git, та таск-трекери, які дозволяють ефективно організувати роботу над проектами, координувати дії учасників команди та забезпечувати прозорість процесу розробки.

Git є однією з найпопулярніших систем контролю версій, що широко використовується у програмуванні. Вона дозволяє зберігати історію змін у коді, синхронізувати роботу кількох розробників, уникати конфліктів при внесенні змін, а також спрощує процес тестування та виправлення помилок. Використання Git у навчальному процесі допомагає студентам не тільки ознайомитися з цією потужною технологією, а й формує навички роботи в команді, що є важливим аспектом професійної підготовки майбутніх розробників програмного забезпечення [1, с. 195-202].

Таск-трекери, такі як Jira, Trello, або Asana, є ще одним невід'ємним інструментом для підтримки командної роботи. Ці системи дозволяють організовувати завдання, планувати етапи розробки та відслідковувати виконання задач. Вони забезпечують ефективну комунікацію між учасниками команди та дозволяють зберігати всі дані про проект в одному місці. В результаті використання таск-трекерів студенти отримують можливість не тільки працювати над завданнями, а й отримувати досвід у плануванні та організації роботи над великими проектами.

Актуальність використання Git і таск-трекерів у навчальному процесі визначається зростаючою потребою в підготовці фахівців, які мають змогу ефективно працювати в умовах реальних проектів, де важливими є не тільки технічні знання, а й вміння співпрацювати в команді. Використання цих інструментів дозволяє студентам не лише освоїти основи програмування, але й розвивати важливі навички, які будуть корисними в їхній подальшій кар'єрі.

Особливу увагу слід приділяти тим аспектам, які можуть впливати на ефективність навчання за допомогою Git і таск-трекерів. Одним із таких аспектів є правильна організація процесу роботи з Git. Для студентів важливо зрозуміти не тільки основні команди цієї системи, а й принципи, які дозволяють працювати в команді, уникати помилок при злитті змін та створювати зрозумілу і структуровану історію комітів. Також важливим аспектом є використання таск-трекерів для планування та контролю виконання завдань. Це дозволяє студентам не лише стежити за виконанням своїх завдань, а й отримувати досвід у плануванні проектів та управлінні часом.

Метою даного дослідження є аналіз ефективності використання Git і таск-трекерів для підтримки командної розробки програмного забезпечення студентами комп'ютерних спеціальностей. У рамках дослідження будуть вивчені основні переваги та недоліки застосування цих інструментів у навчальному процесі, а також розглянуті можливості їх інтеграції в систему підготовки студентів. Зокрема, буде досліджено, яким чином використання Git та таск-трекерів допомагає студентам краще розуміти процес розробки програмного забезпечення, підвищує ефективність командної роботи та готує їх до роботи в реальних умовах програмування.

Таким чином, тема дослідження є надзвичайно актуальною, оскільки вона торкається важливого аспекту підготовки майбутніх фахівців у сфері інформаційних технологій, зокрема їхніх навичок роботи з інструментами, що використовуються на реальних підприємствах. Використання Git і таск-трекерів допомагає студентам отримати необхідні навички та знання, що є важливими для їх подальшої професійної діяльності в галузі програмування та розробки програмного забезпечення.

Система контролю версій Git є однією з найбільш поширених у світі технологій для командної розробки програмного забезпечення. Вона дозволяє ефективно керувати змінами в коді, а також підтримує дистрибутивний підхід до зберігання версій, що є важливим для команд, які працюють над великими проектами [23, с. 656–666]. Основною перевагою Git є можливість відновлення

попередніх версій проекту, а також спрощене співробітництво між кількома розробниками.

У процесі навчання студентів комп'ютерних спеціальностей Git дозволяє вчити їх основам колективної роботи над кодом, координувати зміни між учасниками, а також керувати великими обсягами коду. На практиці це проявляється в необхідності формування грамотних комітів, ведення гілок для розробки нових функцій або виправлення помилок та об'єднання змін із основною версією коду за допомогою операцій злиття (merge) та перебазування (rebase).

Одним із важливих аспектів використання Git є налаштування правил для комітів і злиття змін. Це дозволяє запобігти конфліктам при злитті і покращує організацію роботи команди. Прикладом цього є практики застосування GitFlow — моделі розгалуження в Git, яка включає стандартні гілки для розробки (develop), нових функцій (feature), виправлень помилок (hotfix) і релізів (release). Такі практики дозволяють студентам на практиці засвоїти принципи роботи з розгалуженими проектами і забезпечити чистоту та організованість їхніх репозиторіїв.

Паралельно з використанням Git, важливим інструментом для командної розробки програмного забезпечення є таск-трекери, які дозволяють організувати роботу над завданнями, відслідковувати прогрес, а також підтримувати ефективну комунікацію між учасниками команди. Таск-трекери, такі як Jira, Trello, Asana, застосовуються для планування задач, визначення пріоритетів та оцінки виконаних робіт.

У процесі навчання студентам важливо знайомити їх з можливістю використання таск-трекерів для управління проектами. Наприклад, в рамках курсових або дипломних робіт студенти можуть створювати проект у Jira, розподіляти задачі між учасниками команди, визначати терміни виконання та відслідковувати їхнє виконання. Завдяки використанню таких інструментів студенти вчаться планувати роботу над проектами, аналізувати етапи виконання та ефективно реагувати на зміну умов чи появу нових вимог.

Практичний приклад використання таск-трекерів можна побачити на прикладі компанії Atlassian, яка є розробником Jira — одного з найпопулярніших інструментів для управління проектами в сфері розробки програмного забезпечення. У компанії Atlassian використовуються власні рішення для організації роботи команд, що дозволяє розробникам з усього світу працювати над спільними проектами без фізичних обмежень. Застосування Jira в

навчальному процесі допомагає студентам ознайомитися з методологіями Agile і Scrum, які активно використовуються в сучасному програмуванні [4].

Найбільшу ефективність у командній розробці програмного забезпечення дає інтеграція Git з таск-трекерами. Ця комбінація дозволяє синхронізувати роботу над завданнями з процесом розробки, що забезпечує прозорість та контроль на всіх етапах виконання проекту. Зокрема, при використанні Git і таск-трекерів з'являється можливість автоматичного оновлення статусу задач в таск-трекері на основі комітів у репозиторії Git.

Наприклад, у Jira є можливість інтегруватися з Git через плагін Bitbucket, що дозволяє автоматично оновлювати статуси задач на основі комітів, а також перевіряти, який код пов'язаний з конкретними завданнями [2, с. 40–46]. Це дає змогу швидко орієнтуватися в поточному стані проекту і ефективно управляти ним.

Ще одним важливим моментом є використання Continuous Integration (CI) та Continuous Deployment (CD) разом з Git та таск-трекерами. Практика CI/CD дозволяє автоматично тестувати зміни в коді та перевіряти їх на предмет наявності помилок, що допомагає зменшити кількість багів і підвищити якість програмного забезпечення. Вона є важливою частиною розробки програмного забезпечення, і студенти мають бути ознайомлені з цими підходами в рамках своєї навчальної практики.

Країни світу активно впроваджують Git і таск-трекери в навчальний процес, що сприяє підвищенню якості підготовки майбутніх фахівців. Наприклад, в університетах США та Європи активно використовують GitHub Classroom для організації проектів. GitHub Classroom дозволяє студентам створювати репозиторії для командної роботи, використовувати Git для контролю версій та інтегрувати цей процес з платформою для оцінювання та тестування результатів. Така практика дозволяє студентам працювати над реальними проектами, отримувати відгуки від викладачів та практикуватися у командній роботі.

Великі технологічні компанії, такі як Google та Microsoft, також активно використовують Git і таск-трекери для організації командної роботи над проектами. Google, зокрема, використовує власну систему контролю версій, яка базується на принципах Git, для розробки програмного забезпечення та забезпечення безперервної інтеграції. Ці компанії використовують цілісні підходи для управління проектами, включаючи автоматизацію багатьох етапів

розробки за допомогою CI/CD, що дозволяє зменшити людський фактор і підвищити ефективність роботи.

Використання Git і таск-трекерів у навчальному процесі є важливою складовою підготовки студентів комп'ютерних спеціальностей. Ці інструменти дозволяють студентам отримати практичні навички командної роботи, управління проектами та використання сучасних методологій розробки програмного забезпечення. Практичні приклади зарубіжних університетів і компаній, що використовують ці інструменти, доводять їхню ефективність у реальних умовах. Залучення студентів до таких технологій вже на етапі навчання забезпечить їм конкурентні переваги на ринку праці та допоможе готуватися до роботи в команді на великих проектних розробках.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Горчинський, С., & Горчинська, К. (2022). ВИКОРИСТАННЯ GITHUB ПРИ ВИВЧЕННІ ДИСЦИПЛІНИ «ОСНОВИ ВЕБ-ТЕХНОЛОГІЙ». Професійна педагогіка, 1(24), 195-202. <https://doi.org/10.32835/2707-3092.2022.24.195-202>
2. Arnautović, A. (2022). Managing project using JIRA software. Serbian Journal of Engineering Management, 7(2), 40–46. <https://doi.org/10.5937/sjem2202040a>
3. Kim, Y., Kim, J., Jeon, H., Kim, Y. H., Song, H., Kim, B., & Seo, J. (2021). Githru: Visual analytics for understanding software development history through git metadata analysis. IEEE Transactions on Visualization and Computer Graphics, 27(2), 656–666. <https://doi.org/10.1109/TVCG.2020.3030414>
4. Schwaber, K., Sutherland, J. (2020). The Scrum Guide. Режим доступу: <https://scrumguides.org/docs/scrumguide/v2020/2020-Scrum-Guide-US.pdf>
5. Yang, W., Zhang, C., Pan, M., Xu, C., Zhou, Y., & Huang, Z. (2022). Do Developers Really Know How to Use Git Commands A Large-scale Study Using Stack Overflow. ACM Transactions on Software Engineering and Methodology, 31(3). <https://doi.org/10.1145/3494518>

*Г. А. Мірзоєва*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ЗАСТОСУВАННЯ ІНТЕРАКТИВНИХ ПЛАТФОРМ ТА НАВЧАЛЬНИХ ЗАСТОСУНКІВ У ЗАКРІПЛЕННІ ЛЕКСИКО- ГРАМАТИЧНОЇ СКЛАДОВОЇ ЧАСТИНИ УРОКУ У ШКОЛЯРІВ ПОЧАТКОВОЇ ЛАНКИ ОСВІТИ НА УРОЦІ АНГЛІЙСЬКОЇ МОВИ**

Бути вчителем у цифрову добу – це навчати навичок майбутнього вже  
сьогодні.

*Дженіфер Флемінг, California State University*

В умовах сьогодення, активного розвитку цифрових технологій та зміни підходів до навчання зростає потреба у використанні інтерактивних платформ та навчальних застосунків на уроках англійської мови, особливо в початковій школі. Вони не лише урізноманітнюють освітній процес, але й сприяють кращому засвоєнню лексико-граматичного матеріалу учнями молодшого шкільного віку.

Використання таких інструментів значно покращує психо-емоційне налаштування учнів, покращує настрій, сприймаються як гра [2], а одже свідчить про високу мотивацію та залученість у процесі навчання.

Одним із ефективних інструментів у викладанні англійської мови є платформи Quizlet, LearningApps, Wordwall, Kahoot, які дозволяють в інтерактивній формі закріпити як лексику, так і граматику. Власний досвід роботи в початкових класах за програмою Quick Minds показує, що інтерактивні завдання значно підвищують мотивацію учнів та знижують рівень тривожності при виконанні мовленнєвих вправ [5].

Застосування цифрових інструментів відповідає ключовим вимогам Державного стандарту початкової освіти щодо формування ІК-компетентностей та розвитку комунікативних навичок.

### Порівняльна характеристика активності учнів до та після впровадження інтерактивних платформ

| Вид діяльності                      | До впровадження | Після впровадження |
|-------------------------------------|-----------------|--------------------|
| Активна участь на уроці             | 45%             | 85%                |
| Використання англійської у мовленні | 30%             | 75%                |
| Виконання домашніх завдань          | 60%             | 90%                |

\*Дані отримані на основі умовного педагогічного спостереження в 2–4 класах.

Так, у 2–4 класах було проведено серію уроків з використанням вищезгаданих платформ. Наприклад, використання Wordwall дало змогу створити вправи на співвіднесення слів із зображеннями, що сприяє запам'ятовуванню нових лексичних одиниць. Застосування Quizlet у режимі гри допомогло повторити форми дієслів та структури Present Simple у привабливій формі. Учні активно взаємодіяли з матеріалом, що свідчить про ефективність таких інструментів у формуванні стійких граматичних навичок.

Залучення платформ Kahoot та LearningApps також дало позитивний результат [3, с. 87]. Учні не лише конкурували між собою, але й навчалися в команді, що посилювало соціальну складову навчання. Всі вправи підбиралися відповідно до змісту підручника Quick Minds та тематики уроків.

| Порівняльна таблиця інтерактивних платформ |                                                              |                                                     |                                               |
|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| Платформа                                  | Основні функції                                              | Переваги для початкової школи                       | Приклад використання                          |
| Quizlet                                    | Картки, тести, вправи на відповідність                       | Ігрова подача, тренування лексики, індивідуалізація | Повторення лексики за темою «Тварини»         |
| Wordwall                                   | Ігри, пазли, хмари слів, класифікація                        | Яскраво, інтерактивно, легко адаптувати до теми     | Гра «Whack-a-mole» з неправильними дієсловами |
| Kahoot!                                    | Вікторини в реальному часі                                   | Змагальний елемент, миттєвий зворотний зв'язок      | Онлайн-вікторина після теми «My Family»       |
| LearningApps                               | Різноманітні шаблони вправ (випадкові пари, тести, ланцюжки) | Простота створення, український інтерфейс           | Вправа на співставлення слів і зображень      |



|                |                            |                                                       |                                              |
|----------------|----------------------------|-------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| Liveworksheets | Інтерактивні робочі аркуші | Аудіо, відео, візуальна підтримка, практичні завдання | Граматичні вправи у форматі PDF з перевіркою |
|----------------|----------------------------|-------------------------------------------------------|----------------------------------------------|

Таким чином, інтеграція сучасних цифрових ресурсів в освітній процес початкової школи є необхідною умовою формування комунікативної компетентності учнів [4]. Такі технології не лише сприяють ефективному закріпленню лексико-граматичного матеріалу, а й формують позитивне ставлення до вивчення англійської мови.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бикова І. В. Сучасні інформаційно-комунікаційні технології в освіті: навч. посіб. – К.: Центр учбової літератури, 2018. – 216 с.
2. Гусарова Н. В. Інтерактивні технології на уроках англійської мови в початковій школі // Іноземні мови в школах України. 2020. №2. С. 12–16.
3. Науменко С. В. Мультимедійні засоби у вивченні іноземних мов. Х.: Основа, 2019. 144 с.
4. Чекаль Г. В. Методика навчання англійської мови в початковій школі. – К.: Видавничий дім «Слово», 2021. 208 с.
5. Cambridge University Press. Quick Minds Teacher's Guide. Cambridge: CUP, 2017.

**Ю.В. Молчанов**

Мелітопольський

державний педагогічний  
університет імені Богдана  
Хмельницького

### ПРОФЕСІЙНІ КОМПЕТЕНЦІЇ ІТ-ФАХІВЦІВ ТА ЇХ ЗВ'ЯЗОК ІЗ МАШИНИМ НАВЧАННЯМ

Сучасний етап розвитку інформаційних технологій характеризується стрімким зростанням ролі машинного навчання (ML) у всіх сферах ІТ-індустрії. Машинне навчання (ML) стає ключовою технологією, що визначає прогрес у багатьох галузях, від медицини та фінансів до промисловості та розваг. В умовах

такої динаміки зростає потреба у висококваліфікованих ІТ-фахівцях, які володіють не лише традиційними знаннями та навичками, але й глибоким розумінням принципів та інструментів ML. Машинне навчання трансформує традиційні підходи до розробки програмного забезпечення, аналізу даних та вирішення складних задач, що потребує від ІТ-фахівців формування нових професійних компетенцій. У цих тезах розглядається структура професійних компетенцій ІТ-фахівців, їх взаємозв'язок із технологіями машинного навчання, а також виклики, пов'язані з адаптацією до нових вимог ринку праці.

### 1. Професійні компетенції ІТ-фахівців: сучасний контекст

Професійні компетенції ІТ-фахівців охоплюють набір знань, умінь і навичок, необхідних для виконання професійних завдань. Згідно з дослідженнями, ключовими компетенціями сучасного ІТ-фахівця є: технічні навички (програмування, адміністрування систем, аналіз даних), софт-скіли (комунікація, командна робота, вирішення проблем) та аналітичне мислення. З появою машинного навчання до цього переліку додаються нові вимоги, такі як розуміння алгоритмів ML, робота з великими даними (Big Data) та використання спеціалізованих інструментів, таких як TensorFlow, PyTorch або Scikit-learn.

Машинне навчання впливає на професійні компетенції через автоматизацію рутинних задач, що змушує ІТ-фахівців переорієнтовуватися на більш складні та творчі аспекти роботи. Наприклад, розробники програмного забезпечення дедалі частіше використовують ML для створення адаптивних інтерфейсів, а аналітики даних застосовують алгоритми класифікації та прогнозування для обробки великих обсягів інформації [1, с. 42].

### 2. Машинне навчання як ключовий елемент ІТ-компетенцій

Машинне навчання є міждисциплінарною галуззю, що поєднує програмування, математику (зокрема лінійну алгебру, теорію ймовірностей і статистику) та інженерію даних. Для ІТ-фахівців, які працюють із ML, необхідні такі компетенції:

Технічні навички: знання мов програмування (Python, R), бібліотек ML (Keras, Pandas), а також інструментів для обробки даних (SQL, Hadoop).

Математична підготовка: розуміння основних алгоритмів ML, таких як лінійна регресія, дерева рішень, нейронні мережі.

Інженерія даних: вміння очищати, нормалізувати та структурувати дані для навчання моделей.

Етичні аспекти: усвідомлення проблем упередженості алгоритмів та відповідального використання ML.

Ці компетенції формуються через поєднання формальної освіти, самоосвіти та практичного досвіду. Наприклад, фахівець із ML повинен не лише розробити модель, але й оцінити її ефективність, використовуючи метрики, такі як точність (accuracy), F1-score або AUC-ROC.

### 3. Виклики у формуванні компетенцій для роботи з машинним навчанням

Незважаючи на зростаючу популярність машинного навчання, IT-фахівці стикаються з низкою викликів:

Швидка зміна технологій. Нові бібліотеки, фреймворки та алгоритми з'являються щороку, що вимагає від фахівців постійного навчання.

Нестача практичного досвіду. Освітні програми часто зосереджені на теорії, а практичні навички формуються лише під час роботи над реальними проектами.

Високий поріг входу. Для роботи з ML потрібні глибокі знання математики та програмування, що може бути бар'єром для новачків.

Етичні та правові питання. Використання ML у таких сферах, як розпізнавання облич або обробка персональних даних [2, с. 112], потребує дотримання етичних стандартів і законодавства.

Для подолання цих викликів необхідно розвивати гнучкі освітні програми, які поєднують теоретичну підготовку з практичними кейсами, а також сприяти обміну досвідом між фахівцями через професійні спільноти.

### 4. Роль машинного навчання в трансформації IT-професій

Машинне навчання не лише додає нові компетенції, але й трансформує традиційні IT-професії. Наприклад:

Розробники програмного забезпечення дедалі частіше інтегрують ML-моделі у свої продукти [3, с. 87], що вимагає знань у галузі DevOps та MLOps (Machine Learning Operations).

Аналітики даних переходять від традиційних методів аналізу до використання ML для прогнозного моделювання та автоматизації звітності [4, с. 63].

Спеціалісти з кібербезпеки застосовують ML для виявлення аномалій і прогнозування кібератак.

Ця трансформація вимагає від IT-фахівців міждисциплінарного підходу, який поєднує технічні, аналітичні та комунікативні навички.

### 5. Перспективи розвитку компетенцій IT-фахівців

Для адаптації до вимог ринку праці IT-фахівцям необхідно:

Постійно оновлювати знання через онлайн-курси, сертифікації (наприклад, Google Professional Machine Learning Engineer) та участь у хакатонах.

Розвивати софт-скіли, зокрема критичне мислення та вміння працювати в команді, оскільки проекти з ML зазвичай є міждисциплінарними.

Ознайомлюватися з етичними аспектами ML, щоб уникнути упередженості моделей і забезпечити їх відповідність законодавству.

Освітні установи також повинні адаптувати навчальні програми, додаючи курси з ML, MLOps та етики даних. Компанії, зі свого боку, можуть інвестувати в програми підвищення кваліфікації та створювати внутрішні лабораторії для експериментів із ML.

**Висновки:**

Машинне навчання кардинально змінює професійний ландшафт ІТ-індустрії, вимагаючи від фахівців нових компетенцій і гнучкості. Успішна інтеграція ML у професійну діяльність залежить від поєднання технічних навичок, математичної підготовки, етичної відповідальності та здатності до безперервного навчання. Подолання викликів, пов'язаних із формуванням цих компетенцій, потребує спільних зусиль освітніх установ, компаній і самих ІТ-фахівців. У майбутньому роль ML в ІТ лише зростатиме, що робить розвиток відповідних компетенцій стратегічно важливим завданням.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Рассел, С. Штучний інтелект: сучасний підхід, 4 видання. Том 3. навчання, сприйняття та дія / С. Рассел, П. Норвіг. – Київ: Видавництво «К.І.С.», 2022. – 640 с.
2. Гарріс Д. Машинне навчання: нові горизонти ІТ. – Л.: Наук. вид., 2024. – 320 с.
3. Гудфеллоу І., Бенджио Й., Курвіль А. Глибоке навчання. – Х.: Техліт, 2022. – 512 с.
4. Норвіг П. Штучний інтелект: сучасний підхід. – Х.: Наук. вид., 2022. – 1152 с.

*Е. Г. Муртазієв,  
Д. Ю. Христовой*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет імені  
Богдана Хмельницького

## **СИНЕРГІЯ ЦИФРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ ТА НАУКОВО- ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА**

У ХХІ столітті цифрові технології стали фундаментом для глибоких трансформацій у всіх сферах людської діяльності, зокрема в освіті та науці. Цифрова епоха породжує нові виклики та водночас відкриває широкі горизонти для вдосконалення освітнього процесу, наукових досліджень і взаємодії між учасниками освітнього середовища. Синергія цифрових інструментів і традиційних освітніх та наукових практик формує нову якість знання, нові формати комунікації, співпраці та пізнання. Це не просто поєднання технологій і освіти, а їхня взаємна трансформація, що сприяє створенню інноваційного середовища з високим потенціалом розвитку [4, с. 32].

Однією з ключових тенденцій цифрової трансформації є широке впровадження інформаційно-комунікаційних технологій (ІКТ) в освітній процес. Це охоплює не лише дистанційне навчання, але й гейміфікацію, адаптивні платформи з використанням штучного інтелекту, інтерактивні віртуальні лабораторії, доповнену та віртуальну реальність [1; 3, с. 2]. Такі інструменти суттєво змінюють роль викладача - з джерела знань він перетворюється на фасилітатора освітнього процесу, який супроводжує студента у його індивідуальній освітній траєкторії. Студенти, у свою чергу, отримують можливість більш гнучко, персоналізовано й активно засвоювати матеріал, що підвищує мотивацію та якість навчання. Цифрові середовища підтримують розвиток навичок самостійного навчання, цифрової гігієни, медіаграмотності та відповідального ставлення до інформаційного контенту [2, с. 5].

Цифровізація науки розширює горизонти дослідницької діяльності. Хмарні обчислення, великі дані, машинне навчання, засоби колективної роботи на онлайн-платформах дають змогу швидко аналізувати великі обсяги інформації, створювати моделі складних процесів, проводити міждисциплінарні дослідження та забезпечувати відкритий доступ до результатів. Відкриті наукові платформи (open science), репозитарії та цифрові бібліотеки забезпечують

глобальний обмін знаннями та результатами досліджень, посилюючи інтернаціоналізацію науки та створюючи умови для більшої прозорості й відтворюваності наукових результатів. Сьогодні науковці з різних країн мають змогу працювати разом у реальному часі, обмінюватися даними миттєво, використовуючи цифрові інструменти колаборації. Це пришвидшує темпи відкриттів і розширює межі наукового пошуку.

Значну роль у цифровому перетворенні науково-освітнього середовища відіграють платформи з підтримкою штучного інтелекту. Вони не тільки дозволяють автоматизувати частину рутинних завдань (перевірка робіт, оцінювання, рекомендації щодо матеріалів), а й сприяють глибшому аналізу навчального прогресу кожного здобувача освіти, виявленню його сильних і слабких сторін, побудові індивідуалізованих навчальних траєкторій. У науці такі технології прискорюють пошук закономірностей, генерують гіпотези та сприяють обробці складних наборів даних у фізиці, біології, економіці тощо. AI-платформи здатні не лише підтримувати дослідників у зборі й обробці даних, а й відігравати роль повноцінного інструменту наукового передбачення. Зокрема, у медичній галузі штучний інтелект вже допомагає у виявленні закономірностей, що були б непомітні традиційними методами.

Окремої уваги заслуговує концепція STEAM-освіти (наука, технології, інженерія, мистецтво, математика), яка у цифрову епоху отримує нове дихання. Завдяки цифровим технологіям реалізується проєктне навчання, інтеграція предметів, залучення до реального наукового дослідження вже на рівні середньої чи вищої освіти. Учні й студенти стають не просто споживачами знань, а активними їх творцями. Віртуальні лабораторії, симуляції, 3D-моделювання, Arduino-платформи, цифрові мікроскопи дозволяють експериментувати, конструювати, аналізувати й презентувати результати в інтерактивній формі. STEAM-підхід розвиває критичне мислення, креативність, командну роботу та навички розв'язання проблем - компетентності, що є ключовими у цифрову добу.

Разом із позитивними аспектами цифровізації постають і нові виклики. Насамперед ідеться про цифрову нерівність — доступ до якісного інтернету, сучасних пристроїв, цифрових компетентностей є нерівномірним у різних регіонах та соціальних групах. Це породжує ризик посилення освітньої нерівності замість її подолання. Також важливим є питання цифрової безпеки, етики використання штучного інтелекту, захисту персональних даних. У цьому контексті особливу роль відіграє цифрова грамотність усіх учасників освітнього процесу, включаючи викладачів, дослідників, студентів і навіть батьків.

Необхідно формувати не лише технічні навички, а й критичне мислення, здатність до усвідомленої взаємодії з інформацією, розуміння принципів роботи цифрових інструментів. Інституції повинні не тільки впроваджувати технології, а й формувати етичні й соціально відповідальні підходи до їх використання.

Іншим викликом є збереження гуманітарної складової в цифровому середовищі. Освіта і наука мають не лише технічне, а й глибоке гуманістичне підґрунтя. У процесі цифровізації важливо не втратити цінності відкритого діалогу, етичної відповідальності, особистісного зростання. Саме поєднання високих технологій із гуманістичною парадигмою освіти й науки дає змогу досягти справжньої синергії.

Успішна інтеграція цифрових технологій в освітньо-науковий простір потребує системного підходу: оновлення змісту освіти, створення цифрової інфраструктури, підвищення кваліфікації педагогічних і наукових кадрів, розробки нормативно-правової бази, що регулює цифрову взаємодію в навчальному й науковому процесах. Потрібна також тісна співпраця між закладами освіти, науковими установами, державними структурами, бізнесом і технологічними компаніями для створення сталого цифрового екосередовища. Успішні кейси цифрової трансформації освіти у світі свідчать про важливість довгострокової стратегії, політичної волі та широкого залучення усіх зацікавлених сторін. Інвестиції у цифрову освіту - це інвестиції в людський капітал, інтелектуальний потенціал та стійкий розвиток. Особливої уваги заслуговує розвиток цифрової інфраструктури у сільських територіях, що дасть змогу реалізувати принцип рівного доступу до якісної освіти незалежно від місця проживання. Усі ці чинники разом створюють основу для побудови інклюзивного, інноваційного та відкритого науково-освітнього простору.

Таким чином, синергія цифрових технологій та науково-освітнього середовища - це не лише тренд, а й необхідність сучасного світу. Вона відкриває нові можливості для якісного навчання, ефективних наукових досліджень, міждисциплінарної співпраці й глобального обміну знаннями. За умови відповідального підходу до цифрової трансформації можна не лише зберегти, а й примножити гуманістичну сутність освіти й науки, зробити їх більш доступними, інноваційними та впливовими у формуванні майбутнього суспільства знань.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Заболотна О. Розвиток альтернативної освіти у постмодерний період: методологічний аспект. *Порівняльно-педагогічні студії*. 2013. № 1. DOI: <https://doi.org/10.31499/2306-5532.1.2011.18511>
2. Лучанінова О. П. Дистанційне навчання як світовий освітній тренд: реалії та перспективи для ЗВО України. *Імідж сучасного педагога*. 2022. № 1 (202). С. 5-10. DOI: [https://doi.org/10.33272/2522-9729-2022-1\(202\)-5-10](https://doi.org/10.33272/2522-9729-2022-1(202)-5-10)
3. Мар'єнко М. В., Сухих А. С. Методика використання цифрових технологій у процесі змішаного навчання в закладах загальної середньої освіти. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*. 2022. № 4 (1). С. 1-6. DOI: <https://doi.org/10.37472/v.naes.2022.4111>
4. Росток М. Л. Інформаційно-аналітичний супровід підготовки наукових кадрів: трансдисциплінарний підхід. *Імідж сучасного педагога*. 2022. № 1(202). С. 31-36. DOI: [https://doi.org/10.33272/2522-9729-2022-1\(202\)-31-36](https://doi.org/10.33272/2522-9729-2022-1(202)-31-36)

**К.І. Подзігун**

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## ІНТЕГРАЦІЯ СИМУЛЯЦІЙНОГО НАВЧАННЯ У ПІДГОТОВКУ ОПЕРАТОРІВ ЧПК-ОБЛАДНАННЯ В УМОВАХ ЦИФРОВОЇ ТРАНСФОРМАЦІЇ ОСВІТИ

Сучасний етап розвитку освіти позначений активною цифровою трансформацією, що охоплює всі рівні освітньої системи, зокрема й професійну (професійно-технічну) освіту. Цифрові технології відіграють ключову роль у модернізації змісту навчання, організації освітнього процесу та формуванні нових підходів до професійної підготовки фахівців робітничих спеціальностей [4, с. 18]. Особливого значення це набуває в умовах індустрії 4.0, де цифрові навички стають необхідною складовою професійної компетентності.

Одним із найбільш затребуваних напрямів професійної підготовки в контексті цифрової економіки є підготовка операторів верстатів з числовим програмним керуванням (ЧПК). Це спеціальність, що вимагає поєднання глибоких технічних знань, практичних навичок програмування та вміння



працювати в автоматизованих виробничих середовищах [1, с. 27]. Ефективне навчання таких фахівців потребує інноваційних підходів, серед яких особливе місце займає симуляційне навчання.

Сучасна система професійної освіти стрімко трансформується під впливом цифрових технологій, що вимагає адаптації змісту, форм і методів навчання до потреб високотехнологічного виробництва. Зокрема, підготовка майбутніх операторів верстатів з числовим програмним керуванням (ЧПК) потребує впровадження інноваційних педагогічних підходів, здатних забезпечити формування практичних навичок без використання реального обладнання на початкових етапах навчання [2, с. 51].

Одним із перспективних напрямів цифрової трансформації професійної освіти є використання симуляційного навчання. Симуляційні моделі виробничих процесів дозволяють створити віртуальне навчальне середовище, яке максимально наближене до умов реального виробництва [3, с. 77]. Такі моделі відтворюють типові ситуації, помилки та сценарії роботи на ЧПК-обладнанні, надаючи можливість здобувачам освіти безпечно відпрацьовувати дії, що вимагають високої точності та відповідальності.

Прикладом ефективного використання симуляційних засобів є застосування програмного забезпечення типу Sinutrain (Siemens), FANUC Simulation Software або Virtual Machine Simulation (Heidenhain), які дозволяють імітувати роботу реальних верстатів з ЧПК [5, с. 112]. У рамках навчального курсу здобувачі можуть створювати програмні коди G-коду, виконувати їх симуляцію та аналізувати результати без ризику пошкодження дороговартісного обладнання.

Запровадження симуляційного навчання має низку переваг: підвищення мотивації до навчання, зниження витрат на використання обладнання, можливість багаторазового відтворення виробничих процесів, автоматизований контроль результатів [1, с. 83]. Водночас ефективність такого підходу залежить від якості створених моделей, їх інтерактивності, а також методичної підтримки з боку педагогів [4, с. 20].

Методика впровадження симуляційного навчання у професійну підготовку майбутніх операторів ЧПК-обладнання включає кілька ключових етапів:

1. Аналітичний етап — визначення потреб навчального процесу, аналіз освітніх стандартів і компетентностей, які необхідно сформувати

2. Проектувальний етап — підбір або створення відповідного програмного забезпечення, розробка типових сценаріїв, кейсів та дидактичних матеріалів.

3. Реалізаційний етап — проведення навчання із використанням симуляційних моделей, супровід інструктором, застосування інтерактивних завдань.

4. Оцінювально-коригувальний етап — аналіз результатів навчання, опитування здобувачів, порівняння з контрольними групами, удосконалення методики.

На практиці здобувачі спочатку опановують інтерфейс симуляційного середовища, навчаються базовим командам та принципам роботи верстатів. Наприклад, на початковому етапі пропонуються завдання з переміщення інструмента по координатах, визначення точок нуля, базових операцій точіння. Далі йде програмування типових технологічних операцій із використанням G-кодів, перевірка їх на наявність помилок та моделювання траєкторій руху інструмента [5, с. 145]. На завершальному етапі здобувачі створюють власні виробничі завдання, моделюють повний процес обробки деталі, включаючи вибір інструменту, контроль розмірів, аналіз часу обробки тощо.

Результати дослідження свідчать про високу ефективність симуляційного навчання. Експериментальна група, в якій було впроваджено методику, показала значно кращі результати за такими критеріями: розуміння принципів роботи ЧПК, точність програмування, швидкість виконання завдань, самостійність прийняття рішень [1, с. 91]. За даними анкетування, 87 % здобувачів вважають симуляційне навчання більш ефективним, ніж традиційні лабораторні заняття, а понад 90 % змогли самостійно виявити та виправити помилки у своїх програмах [4, с. 22].

Таким чином, симуляційне навчання є не лише засобом формування професійних умінь, а й важливим елементом цифрової трансформації освітнього процесу. Воно дозволяє адаптувати підготовку фахівців до вимог сучасного виробництва, забезпечити якість та безпеку навчання, а також підвищити загальну конкурентоспроможність випускників. Подальші дослідження можуть бути спрямовані на створення адаптивних інтелектуальних систем навчання з елементами штучного інтелекту, що враховують індивідуальні особливості здобувачів освіти.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Васильєв О.М. Підготовка операторів верстатів з ЧПК: теорія і практика. — К.: Наука, 2020. — 224 с.
2. Гончаренко С.У. Освітні технології у професійній підготовці. — Харків: Основа, 2019. — 198 с.
3. Дрозд В.Т. Моделювання виробничих процесів: навчальний посібник. — Львів: ЛНТУ, 2021. — 240 с.
4. Ковальчук І.В. Цифровізація професійної освіти: виклики і перспективи. // Професійна освіта. — 2023. — № 4. — С. 17–23.
5. Smith J. Simulation-Based Learning in Technical Education. — London: Routledge, 2022. — 212 p.

***О. Ю. Чорний***

Мелітопольський державний  
педагогічний університет імені  
Богдана Хмельницького

## ІІІ-ГРАМОТНІСТЬ ЯК ПЕРЕДУМОВА КОМПЕТЕНТНОСТІ З ВПРОВАДЖЕННЯ СИСТЕМ ГЕНЕРАТИВНОГО ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ

Сучасні системи генеративного штучного інтелекту (ГШІ) є, безумовно, складними інформаційними технологіями (ІТ). Застосування таких систем на рівні користувача, а тим більше їх впровадження в існуючі програмні продукти – це складна задача. Вона вимагає розуміння не тільки можливостей систем ГШІ, але й, що більш важливо, їх обмежень. Чи не найкраще дослідити особливості систем ГШІ можна використовуючи їх для навчання і виконання практичних завдань. Так, група дослідників із Сінгапуру [4, с. 32] виявили, що “студенти, які ставили питання щодо фундаментальних концепцій і просили більше прикладів у ШІ-асистента, мали значні навчальні здобутки”.

Якщо ж практична задача полягає в додаванні нової функції до існуючого програмного продукту, наприклад, додавання функції резюмування новин на новинний портал, то інженер-програміст може попросити чат-бота ChatGPT від OpenAI пояснити, як саме така задача вирішується. У результаті спілкування з ботом – повністю сформулювати запит до REST API OpenAI для її вирішення.

Наведений приклад підкреслює особливість компетентності з впровадження систем ГШІ, а саме її *“рекурсивну” природу*. Тобто системи ШІ (їх впровадження) є й ціллю розробки, й інструментом навчання та розробки.

Оскільки ГШІ може і має бути використаний на всіх етапах опанування знань щодо його впровадження в програмні системи, набуття компетентності має відбуватися за такою схемою:

1. Набуття загальної *компетентності з використання ГШІ*:
  - а. під час навчання бакалаврів комп'ютерних наук, для сприяння самостійності у навчанні [7];
  - б. під час впровадження систем ГШІ, для допомоги на всіх етапах розробки програмного забезпечення;
2. Набуття спеціалізованої *компетентності з впровадження систем ГШІ* для побудови програмної системи, що задовольняє заданим вимогам.

Компетентність з використання ГШІ є частиною загальної ШІ-компетентності, яка, у свою чергу спирається на ШІ-грамотність. Отже, висока ШІ-грамотність є передумовою ефективного набуття студентами спеціалізованої компетентності з впровадження ГШІ.

Акт про ШІ, ухвалений Європейським парламентом, у статті 3, абзаці 56 визначає ШІ-грамотність (англ. *AI Literacy*) як “навички, знання та розуміння, які дозволяють постачальникам, впроваджувачам та особам, на яких впливають системи ШІ, здійснювати обґрунтоване впровадження систем ШІ, а також усвідомлювати можливості й ризики, пов’язані з ШІ, і потенційну шкоду, яку він може спричинити” [2]. Більш адаптовану до освітнього процесу версію поняття надають МОН та МінЦифри: ШІ-грамотності – розуміння учасниками освітнього процесу основних принципів відповідального застосування систем штучного інтелекту, володіння навичками розпізнавання, коли використовується ШІ, усвідомлення його обмежень та ризиків, пов’язаних з його невідповідальним використанням [1, с. 4].

Необхідність набуття ШІ-грамотності навіть закріплена законодавчо у статті 4 Акта про ШІ, яка вимагає постачальників та розробників систем ШІ вживати заходів для забезпечення достатнього рівня ШІ-грамотності свого персоналу та інших осіб, які займаються експлуатацією та використанням таких систем. Подібні правила від ЄС є відображенням настроїв у бізнес-середовищі: згідно з Щорічним звітом про тенденції у сфері праці від Microsoft [6] 66% керівників компаній не наймали б працівників без ШІ навичок, а 71% керівників

більш вірогідно наймуть працівників з меншим досвідом, але з ІІІ навичками, ніж працівників з більшим досвідом, але без таких навичок.

Проблема полягає в тому, що базова ІІІ-грамотність уже не задовольняє вимог сучасного ринку: потрібна ІІІ-грамотність вищого порядку, що охоплює розуміння принципів роботи алгоритмів, етичних норм, регуляторних рамок і способів взаємодії з ІІІ. Саме тому візія Рамки компетентностей з ІІІ для студентів від ЮНЕСКО іде далі базової ІІІ-грамотності й має на меті “надати студентам можливість стати не лише вмілими та відповідальними користувачами ІІІ, а й активними учасниками розвитку більш інклюзивних та сталих систем ІІІ” [8]. Крім того, виникає необхідність у *спеціалізованій грамотності з генеративного ІІІ* (ГІІІ-грамотність) [3, с. 2]. Це обумовлено такими чинниками:

1. Функціональність генерування нового контенту вимагає розуміння того, що ГІІІ може і не може робити в порівнянні з іншими ІІІ-інструментами (наприклад, предиктивним ІІІ (англ. *Predictive AI*)).
2. Трансдисциплінарність ГІІІ впливає на такі галузі знань як письменництво, дизайн та наукові дослідження. Це вимагає усвідомлення того, як такі системи працюють, щоб отримати результат, що є узгодженим, послідовним і креативним.
3. Результати роботи систем ГІІІ гостро підіймають питання авторства, прав власності та оригінальності. Тому розуміння систем ГІІІ має включати етичні міркування щодо їхнього застосування.
4. Широка доступність і зручність ІІІ-інструментів обумовлює необхідність набуття ІІІ-грамотності широкою громадськістю.

Ефективним способом набуття ІІІ-грамотності вищого порядку та спеціалізованої ГІІІ-грамотності бакалаврами комп’ютерних наук є залучення здобувачів закладів вищої освіти (ЗВО) до створення й вдосконалення власних генеративних ІІІ-асистентів. Перехід від простої взаємодії з навчальними ботами до розробки й критичного оцінювання власних застосунків відповідає найвищим рівням таксономії Блума: “оцінювання” та “синтез”. Наприклад, дослідники з Наньянського технологічного університету Сінгапуру пропонують відкрити студентам доступ до конструктора ГІІІ застосунків. У такий спосіб викладачі дають студентам можливість на практиці освоїти принципи роботи ГІІІ, випробувати методи підвищення якості результатів (конструювання підказок (англ. *prompt engineering*), генерація з доповненням через пошук (англ. *Retrieval-Augmented Generation, RAG*), використання графів знань), провести

експерименти з продуктивністю та етичними аспектами, а також отримати зворотний зв'язок від факультету. Це створює модель взаємодії «студент як партнер», що не лише поглиблює компетентності здобувачів освіти, а й забезпечує спільне навчання викладачів разом зі студентами [5]. Подібні приклади ще раз підкреслюють рекурсивну природу компетентності з впровадження систем ГШІ, коли сам процес отримання навичок ШІ-грамотності вищого порядку і є першими кроками з впровадження.

Глобальні тренди й національні стратегії (зокрема, ЄС, ЮНЕСКО, Мінцифри України) визнають необхідність підвищувати рівень підготовки фахівців у галузі ШІ. ШІ-грамотність виступає ключовим чинником успішного впровадження генеративного штучного інтелекту, оскільки об'єднує в собі як технічне розуміння, так і етико-правові аспекти. Тому в освітні програми ЗВО (особливо з підготовки бакалаврів комп'ютерних наук) потрібно включати освітні компоненти для набуття ШІ-грамотності вищого порядку, модулі для вивчення технології генеративного ШІ, а також потрібно заохочувати використання інструментів ГШІ в освітньому процесі ЗВО, враховуючи нормативні аспекти та етичні норми, запроваджені національними та міжнародними структурами.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Інструктивно-методичні рекомендації щодо запровадження та використання технологій штучного інтелекту в закладах загальної середньої освіти: проект Міністерства освіти і науки України та Міністерства цифрової трансформації України. Київ, 2024. URL: <https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/news/2024/05/21/Instruktyvno.metodychni.rekomendatsiyi.shcho.do.SHI.v.ZZSO-22.05.2024.pdf> (дата звернення 16.04.2025).
2. Регламент (ЄС) № 2024/1689 Європейського Парламенту та Ради від 13 червня 2024 року про встановлення гармонізованих правил щодо штучного інтелекту та внесення змін до деяких законодавчих актів ЄС. (Artificial Intelligence Act). *Офіційний журнал ЄС*, L 2024/1689, 12.07.2024. URL: <https://eur-lex.europa.eu/eli/reg/2024/1689/oj/eng> (дата звернення 16.04.2025).
3. Annapureddy R., Fornaroli A., Gatica-Perez D. Generative AI Literacy: Twelve Defining Competencies. *Digital Government: Research and Practice*. 2025. Vol. 6, No. 1. – Article 13. – 21 c. DOI: <https://doi.org/10.1145/3685680>.
4. Lai J. W., Qiu W., Thway M., Zhang L., Jamil N. B., Su C. L., Ng S. S. H., Lim F. S. Leveraging Process-Action Epistemic Network Analysis to Illuminate

Student Self-Regulated Learning with a Socratic Chatbot. *Journal of Learning Analytics*. 2025. Vol. 12, No. 1. p. 32–49. DOI: <https://doi.org/10.18608/jla.2025.8549>.

5. Lim F.S. What does age-appropriate AI literacy look like in higher education. *Times Higher Education*. 2025. URL: <https://www.timeshighereducation.com/campus/what-does-age-appropriate-ai-literacy-look-higher-education> (дата звернення 16.04.2025).

6. Microsoft Corporation, LinkedIn Corporation. 2024 Work Trend Index: AI at Work Is Here. Now Comes the Hard Part: веб-сайт. URL: <https://news.microsoft.com/annual-wti-2024/> (дата звернення 16.04.2025).

7. Shao Y., Yao X. Using AI to foster self-directed learning. *Times Higher Education*. 2025. URL: <https://www.timeshighereducation.com/campus/using-ai-foster-selfdirected-learning> (дата звернення 17.04.2025).

8. F. Miao, K. Shiohira, N. Lao. AI competency framework for students. Париж: ЮНЕСКО, 2024. 80 с. DOI: <https://doi.org/10.54675/JKJB9835>.

УДК 37.091.33:51:005.342

**ІННОВАЦІЙНІ МЕТОДИ НАВЧАННЯ ТА МАТЕМАТИКА***Д.О. Волкова, В.Г. Фоменко*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

**ДОСЛІДЖЕННЯ СПЕКТРА ПІВНЕСКІНЧЕНОЇ СТРУНИ**

Класичною задачею спектральної теорії звичайних диференціальних операторів є характеристика спектра оператора залежно від поводження коефіцієнтів диференціального виразу, який породжує оператор [2].

Різноманіття наявних результатів відображають, наприклад, відомі монографії І. М. Глазмана [1], М. А. Наймарка [4] та А. Zettl [7]. Особливий інтерес становлять питання про дискретність спектра і асимптотичне поводження власних значень сингулярних диференціальних операторів [3].

Перші результати, пов'язані з якісним дослідженням спектра оператора Штурма-Ліувілля в залежності від поводження потенціалу, були отримані ще на початку ХХ-го століття Германом Вейлем. Подальші дослідження в цьому напрямку були стимульовані бурхливим розвитком квантової механіки [6].

Сингулярна крайова задача з диференціальним оператором Штурма-Ліувілля загального вигляду, якщо оператор напівобмежен, завжди може бути перетворена за допомогою відомих підстановок в відповідну крайову задачу для струни. Задача щодо знаходження власних частот струни густини  $\rho = \rho(x)$  зводиться до звичайного диференціального рівняння з відповідними умовами на межі [5].

Робота присвячена якісному дослідженню спектра диференціального оператора, пов'язаного з крайовою задачею для півнескінченної неоднорідної струни густини  $\rho(x)$ , який породжується виразом:  $-1/\rho y''$ . Але характер спектра цього оператора досліджується не за його коефіцієнтом  $\rho(x)$ , який у цій постановці вважається невідомим, а за межевими даними асоційованої динамічної оберненої задачі.

В роботі за даними динамічної оберненої задачі для струни на півосі сформульована та доказана теорема, яка визначає достатню умову дискретності



спектра півнескінченної (сингулярної) струни з певним асимптотичним поведінням власних значень в нескінченності.

Ця достатня умова може бути корисною для дослідження спектра оператора, якщо відомою є інформація (реакція) тільки на кінці струни. Основним інструментом є хвилі, які створюються на кінці, поширюються вздовж струни та приносять інформацію про динамічну систему на межу.

Використовується ВС-метод (Boundary Control method) – підхід до обернених задач, ґрунтований на їх зв'язку з теорією межевого керування. Він дозволяє знаходити параметри струни за оптимальний час: глибина відновлення пропорційна часу спостереження на межі.

Ця властивість найбільш актуальна в геофізичних дослідженнях, оскільки саме вона дозволяє відновлювати параметри середовища в реальному часі. У цьому відмінність ВС-методу від інших методів розв'язання обернених задач; крім того, він не вимагає апіорної інформації про середовище та узагальнюється на багатовимірні задачі.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Глазман І.М. Прямі методи якісного спектрального аналізу сингулярних диференціальних операторів. Вид-во фіз.-мат. літ., 1963.
2. Ахієзер Н.І., Глазман І.М. Теорія лінійних операторів у гільбертовому просторі. Т.1, 2025, 331 с.
3. Кац І.С., Крейн М.Г. Критерій дискретности спектра сингулярної струни. Зв. ВНЗ. Матем., №2(3), 1958, 136-153.
4. Наймарк М.А. Лінійні диференціальні оператори. Вид-во Наука, 1969.
5. Нижник Л.П. Обернені задачі розсіювання для гіперболічних рівнянь. Київ: Наукова думка, 1991.
6. Amrein W., Hinz A., Pearson D. Sturm-Liouville theory: past and present. Birkhauser Verlag, Basel – Boston – Berlin, 2005.
7. Zettle A. Sturm–Liouville Theory. Providence: American Mathematical Society. Mathematical surveys and monographs, v. 121, 2005.

УДК 364.614:37.035

**СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНИЙ СУПРОВІД ОСОБИСТОСТІ:  
ДОСВІД, ПРАКТИКА, ІННОВАЦІЇ***Т.Є. Багрії*Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького**ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ  
МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ МУЗИЧНОГО МИСТЕЦТВА  
В ПРОЦЕСІ ФАХОВОЇ ПІДГОТОВКИ**

Здоров'я молодого покоління є однією з важливих умов його ефективної участі в майбутній професійній діяльності, і будь-які проблеми зі здоров'ям створюють перешкоди для досягнення професійного успіху та самореалізації.

Проблема важливості здоров'я підростаючого покоління зумовлює необхідність залучення педагогів і здобувачів як учасників освітнього процесу до здоров'язбережувальної діяльності в процесі професійної підготовки. Оволодіння комплексними здібностями здоров'язбережувальних технологій відноситься до вимог фахової підготовки майбутнього вчителя музичного мистецтва. Здоров'язбережувальні компетентності важливі не тільки як здатність орієнтації в умовах, які постійно змінюються, а також як можливість до виконання конкретних практичних дій. Фахова підготовка в цьому напрямку сприяє формуванню відповідної компетентності, яка репрезентує інтегративну характеристику, що містить ціннісно-сміслові орієнтації, здоров'язберігальні знання, уміння та навички для ведення ефективної педагогічної діяльності.

Педагогічні умови підготовки майбутніх вчителів музичного мистецтва спрямовані на міждисциплінарну інтеграцію теоретичної, вокальної, інструментальної, рефлексивної орієнтації на досягнення готовності студентів до практичної діяльності. Як зазначає М. Федчук, особливість характеристики ключової здоров'язбережувальної компетентності вчителя полягає в тому, що вона одночасно має бути і його особистісною, і професійною спеціально-предметною (спеціально-фаховою) компетентністю [1, с. 150]. Формування здоров'язберігальної компетентності майбутнього вчителя музичного

мистецтва відбувається у тісній взаємодії трьох аспектів, а саме: навчального – навчання прийомів та методів здоров'язбереження; виховного – пов'язаного з дбайливим ставленням до власного здоров'я; оздоровчого, – що передбачає профілактичні заходи професійних захворювань.

Формування позитивного ставлення до власного здоров'я та позитивної мотивації на здоровий спосіб життя – це цілеспрямований процес сприяння дітей в усвідомленні ними здоров'я як найвищої життєвої цінності, переконання у потребі дбати про своє здоров'я шляхом дотримання правил здорового способу життя, включення у процес його індивідуальних можливостей та здібностей [3, с. 30].

Ціннісне ставлення до здоров'я формує основу поведінки здорової особистості, динамічно розвивається, використовуючи різні доцільні здоров'ю навички й форми. Розвиток у майбутніх музикантів здоров'язберігальних компетенцій на сьогодні є актуальним та соціально значущим педагогічним процесом і свідчить про значущість успішного професійного становлення особистості та культурного потенціалу країни. Здатність нівелювати емоційні сплески, відновлювати фізичні сили, демонструвати артистизм визначають рівень успіху втілення на практиці здобутих знань. Педагогічні умови на здоров'язберігальній основі сприяють формуванню, збереженню та зміцненню здоров'я, позитивному ставленню до процесу навчання.

Ю. Шаоцян, аналізуючи здоров'язбережувальні технології, виокремлює найбільш важливі, які сприяють оздоровчому результату і формуванню навичок застосування в процесі професійної діяльності майбутнього вчителя музичного мистецтва:

- технології саногенного й валеологічного спрямування, у яких передбачено стимуляцію до рухової, фізичної активності, загартування, застосування методів переконання з метою дотримання особистістю здорового способу життєдіяльності;
- технології арт-терапевтичного – загальнооздоровчого і психологічно-корекційного, сугестопедичного спрямування, які поєднують в собі застосування суміжних з музичним мистецтвом видів діяльності;
- технології музично-терапевтичного спрямування, завданням яких є вдосконалення особистісних властивостей майбутніх вчителів музичного мистецтва, формування життєвих навичок, які стосуються керування своїми емоційними станами, здатності до вирішення конфліктних ситуацій,

забезпечення психологічного благополуччя, психологічна підготовка до напруженої виконавсько-сценічної й педагогічної діяльності;

- вокалотерапевтичні технології, спрямовані на забезпечення здорового стану вокально-фонаційного апарату;
- технології, які спрямовуються на створення гігієнічно-здоров'язбережувальних умов навчання, зокрема – забезпечення належного температурного режиму, оптимального розкладу занять, у якому передбачено дозоване й помірне навантаження;
- технології, які мають застосовуватися студентами у власній педагогічній діяльності, у процесі навчання співу школярів [2, с. 60].

Здоров'язбережувальна компетентність здобувача вищої освіти є основою його культури. Затребуваність у професії, зокрема, у галузі вокально-хорового мистецтва, вимагає оволодіння майбутнім педагогом-музикантом важливими знаннями про анатомічні та фізіологічні особливості голосового апарату. Для запобігання професійних захворювань необхідно вивчати індивідуальність кожного учня, його природні здібності, особливості будови голосової апарату, і на цій основі вибудовувати шлях виконавського навчання та виховання.

Слід зазначити, що формування здоров'язбережувальної компетентності передбачає забезпечення відповідних умов навчання з дотриманням у навчальному процесі системного підходу, сприятливого мікроклімату, уважного ставлення до суб'єкта навчання, враховуючи вікові індивідуальні особливості. Особливу увагу необхідно приділяти спеціальному розвитку здібності природного, радісного існування в процесі виконавської діяльності, яка передбачає зняття внутрішніх затисків, почуття страху, відчуття скутості в рухах. І результатом цієї роботи мають стати відкритість і готовність до сприйняття нового майбутніми вчителями музичного мистецтва, а також їхнє зацікавлене ставлення до власного здоров'я та здоров'я учнів.

Отже, здоров'язберігальна компетентність є необхідною умовою успішної професійної діяльності сучасного вчителя. Здоров'язбережувальну компетентність майбутнього вчителя музичного мистецтва ми розуміємо, як інтегровану здатність особистості використовувати здоров'язбережувальні технології, знання, уміння та навички, впроваджуючи їх у своїй майбутній професійній діяльності. Результатом здоров'язберігальної підготовки буде культура здоров'я, яка передбачає знання про психологічні та фізіологічні характеристики людського організму.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Федчук М. Ю. Роль учителя у формуванні здоров'язбережувальної компетентності учнів початкової школи. Андрогогічний вісник. Житомир: Вид. ЖДУ ім. І.Франка, 2019. Вип. 10. 170 с. С. 147-152
2. Ю. Шаоцян Формування вокально-фахової компетентності майбутніх учителів музичного мистецтва на засадах здоров'язбережувальних технологій: дис. ... доктора філософії : 01 – Освіта/Педагогіка; 014 Середня освіта (Музичне мистецтво); ПНПУ імені К. Д. Ушинського : Одеса, 2022. 243 с.
3. Ясінська Н. В. Формування мотивації на здоровий спосіб життя школярів в умовах інноваційного освітнього середовища. Формування інноваційного здоров'язбережувального освітнього середовища: досвід проектування і реалізації : матеріали круглого столу / упоряд. Н. А. Поліщук. – Луцьк : ВІППО, 2018. – 124 с.

*А. С. Василевська*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## ФОРМУВАННЯ СОЦІАЛЬНОЇ АКТИВНОСТІ ПІДЛІТКІВ У ВОЛОНТЕРСЬКІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

У сучасному суспільстві існує необхідність формування ініціативної, комунікабельної і конкурентоздатної соціально активної особистості. Відсутність у дитини сформованих комунікативних навичок та навичок позитивної взаємодії у суспільстві перешкоджають її подальшому розвитку, отриманню нових знань та встановленню нових, значущих для неї контактів. Внаслідок порушення принципів позитивного розвитку особистості дитини, які впливають на процес формування в особистості, що розвивається, моральних цінностей, можлива подальша негативна спрямованість у розвитку соціуму в цілому. Соціальна активність виступає одним із показових чинників, що характеризують особистість із погляду цінності її для суспільства та оточення. Через призму соціальної активності відбувається процес становлення життєвої позиції особистості, усвідомлюються її прагнення та бажання зробити свій внесок у розвиток суспільства, розкрити наявні здібності у різних видах

діяльності. Однак, процес становлення соціальної активності особистості не має мимовільного характеру – він потребує цілеспрямованого створення умов, які безпосередньо впливатимуть на формування даного аспекту особистості.

Поняття «активність» досить часто використовується в багатьох галузях наукового знання і самотійно, і як складова частина спеціальних термінів. У результаті нового сенсу набули такі словосполучення, як: активна людина, активна життєва позиція, активіст. Проте всі вони отримали соціальне забарвлення в контексті діяльності, спрямованої на перетворення особистістю навколишнього середовища і самої себе.

Дослідженню атрибутивних ознак соціальної активності присвячено праці Н. Ковтун, Л. Петько, С. Чолій та інших. На думку дослідників соціальної активності підлітків, вона є певним когнітивним, емоційно-ціннісним та дієво-поведінковим утворенням, якістю особистості, яка відображає наявні ставлення підлітка до соціуму.

Через соціальну активність реалізуються діяльнісні потенціали особистості, колективу чи соціальної групи, їх культура, знання, уміння, прагнення та інтереси; вона є способом реагування на запити, які надходять від суспільства [1, с. 81]. Основна вимога соціально активного суспільства полягає в тому, щоб людина жила за власний рахунок, розвивалася як особистість, як професіонал і приносила користь суспільству [2].

Ю. Ївженко, Є. Мануйлов, О. Ступак та інші вчені наголошують, що не будь-яка діяльність особистості є соціальною активністю, а лише та, що має громадське значення і реалізується у соціальних фактах.

Найбільш проблемним та відповідальним періодом у житті дітей є час формування їх особистісних якостей, тобто період підліткового віку, характерними для якого є кардинальні перетворення внутрішнього світу, що позначаються як на самому індивіді, так і на сприйнятті оточуючих його людей. Однією зі значущих складових є здатність підлітка порозумітися з представниками навколишнього суспільства. У сучасних закладах освіти для залучення учнів до суспільного життя їх допускають до самоврядування та організаційної діяльності закладу. Даний вид самоорганізації учнів шкіл, природно представляє позитивну основу для розвитку соціальної активності в підростаючого покоління, проте варто відзначити, що не всі діти охоплені подібними заходами, і не кожен підліток через особистісні особливості, здатен брати участь у шкільному самоврядуванні.

У соціально-педагогічній науці розвиток соціальної активності є одним із

найважливіших завдань виховання особистості, при цьому вона має на увазі діяльне ставлення особистості до навколишнього світу, а також здатність перетворювати матеріальні та духовні складові середовища, ґрунтуючись на історичному досвіді людства, і проявляється у творчій діяльності, вольових актах, спілкуванні.

Ступінь розвитку соціальної активності, ступінь її інтенсивності залежать від позиції людини по відношенню до основного виду діяльності, до якої вона включена. Саме в такій діяльності відбувається оволодіння соціально важливими обов'язками, формується колективна самосвідомість, визначається самооцінка.

Наявні форми соціальної активності засновані на процесах задоволення та реалізації різних соціальних потреб та інтересів. Волонтерська діяльність є однією з найпоширеніших форм соціальної активності. Відповідно до «Енциклопедії для фахівців соціальної сфери», волонтерство – це добровільна, безкорисна, неприбуткова, соціально спрямована діяльність, яка реалізується волонтерами і волонтерськими організаціями шляхом надання волонтерської допомоги [1, с. 124].

Останніми роками волонтерство стало одним із основних напрямів діяльності у сфері молодіжної політики. Однак, незважаючи на зростання кількості волонтерів серед підлітків та велику кількість ініціатив, що реалізуються по всій країні, проблема використання волонтерської діяльності у вихованні підростаючого покоління у соціально-психологічному аспекті висвітлена недостатньо.

У проєкті Закону України «Про внесення змін до деяких законів України щодо сприяння розвитку волонтерської діяльності серед здобувачів освіти» (2025 р.) розширено можливості волонтерської діяльності здобувачів освіти [3] для розвитку своїх навичок та отримання практичного досвіду, що позитивно відобразиться на їх соціальній інтеграції.

Рішення займатися волонтерською діяльністю вимагає від особистості наявності сформованої системи ціннісних орієнтацій, що, відповідно, властиво більш зрілим індивідам. Для волонтерів підліткового віку, які ще не мають чіткого альтруїстичного мотиву, більшою мірою характерне прагнення «робити щось хороше» зі спрямуванням на організацію власного дозвілля та реалізацію потреби в спілкуванні [4, с. 208].

Для ефективної реалізації процесу формування соціальної активності підлітків у волонтерській діяльності необхідним є виявлення та створення низки соціально-педагогічних умов. До них відносимо:

- організація підготовки підлітків до участі у волонтерській діяльності на основі спеціально розробленої програми в умовах закладу позашкільної освіти;
- дотримання принципу систематичного залучення підлітків до запланованих заходів програми;
- використання спеціально підібраних методів та засобів стимулювання соціальної активності підлітків.

Програма являє собою комплекс заходів, спрямованих на підвищення мотивації підлітків та їх зацікавленості у волонтерстві. Зокрема, важливим є інформування щодо самого поняття волонтерства та знайомство з представниками волонтерських організацій. Основними формами та методами роботи з підлітками в межах програми є: акції, тренінги, дискусії, ділові ігри, участь у організації суспільно значущих проєктів, конкурси, круглі столи, конференції, колективні творчі справи, свята, фестивалі тощо. Методи стимулювання соціальної активності підлітків мають носити практикоорієнтований характер.

Отже, процес формування соціальної активності підлітків потрібно розглядати як одне із завдань виховання, вирішення якої необхідне для засвоєння і відтворення особистістю соціального досвіду, а також для успішної і гармонійної соціалізації підлітків. Визначальним фактором успішного розвитку соціальної активності підлітків є залучення їх до волонтерської діяльності в контексті оптимального поєднання виокремлених соціально-педагогічних умов.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Енциклопедія для фахівців соціальної сфери / за заг. ред. проф. І. Д. Зверєвої. Київ, Сімферополь : Універсум, 2012. 536 с.
2. Палагнюк Ю. В., Файчук О. Л., Костєва Т. Б. Особливості соціальної активності молоді України в умовах євроінтеграції. Теорія та практика державного управління і місцевого самоврядування. 2019. № 2. URL: [https://el-zbirn-du.at.ua/2019\\_2/20.pdf](https://el-zbirn-du.at.ua/2019_2/20.pdf).
3. Проект Закону про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо сприяння розвитку волонтерства серед здобувачів освіти. Верховна рада України: веб-сайт. URL: <https://itd.rada.gov.ua/billInfo/Bills/Card/43945>.
4. Трубнікова О. А. Волонтерство як форма соціальної активності особистості. Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені ГС Костюка НАПН України. 2020. Т. 7, вип. 20, ч. 2. С. 205–209.



*С. Г. Жейнов*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ФОРМУВАННЯ ІННОВАЦІЙНОСТІ УЧНІВ 5-6 КЛАСІВ В УМОВАХ ЦИФРОВОЇ РЕАЛЬНОСТІ**

В умовах цифрового споживання великого значення набуває наукова і практична цінність цифрових продуктів, що без обмежень транслуються для дітей, учнівської молоді та дорослих. Отже, виникає проблема їх використання в контексті можливостей кожної особистості. Це вимагає інноваційного вдосконалення сфери освіти, спрямованої перш за все на творчий розвиток та підготовку до суспільного життя кожного індивіда.

Освітні зміни та головні питання освітньої реформи викладено в Концепції Нової української школи. Зокрема, в документі йдеться про створення середовища, що сприяє комфортному оволодінню багатьма компетентностями учнями, підготовці їх до успішної діяльності та зроблено акцент на ролі педагога, який буде виступати агентом змін. Однією з ключових компетентностей є ініціативність і підприємливість, що передбачає формування в учнів «уміння генерувати нові ідеї й ініціативи та втілювати їх у життя з метою підвищення як власного соціального статусу та добробуту, так і розвитку суспільства і державної ініціативи та втілювати їх у життя» тощо [3, с. 12].

Отже, йдеться про формування в учнів закладів базової середньої освіти інноваційності, зокрема основ інноваційної діяльності: розроблення інноваційних ідей та їх упровадження, про що зазначено також у Державному стандарті базової середньої освіти. Результат сформованої інноваційності віддзеркалення знаходить у таких наскрізних вміннях, як от: висловлювати власну думку, критично та системно мислити, діяти творчо, оцінювати ризики, приймати рішення, розв'язувати проблеми [1].

До принципів виховання дітей та молоді в умовах цифрового простору сучасні науковці віднесли:

– принцип конфіденційності і безпеки, що полягає в захисті персональних даних, контролі операцій, можливості надавати дозвіл, обмежувати та забороняти певну інформацію, попередженні зламів, захисті інформації від втручання чи викривлення, а також можливості її контролю з боку батьків;

- принцип індивідуалізації передбачає застосування умінь і навичок індивіда в доступі до цифрового простору та отриманні необхідної інформації, вибудовуванні індивідуальної стратегії освіти та виховання, використанні можливостей для самостійної роботи та саморозвитку, адаптивних методик, а також різного роду індивідуальних форм презентації та спілкування в соціальних мережах;

- принцип доступності згідно з яким цифровий простір є відкритим, простим у доступі і використанні, а також актуальним і постійно оновлюваним;

- принцип доцільності – використання лише необхідних цифрових методик чи технологій для виконання поставлених завдань, досягнення виховних цілей;

- принцип розвитку, що забезпечує реалізацію моральних особистісних якостей, бажання удосконалюватися, розвивати творчі здібності, адаптуватися до сучасних умов життя та використовувати переваги цифрового середовища у розв'язанні життєвих задач;

- принцип гнучкості дозволяє використовувати цифровий контент відповідно до індивідуальних, вікових, спеціальних потреб, інтересів кожної дитини з урахуванням її вподобань, задач, зручного часу, місця тощо; – принцип інноваційності дає можливість використовувати сучасні інноваційні, у тому числі інтерактивні, дистанційні форми і методи роботи з дітьми, новітні технології і можливості цифрового простору;

- принцип інтегрованості забезпечує вивчення розмаїтих явищ життя на перетині різних наук через залучення відмінних суб'єктів освітнього процесу [2, с. 10-11].

Позитивний розвивальний вплив цифрового простору на учнів здійснюється через розвивальні програми, документальні, інформаційно-навчальні фільми в ефірах телеканалів, подкасти в медіапросторі, створення й функціонування захопливого контенту високої якості з орієнтацією на вікові особливості користувачів для розмірковування, пошук знання, допомоги й наповнення сенсом власної діяльності, через ігри для комп'ютера та мобільного телефону.

Чимало підлітків користуються інтернетом для виконання індивідуальних завдань, оновлення забутої чи неосвоєної інформації, заповнюючи самостійно прогалини в знаннях.

У цілому цифровий простір сприяє розвитку особистості, надаючи нові можливості для виховання та самоосвіти в умовах неперервного зростання та поширення відкритих освітніх безкоштовних ресурсів.

Соціалізуючий вплив цифрового простору на учнів 5-6 класів пов'язаний із початком формування прагнення брати продуктивну участь в житті громадянського суспільства.

Розуміння різноманітності навколишнього світу, свого місця в ньому й здатності входити в соціум забезпечується процесом вибудовування в цьому віці позитивних рольових моделей залежно від ситуацій взаємодії з іншими.

Творчий вплив цифрового простору відбувається через активну участь в онлайн-іграх, завдяки яким створюються комунікаційні мережі, нова соціальна взаємодія, здійснюються пошуки інноваційного вирішення проблем унікального інтелектуального продукту.

Виконання креативних наукових, освітніх, мистецьких, соціальних проєктів стає новітнім трендом в цьому віці. Вплив цифрового простору на учнів 5-6 класів полягає у формуванні звички роботи в команді, здатності розуміння та вміння взаємодіяти в цифровому світі, почуватися впевнено, висловлювати власну думку й впливати на колективне рішення, бути готовим здійснити вибір та нести за нього відповідальність, відчувати причетність до групи, команди, спільноти. Командна праця виробляє вміння почути, прийняти критику та дати адекватний зворотній зв'язок за максимальної поваги до кожного члена колективу, сприятиме формуванню здатностей громадянина виконувати соціальні функції, використовуючи різноманітні платформи, форуми, чати, блоги тощо. Культурний вплив цифрового простору виявляється в умінні знаходити спільну мову під час спілкування зі своїми ровесниками чи однодумцями з інших країн без відчуття цивілізаційних, соціальних, мовних чи культурних бар'єрів за умови збереження культурних цінностей і національної ідентичності [2, с. 18].

Отже, вплив цифрового простору на учнів 5-6 класів засобами розвитку критичного мислення покликаний сформуванню цифрову інноваційність, навчити їх безпечного й відповідального цифрового громадянства, пов'язаного зі створенням та підтримуванням репутації в цифровому середовищі, відслідковуванням та захистом від шкідливого контенту тощо.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Державний стандарт базової середньої освіти [Електронний ресурс] / Режим доступу: Постанова Кабінету Міністрів України від 30.09.2020 року № 898. [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://mon.gov.ua/osvita-2/zagalna-serednya-osvita/nova-ukrainska-shkola-2/derzhavniy-standart-bazovoi-serednoi-osviti> (дата звернення 01.04.2025 р.).
2. Концепція виховання дітей та молоді в цифровому просторі. Національна академія педагогічних наук України. 2021. 52 с.
3. Нова українська школа. Концептуальні засади реформування середньої школи [Електронний ресурс] Концепція нової української школи (документ пройшов громадські обговорення і ухвалений рішенням колегії МОН 27/10/2016) — Режим доступу: <https://www.kmu.gov.ua/storage/app/media/reforms/ukrainskashkola-compressed.pdf>

*Д. О. Кірова*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## РОЛЬ СОЦІАЛЬНОГО ПЕДАГОГА У ФОРМУВАННІ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ СУЧАСНИХ ВИКЛИКІВ

У сучасному світі, що стрімко змінюється, роль соціального педагога набуває особливої значущості. Зростаючий рівень стресу, соціальні, економічні та психологічні проблеми стають викликами для особистісного розвитку. Одним із ключових аспектів сучасного виховання є формування життєстійкості особистості, що допомагає людині адаптуватися до змін, долати труднощі та бути ефективною в умовах невизначеності. Соціальний педагог, виступаючи в якості ментора, психолога і консультанта, відіграє важливу роль у цьому процесі. В умовах глобальних викликів, таких як війни, економічні кризи та пандемії, підвищення життєстійкості стає необхідною умовою для психоемоційної стабільності та успішної соціалізації людини.

Актуальність дослідження визначається необхідністю підвищення життєстійкості особистості в умовах сучасних викликів, зокрема, соціальних та

економічних змін, пандемій, психологічних стресів. У таких умовах особливо важливою є роль соціального педагога, який допомагає людині розвивати навички подолання стресу, підтримує в періоди криз і допомагає знаходити ресурси для подолання складних ситуацій. Дослідження цих процесів сприяє покращенню методів підтримки особистості та її здатності до самовідновлення, що є критичним для збереження стабільності в умовах сучасності.

Проблему формування життєстійкості особистості в умовах сучасних викликів досліджували українські вчені, серед яких: О. Савченко, яка розглядала роль соціального педагога у розвитку психологічної стійкості в умовах соціальних змін [2, с. 25] та І. Сидоренко, яка досліджувала вплив соціального середовища на розвиток життєстійкості [4, с. 56].

Серед зарубіжних вчених, які зробили вагомий внесок у дослідження цієї проблеми, можна виділити В. Франкла, який вивчав психологічну стійкість у кризових ситуаціях та значення пошуку сенсу в житті для збереження психічного здоров'я [5, с. 34], а також Е. Кюблер-Росс, яка запропонувала теорію етапів прийняття смерті, що має важливе значення для розуміння адаптації до стресових ситуацій і криз [1, с. 22].

Метою цього дослідження є визначення ролі соціального педагога у формуванні життєстійкості особистості в умовах сучасних викликів.

Роль соціального педагога у формуванні життєстійкості особистості полягає у впливі не тільки на окремі категорії населення, але й на людей різного віку та соціального статусу. Його діяльність спрямована на створення підтримуючого середовища, в якому людина має можливість адаптуватися до життєвих викликів, зберігати психологічну рівновагу і ефективно долати труднощі. Це середовище включає не лише роботу з індивідом, а й взаємодію з його родиною, колективом чи громадою, що дає можливість формувати стійкі соціальні зв'язки та підтримку. Соціальний педагог використовує різноманітні методи: від індивідуальних консультацій до групових тренінгів, спрямованих на розвиток емоційної стабільності, саморегуляції, стресостійкості та здатності адаптуватися до змін.

Соціальний педагог виступає важливим мостом між індивідом і суспільством, допомагаючи людині знайти своє місце в умовах швидких змін і часто непередбачуваних ситуацій. Він підтримує людей у різних ситуаціях, допомагаючи їм переживати труднощі, зберігати оптимізм, адаптуватися до нових умов та стійко долати життєві труднощі. Підвищення життєстійкості вимагає не тільки психологічної підтримки, а й активного розвитку стратегій

подолання стресу та травм, що дозволяє людині залишатися здоровою, ефективною і продуктивною в сучасному світі.

До сучасних методів і засобів, використовуваних соціальним педагогом, які сприяють життєстійкості особистості, відносяться: соціально-психологічне консультування, розвиток навичок подолання стресу, навичок адаптації до змін та формування підтримуючих соціальних мереж.

Соціально-психологічне консультування є важливим напрямом діяльності соціального педагога для розвитку життєстійкості особистості. Воно допомагає людині справлятися з емоційними труднощами, знаходити рішення для особистих проблем і розвивати стійкість до стресів. У процесі консультування особистість вчиться краще адаптуватися до змін і зберігати емоційну рівновагу в складних ситуаціях.

Ключовим елементом роботи соціального педагога є розвиток навичок подолання стресу, оскільки в умовах сучасних викликів, таких як швидкі зміни в суспільстві, економічні труднощі та соціальна нестабільність, стрес стає постійним супутником життя. Ця навичка дає можливість не тільки уникати психоемоційних зривів, а й підвищує здатність особистості адаптуватися до змін, залишаючись при цьому психологічно стійкою.

У швидко мінливому світі зберігати стійкість допомагає розвиток навичок адаптації до змін. Соціальний педагог використовує різноманітні підходи, щоб допомогти людині ефективно реагувати на зміни, залишаючись гнучкою та зберігаючи емоційну рівновагу. Це дозволяє людині не тільки адаптуватися до нових умов, а й використовувати зміни як можливість для розвитку та зростання.

Формування підтримуючих соціальних мереж є важливим методом, через який соціальний педагог допомагає людині встановлювати здорові взаємини з близькими, колегами та громадою. Це дозволяє створити систему соціальної підтримки, яка є критично важливою в складні моменти життя. Наявність такої мережі допомагає людині відчувати себе не самотньою, що зміцнює її життєстійкість і дозволяє ефективно справлятися з труднощами.

Не зважаючи на те, що соціальний педагог працює на стику соціального, психологічного і педагогічного аспектів, що дає йому можливість створювати оптимальні умови для розвитку стійкості особистості до життєвих труднощів, у цьому процесі він може стикатися з певними викликами. По-перше, одним із основних є швидкий темп змін у сучасному світі, що створює психологічну невизначеність та стрес у людей. Як зазначає Д. Хайдт, постійний потік інформації та соціальні зміни можуть призводити до перевантаження психіки,

що ускладнює адаптацію та підтримку емоційної рівноваги [6, с. 78]. По-друге, проблема соціальної ізоляції серед представників різних вікових категорій, яка зростає через розвиток цифрових технологій, є серйозним викликом для формування життєстійкості. Відсутність живого контакту та підтримки з боку оточення, на думку М. Селігмана, призводить до зниження здатності до подолання стресів і підвищення рівня депресивних симптомів [3, с. 45]. Окрім того, ще одним викликом є недостатнє розуміння важливості психологічної допомоги в суспільстві, де застарілі стереотипи щодо психічного здоров'я можуть перешкоджати людям звертатися за підтримкою.

Отже, роль соціального педагога у формуванні життєстійкості особистості полягає не тільки в підтримці індивідумів у кризових ситуаціях, а й активному сприянні розвитку адаптивних навичок, психологічної стабільності та здатності до саморегуляції. Сучасні соціальні, економічні та психологічні виклики, такі як швидкий темп змін, соціальна ізоляція та стереотипи щодо психічного здоров'я, вимагають гнучкості та адаптивності від соціальних педагогів. Вони відіграють важливу роль у створенні середовища, що допомагає людям долати стрес, розвивати життєстійкість і зберігати емоційну рівновагу. Проте для досягнення цієї мети необхідно постійно вдосконалювати методи роботи та посилювати соціальну підтримку, щоб забезпечити стійкість особистості перед обличчям нових викликів.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Кюблер-Росс Е. Про смерть і вмирання. Київ : Вид. центр «Академія», 2008. 320 с.
2. Савченко О. Роль соціального педагога у розвитку психологічної стійкості в умовах соціальних змін. Київ : Освіта, 2015. 256 с.
3. Селігман М. Оптимізм як спосіб життя. Харків : Клуб сімейного дозвілля, 2019. 352 с.
4. Сидоренко І. Вплив соціального середовища на розвиток життєстійкості. Львів : Видавництво ЛНУ, 2017. 198 с.
5. Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу. Київ : Видавництво «Українська культура», 2012. 224 с.
6. Хайдт Д. Гіпотеза щастя: Як створити хороше життя. Київ : Наш Формат, 2020. 296 с.

*А.С. Колєснікова*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **СТУДЕНТСЬКИЙ ДОСВІД ЯК ІНДИКАТОР УПРАВЛІНСЬКИХ РІШЕНЬ ЩОДО ЯКОСТІ ОСВІТИ В УМОВАХ КРИЗОВИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ**

Система вищої освіти України функціонує в умовах безпрецедентних викликів, пов'язаних із повномасштабним вторгненням, деструкцією інфраструктури, вимушеною міграцією науково-педагогічних працівників і здобувачів та психологічною напругою. На тлі цих обставин особливого значення набуває вивчення студентського досвіду, який відображає реальний стан якості освіти та слугує індикатором ефективності управлінських рішень. Залучення студентів до освітнього менеджменту дозволяє виявити як вузькі місця системи, так і потенційні напрями її розвитку.

Сучасні дослідження підтверджують, що зворотний зв'язок від студентів є цінним джерелом даних для коригування освітніх програм, підвищення ефективності викладання та забезпечення інституційної гнучкості. Практики вітчизняних і зарубіжних університетів, таких як University of Oxford, University of Melbourne, Львівський національний університет імені Івана Франка та інших, доводять, що участь студентів у прийнятті рішень посилює академічну відповідальність, сприяє довірі та підвищує рівень задоволеності навчанням [6].

Ці тенденції засвідчують зростання ролі студентоцентричних підходів в управлінні освітнім процесом. Вони формують нову парадигму якості освіти, в якій студент розглядається не лише як реципієнт знань, а як активний учасник і співтворець освітнього середовища. Участь здобувачів освіти в процесах ухвалення рішень сприяє зміцненню горизонтальних зв'язків у системі управління, стимулює розвиток академічної культури довіри, діалогу й відповідальності.

Поступове впровадження механізмів зворотного зв'язку та партнерської взаємодії зі студентами дозволяє освітнім установам оперативно реагувати на виклики, адаптувати освітні практики до змін зовнішнього середовища, а також підвищувати рівень внутрішньої згуртованості спільноти. В умовах кризових трансформацій це набуває особливої актуальності, оскільки забезпечує не лише



функціональну стабільність, а й відкриває можливості для інноваційного розвитку й переосмислення управлінських стратегій.

Залучення студентів до процесу формування освітнього середовища дає змогу будувати систему, засновану на довірі, прозорості та співвідповідальності. Це сприяє зменшенню бар'єрів між адміністрацією та здобувачами освіти, що в умовах нестабільності відіграє критичну роль. Освітні установи, що активно інтегрують студентський досвід в управлінські практики, демонструють вищу адаптивність і готовність до прийняття нетипових рішень. Такий підхід також сприяє розвитку культури зворотного зв'язку, коли учасники освітнього процесу відкрито висловлюють свої потреби та ініціативи.

Університетська спільнота, яка базується на принципах діалогу й підтримки, є більш стійкою до зовнішніх стресів і внутрішніх конфліктів. Крім того, систематичне врахування студентських оцінок і пропозицій сприяє більш гнучкому проєктуванню навчальних програм, їх актуалізації відповідно до реальних потреб сучасного суспільства. Така практика дозволяє формувати зміст освіти не лише зверху вниз, а й за принципами ко-дизайну з активною участю здобувачів [1-3].

Зі свого боку, студенти, які відчують причетність до управління освітнім процесом, виявляють вищу мотивацію до навчання, відповідальність за результати, більшу академічну залученість. Це особливо важливо в умовах воєнного стану, коли традиційні форми взаємодії зазнають трансформації або й зовсім руйнуються. Партисипативне управління створює можливості для мобілізації внутрішніх ресурсів університетів, активізації ініціатив знизу, а також формування горизонтальних комунікацій.

Система, яка реагує на запити своїх студентів у реальному часі, має значно більше шансів не лише встояти перед кризою, а й перетворити її на точку розвитку. Участь студентів у розробці стратегій відновлення, акредитаційних процедурах, оцінюванні якості викладання надає освітній політиці гнучкості та релевантності. Така взаємодія також сприяє розвитку управлінських компетентностей у здобувачів, що є важливим елементом підготовки майбутніх лідерів.

Університети, які активно реалізують студентоцентричний підхід, з часом формують міцніші академічні спільноти, здатні до самоорганізації та взаємопідтримки. Розвиток цифрових платформ для зворотного зв'язку, консультаційних сервісів, систем психологічної підтримки дозволяє підвищити

якість не лише академічного, а й соціального досвіду студентів. Освіта набуває нових рис — вона стає простором не лише знань, а й довіри, взаємодії та безпеки.

Саме за таких умов студентський досвід перетворюється на стратегічний актив освітньої системи. Його врахування має відбуватися не епізодично, а як складова частина освітнього менеджменту. Це вимагає інституціоналізації відповідних механізмів, зокрема створення студентських дорадчих рад, комісій із якості, платформ для відкритого діалогу. Надання студентам права впливати на освітні політики не лише підвищує легітимність управлінських рішень, а й формує цінності відповідального громадянства. У цьому контексті університети можуть стати моделлю демократичного управління, що має суспільне значення далеко за межами академічного середовища [4; 5].

Отже, студентський досвід у кризових умовах — це не лише індикатор освітньої якості, а й важливий фактор трансформації управлінських рішень. Формування культури участі, відкритого діалогу та персоналізованого підходу до навчання дозволяє забезпечити не лише стійкість, а й інноваційність освітнього середовища в умовах невизначеності. Участь студентів в управлінні не повинна розглядатися як опція — це необхідність для збереження довіри, легітимності рішень та динамічного розвитку вищої освіти України у повоєнному майбутньому.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бабко Н. М. Перспективи розвитку вищої освіти в умовах постконфліктного відновлення: виклики та шляхи розвитку. *Освітній процес в умовах війни та у повоєнний період: виклики, правила, перспективи : матер. всеукр. наук.-педагог. підвищ. кваліф.* Львів – Торунь : Liha-Pres. 2024. 368 с. С. 37-39. URL: <https://cutt.ly/8e4gT0ri>.
2. Будзяк О. С., Будзяк В. М. Сучасна вища освіта в умовах війни. *Освітній процес в умовах воєнного стану в Україні: матеріали всеукраїнського науково-педагогічного підвищення кваліфікації.* 2022. №3. С. 45-49. URL: <https://cutt.ly/Be4gYInL>.
3. Вітренко Ю. М. Вища освіта в умовах відновлення України від наслідків війни: якою має бути стратегія? *Вісник Національної академії педагогічних наук України.* 2024. №6(2). С. 1-10. DOI: <https://doi.org/10.37472/v.naes.2024.6214>.
4. Вознюк Л., Доброгорський О. Особливості воєнного менеджменту в умовах воєнного стану. *Вісник Дніпровської академії неперервної освіти*

«Публічне управління та адміністрування». №1 (2). 2022. DOI: <https://doi.org/10.54891/2786-6998-2022-1-8>.

5. Дашковська О. В., Коломоець Г. А., Погребняк В. П. Забезпечення стійкості системи вищої освіти України в умовах війни. *Український журнал будівництва та архітектури*. 2024. №6 (024). С. 70-77. DOI: <https://doi.org/10.30838/UJCEA.2312.271224.70.1113>.

6. Інститут освітньої аналітики. Освіта України в умовах воєнного стану. *Інформаційно-аналітичний збірник*. Київ. 2022. С. 163–190. URL: <https://cutt.ly/de4gIIQJ>.

**О. В. Луценко**

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького  
(науковий керівник канд. пед.  
наук, доцент Жейнова  
Світлана Сергіївна)

## **РОЗВИТОК ТВОРЧИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ В ОБРАЗОТВОРЧІЙ ДІЯЛЬНОСТІ**

Виховання інтересу до зображувальної діяльності у дітей молодшого дошкільного віку займає центральне місце в освітньому процесі, адже ця діяльність не лише сприяє розвитку креативного мислення, але й позитивно впливає на формування особистості в цілому. У сучасній системі освіти важливим завданням стає розвиток творчих здібностей особистості на всіх етапах її розвитку, починаючи з дитинства. Це визначено у Законі «Про дошкільну освіту», Базовому компоненті дошкільної освіти тощо.

Варто зазначити, що наразі відзначається тенденція до зниження особливих видів діяльності в дошкільному віці через залучення дітей до цифрових технологій. Відсутність гри та малювання в повсякденному житті дитини призводить до уповільнення розвитку уяви, оскільки діти адаптуються до сприймання динамічних зображень, анімації та швидкої зміни сюжету, що не сприяє розвитку їх фантазії.

Під час виконання образотворчої діяльності, дитина відчуває різноманітні емоції, такі як радість від створеного зображення або сум, якщо щось не вдалося. Головна ідея полягає в тому, що, створюючи малюнок, дитина отримує різноманітні знання, розширює та уточнює своє уявлення про навколишній світ. Під час роботи над малюнком, вона вивчає якості предметів, уважно сприймає їхні особливості і деталі, освоює образотворчі вміння та навички, а також учиться усвідомлено використовувати отримані знання, сприяючи розвитку своїх творчих здібностей. Сучасний погляд на розвиток творчих здібностей, який пропонують науковці та практики, базується на єдності формування ставлення до оточуючого світу через застосування різних видів образотворчого мистецтва.

У нашому дослідженні ми робимо акцент на комплексному підході до особистості, запропонованому О. Кульчицькою. На її думку, художньо-творчі здібності людини не обмежуються лише окремими якостями, що забезпечують художню діяльність, а залежать також від особливого стану митця – естетичного сприйняття світу. До інструментальної частини художньо-творчих здібностей дослідниця включає такі компоненти: емоційно-ціннісний (що охоплює художнє сприйняття, спостережливість, емоційну чутливість, уважність до внутрішнього світу інших і здатність до співпереживання), креативний (творча уява, художньо-образне та асоціативне мислення) і спеціальний (спеціальні здібності, вміння та навички) [3].

Очевидно, що інтерес до зображувальної діяльності неможливо сформувати без процесу навчання. Вважаємо, що розвиток зображувальної діяльності у дітей дошкільного віку базується на психолого-педагогічних основах, які враховують специфіку цього важливого етапу дитинства. Основні принципи та аспекти цього процесу включають: *індивідуальний підхід* (кожна дитина унікальна, і розвиток її творчих здібностей потребує індивідуального підходу, врахування особливостей характеру, темпераменту, інтересів та потреб допомагає створити оптимальне середовище для творчого розвитку); *ігрова діяльність*: (гра є природним інструментом для розвитку творчості в дітей, сприяє фантазії, експериментуванню, розвитку власної ініціативи та сприйняттю світу навколо); *стимулювання уяви та образного мислення* (розвиток творчих здібностей включає в себе розвиток уяви та образного мислення, діти вчаться висловлювати свої ідеї через малювання, конструювання, рольові ігри та інші творчі форми виявлення); *позитивне ставлення до помилок*: помилки виступають не лише частиною навчального процесу, але й можливістю для творчого експерименту та вдосконалення. Важливо виховувати у дітей

позитивне ставлення до власних помилок як до можливості вчитися та розвиватися); *розвиток емоційної сфери* (творчість часто пов'язана з вираженням емоцій, сприяє вираженню почуттів через творчість та взаємодії з оточуючим світом).

Ці психолого-педагогічні принципи сприяють гармонійному розвитку творчих здібностей дітей дошкільного віку, створюючи основу для їх подальшого творчого вираження та самореалізації.

Зображувальна діяльність відіграє важливу роль у розвитку дітей молодшого дошкільного віку, сприяючи формуванню творчих здібностей, сенсорного розвитку, дрібної моторики та емоційного сприйняття світу. Є багато різних класифікацій методів і прийомів навчання.

Розглянемо програму «Українське дошкілля» під редакцією О. Білан. Вона складається з чотирьох основних частин: «Ранній вік», «Молодший дошкільний вік», «Середній дошкільний вік» та «Старший дошкільний вік». Кожен із цих розділів містить психологічну характеристику дитини та сім освітніх ліній, які, хоча й відрізняються за формулюванням, загалом відповідають основним напрямкам виховання, визначеним у попередніх програмах.

Особливу увагу ми приділили освітній лінії «Дитина у світі культури», до якої входить розділ «Образотворча діяльність». Варто зазначити, що порівняно з програмами «Соняшник» і «Дитина», тут більше уваги приділяється формуванню навичок сприйняття та аналізу художніх творів. Лише після ознайомлення та обговорення готових зразків діти переходять до власної образотворчої діяльності.

У ранньому віці діти оволодівають техніками створення зображень за допомогою відбитків долонь, пальців і штампування. Для молодшого дошкільного віку передбачено застосування таких прийомів, як відбивання соскою, піпеткою, зім'ятим папером чи клаптиками тканини [2.с-19] Тобто на четвертому році життя основним методом залишається техніка відбитків.

У середньому дошкільному віці програма «Українське дошкілля» акцентує увагу на активному використанні нетрадиційних технік малювання, зокрема інноваційних підходів. До них належать псевдофорт, флористика, малювання клеєм, свічкою, щіткою тощо.

У старшому дошкільному віці програма передбачає подальше освоєння нетрадиційних технік, зокрема забризкування та аерографії (дмухавка).

Таким чином, у програмі «Українське дошкілля» традиційним прийомам малювання відведено значну роль, і їхнє опанування триває протягом усього

дошкільного періоду. Загалом діти знайомляться з десятьма різними техніками, серед яких: забризкування, аерографія, псевдофорт (малювання матрицями), флористика (відбитки рослин), малювання клеєм ПВА, свічкою («сліпе» малювання), зубною щіткою, відбитки (соски, піпетки, зім'ятий папір, клаптики тканини), палеографія та штампування.

Малювання розглядається як особливо важливий вид діяльності для дошкільників, що сприяє підготовці до письма та є першим етапом опанування образотворчості.

Досліджуючи дитячий малюнок, дорослий отримує можливість встановити з дитиною продуктивний діалог і сприяти її творчому розвитку. Художня діяльність виступає засобом самовираження дитини, що відображає її соціальну адаптацію, емоційний стан та рівень розвитку. Саме тому виразність дитячого малюнка є актуальним питанням як для науки, так і для педагогічної практики.

Сучасні дослідження, проведені вітчизняними, спрямовані на розробку ефективних методик розвитку творчих здібностей дітей через малювання. Відповідно до їхніх концепцій, педагог має виконувати такі важливі завдання у процесі організації художньої діяльності дошкільників: підтримувати та зберігати природну творчість дитини; формувати інтерес до малювання, сприяти позитивному ставленню до творчої діяльності; знайомити дітей із різними художніми матеріалами та їхніми можливостями; навчати основам графічних і живописних технік, розширюючи їхній досвід роботи з різними засобами зображення; мотивувати до створення естетично виразних художніх образів [4].

Таким чином, педагогічна підтримка дитячої творчості сприяє її гармонійному розвитку, допомагає дитині краще пізнати навколишній світ і самовиразитися через мистецтво. Процес знайомства дітей з живописом можна організувати різними методами, зокрема через тематичні заняття, інтегровані заняття, відвідування музеїв та художніх виставок. Важливо з раннього віку заохочувати малюків до творчості, організовуючи виставки їхніх робіт, спільний перегляд малюнків та обговорення. Починаючи із середнього дошкільного віку, діти можуть брати участь у конкурсах, а також відвідувати картинні галереї, що сприяє розширенню їхнього культурного світогляду.

Знайомство з мистецтвом у ранньому віці має довготривалий ефект: воно допомагає формувати світогляд, вчить шанувати культуру свого народу та інших країн, розвиває естетичний смак і викликає інтерес до художньої творчості.

Організація образотворчої діяльності особливо малювання та ознайомлення з живописом, відіграє важливу роль у всебічному розвитку дітей молодшого дошкільного віку. Педагог повинен створювати сприятливі умови для творчого самовираження дітей, підтримувати їхню природну цікавість до мистецтва, знайомити з різними художніми матеріалами та техніками, а також навчати розуміти та цінувати твори живопису. Систематичне та продумане ознайомлення з мистецтвом сприяє розвитку естетичного смаку, емоційної чутливості, уяви, дрібної моторики, а також формуванню ціннісного ставлення до культури. Майстер-класи для педагогів, такі як ознайомлення з Яворівським розписом, є важливим інструментом для збагачення їхніх знань та практичних навичок у галузі художньо-естетичного розвитку дітей.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Базовий компонент дошкільної освіти 2021 URL: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/doshkilna-osvita/bazovij-komponent-doshkilnoyi-osviti-v-ukrayini>
2. Бех.І.Д.Виховання особистості:у 2-х кн.Кн.1:Особистісно орієнтований підхід:теоретико - технологічні засади:навч.-метод.видання.Київ:ІЗМН,2003.С-7-19.
3. Кульчицька.О.І.Діагностика рівня розвитку творчих здібності.Обдарована дитина 2003./5 с.42-50.
4. Сухорукова.Г.В.Образотворче мистецтво з методикою викладання в дошкільному навчальному закладі.О.О. Дронова,Н.М.Голотай,Л.А.Янцур. Підручник.За заг.ред.Г.В.Сухорукової.К.: Видавничий Дім"Слово " 2010.-350с.

**О.Л. Макарук**

кандидат педагогічних наук, доцент  
кафедри філології Коломийського  
навчально-наукового інституту  
Прикарпатського національного  
університету імені Василя Стефаника  
(Івано-Франківськ, Україна), e-mail:  
[olga.glovatska@ukr.net](mailto:olga.glovatska@ukr.net)

## **ПСИХОЛОГІЧНИЙ ТА ПЕДАГОГІЧНИЙ СУПРОВІД ОБДАРОВАНИХ ДІТЕЙ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ**

Психологічний супровід та психолого-педагогічна діагностика – невідємна складова роботи з обдарованими дітьми на будь-якому етапі навчання та виховання.

На даному етапі розвитку українського суспільства особливо актуальною стає потреба в громадянах, які здатні гнучко реагувати на зміни та ефективно впроваджувати інновації. Йдеться про людей із креативним мисленням, які здатні привнести новий зміст у соціальне, культурне та виробниче життя, а також вміють ставити перед собою перспективні завдання і розв'язувати їх, проектуючи майбутнє [2].

Нині особливо важливою є проблема сприяння особистісній, соціальній самореалізації та професійному визначенню обдарованих дітей у нових соціально-економічних умовах. У загальноосвітніх школах, де навчається значна кількість дітей із високим рівнем загальних і спеціальних здібностей, виникає необхідність комплексного підходу до їх розвитку та підтримки.

Організована робота з обдарованими учнями є способом реалізації їхнього права на індивідуальність, унікальність, внутрішню свободу й повноцінну самореалізацію. Виявлення і підтримка талановитих дітей тісно пов'язані з формуванням на практиці особистісно-орієнтованого підходу в освітньому процесі [1].

Проектування нового змісту навчання спрямоване на розвиток реальних практик диференційованого підходу до формування здібностей учнів. Це включає створення індивідуальних програм і планів, запровадження психологопедагогічного та тьюторського супроводу, акцент на вирішенні завдань особистісного розвитку здібної дитини через навчання, а також побудову



ефективної співпраці між учителем, учнем і його родиною. Ефективність такої роботи можлива лише за умов тісної взаємодії всіх учасників освітнього процесу – обдарованої дитини, її однолітків, батьків, педагогів, психологів, тьюторів та адміністрації навчального закладу [3].

Особливості розвитку обдарованої дитини в контексті особистісно-орієнтованого підходу до навчання включають не лише розвиток інтелектуальних здібностей, а й розвиток особистісних якостей, комунікативних і регуляторних навичок, які проявляються в формуванні соціального інтелекту, творчих здібностей, умінні ставити цілі та рефлексувати, лідерстві та відповідальності.

Згідно з думкою експертів, обдарованість поєднує унікальні здібності людини та її особистісні якості. Саме тому обдарована дитина потребує підвищеної уваги через свої особливості в характері, мисленні та навчанні. За думкою Т.Д. Сєдової [4], найефективнішою системою роботи з такими дітьми є та, у якій виявляється і розвивається потенціал кожної обдарованої дитини.

Таке навчання має бути спрямоване на виявлення і розвиток талантів кожної дитини. Педагоги повинні помічати форми обдарованості (інтелектуальну, творчу, соціальну) і розширювати можливості педагогічної підтримки для вибору напрямків розвитку таланту, даючи дітям свободу вибору. Важливо свідомо слідувати інноваційним педагогічним методам, які можуть бути нестандартними, але обґрунтованими з точки зору розвитку обдарованих дітей.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Антонова О. Є. Психолого-педагогічний супровід обдарованої дитини як реалізація особистісно орієнтованого підходу. Професійна педагогічна освіта: особистісно орієнтований підхід : монографія / за ред. О. А. Дубасенюк. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2012. С. 316-345.
2. Комплексна програма підтримки та розвитку обдарованих дітей «творча обдарованість» Сніжнянського міського відділу освіти на 2011-2015 роки: Електронний ресурс : режим доступу : [snezhnoe-rada.gov.ua/files/sovet/.../120.doc](http://snezhnoe-rada.gov.ua/files/sovet/.../120.doc)
3. Веліканова О. Г., Дзюбенко О. М. Система роботи з обдарованими учнями (з досвіду роботи Харківської спеціалізованої школи № 16). Організація роботи з обдарованими учнями: досвід харківських шкіл (за результатами відкритого конкурсу-захисту проектів) : методичний посібник для заступників

директорів ЗНЗ та вчителів, які працюють з обдарованими дітьми. Харків, 2009. 40 с.

4. Сєдова Т. Д. Ціннісні орієнтації педагогічного супроводу обдарованих учнів в освітньому середовищі гімназії // Організація роботи з обдарованими учнями: досвід харківських шкіл (за результатами відкритого конкурсу-захисту проектів) : Методичний посібник для заступників директорів ЗНЗ та вчителів, які працюють з обдарованими дітьми. Харків, 2009. 40 с.

***О.П. Марченко***

група ам24м

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ РОЗВИТКУ САМОЕФЕКТИВНОСТІ ШКОЛЯРІВ НА УРОКАХ ІНОЗЕМНОЇ МОВИ В КОНТЕКСТІ ВАЛЬДОРФСЬКОГО ПІДХОДУ**

**Актуальність.** Люди постійно шукають відповіді на питання щодо браку і відновлення особистих ресурсів, все актуальнішими стають навички саморегуляції, самоконтролю і вміння адаптуватися до змін навколишнього середовища. Пріоритетними стають універсальні навички софт-скілз, серед яких є гнучкість, адаптивність, дипломатичність, ситуаційна обізнаність. Але для того, щоб людина могла розвивати в собі подібні навички і постійно вдосконалюватись протягом життя шляхом самоосвіти, для того щоб людина могла реалізувати свій творчий і практичний потенціал, у неї також має бути віра в свої сили, віра в те, що вона може розпочати нову справу, будь то нове навчання чи будь-який проект в його житті, від роботи до соціальних стосунків. Адже, навіть якщо людина талановита, здібна, креативна і творча, але не має віри в себе і в свої сили, в свій успіх, вона просто не зможе реалізувати весь свій потенціал, а в деяких випадках може навіть не наважитись розпочати задуману справу. Тому сьогодні є дуже актуальною тема формування самоефективності особистості дітей.

Однією із важливих чинників розвитку самоефективності є наявність та постійний процес вдосконалення рефлексивного мислення.

**Мета дослідження.** Охарактеризувати формування рефлексивного мислення та самоефективності на уроках англійської мови методами вальдорфської педагогіки

### **Основна ідея та аргументи**

1. В сучасному світі вкрай важливо розвивати самоефективність особистості починаючи зі школи.
2. В процесі розвитку самоефективності рефлексивне мислення відіграє важливу роль.
3. Основні засади та прийоми викладання англійської мови у старших класах вальдорфської школи сприяють розвитку рефлексивного мислення у учнів.
4. Таким чином досягається високий рівень самоефективності, а також інші позитивні наслідки розвитку рефлексивного мислення, зокрема ефективне спілкування та успішність у навчанні і здобутті майбутньої професії.

Робота вальдорфських шкіл спирається на суспільний міжнародний досвід вальдорфського руху, який був започаткований у 1919р. за ініціативи доктора філософії Рудольфа Штайнера. Він сформулював вчення – антропософію, на основі якого набули розвитку певні підходи до виховання та навчання, медицини, мистецтва та інших напрямів життєдіяльності людини. Антропософія, вальдорфська педагогіка поширені по всьому світу, та найбільше – в країнах Західної Європи.

Вальдорфська педагогіка в своїй роботі спирається на потенціал і особистість дитини, а далі – підлітка та молодої людини. На відміну від інших альтернативних європейських педагогічних систем, вальдорфська педагогіка розглядає цей потенціал не тільки з точки зору психічних здібностей дитини (наявності радості від навчання, відкриття, творчих здібностей), але й з точки зору неповторності особистості кожного індивіда, на формування якого одночасно справляють вплив спадкові (тілесні, душевні диспозиції) й набуті (цінності, культура, поведінка, переконання) риси.

Вальдорфська педагогіка виходить з принципу інтенсивної взаємодії «вчитель – учень», яка має благодійний педагогічний вплив. До 14-ти років, тобто до 7-го або 8-го класу, один учитель супроводжує викладання якомога більшої кількості предметів. За таких умов учитель стає найбільш компетентним порадником щодо навчання. Водночас учитель паралельно отримує універсальну фахову освіту на курсах підвищення кваліфікації вальдорфських вчителів.

Починаючи з 9-го класу викладання у вальдорфських школах спрямоване на формування власних суджень в учнів. Так, наприклад, у курсі історії, має не тільки подаватись інформація про історичні події, але й мають бути поставлені питання. А для того, щоб у цьому процесі з'явилась можливість виховувати самостійність, над питаннями, які задають учням вчителі, мають переважати ті питання, які виникають з особистого інтересу учнів. Девіз викладання, спрямованого на розвиток здібностей самостійного судження можна було б висловити таким чином: «виховання здібності ставити питання». Такі питання виникають, виходячи з певної схильності учнів до судження. В ідеалі вона може стати характерною для кожного віку (класу). З душевних позицій вона є результатом емоцій, пережитих з істотно більшою інтенсивністю під час, а також по закінченню періоду пубертату, завдяки чому стає сильнішим переживання самого себе. На це тепер все більше спирається схильність підлітків займати якусь позицію при винесенні судження. Власне мислення переживається як сила, за допомогою якої можна мати власну точку зору й виносити власну моральну оцінку, насамперед, висуваючи вимоги до інших (стосовно себе це робиться поки що не дуже охоче).

Завдяки феноменологічному методу навчання (який є однією зі складових антропософського підходу до педагогіки), в тому числі через художньо-образний спосіб викладання на уроках, формується якісне рефлексивне мислення, що є необхідним елементом для розвитку самоефективності учнів. Найкращі можливості для цього надають методи, які враховують вікові особливості дитини та підлітка. Також необхідно враховувати не тільки мисленнєву складову навчального процесу, а й практично-вольовий компонент.

Методичні можливості для надання учням простору та часу, що є необхідними не для того, щоб просто відповісти на питання, задані з метою контролю у процесі навчання, а для того щоб дати особистості змогу в'язатися з навчальним матеріалом, у вальдорфській школі пропонується викладання епохами, в ході яких протягом трьох або чотирьох тижнів, щодня є 90 або 105 хвилин уроку, присвяченого одному предмету. В ідеальному випадку цей урок містить у собі три якісно різні рівні, які можнатакож виявити і в організації певних частин уроку:

1. Сприйняття нового матеріалу;
2. Робота з розкриття його суті, впорядкування, структуризації;

3. Формування понять та власної думки стосовно того матеріалу, що був розглянутий, тобто згадані процеси, інтегровані у загальний пізнавальний процес.

Етапи роботи, які мають відношення до двох перших рівнів навчального процесу, відбуваються протягом однієї навчальної одиниці (головного уроку), що відповідає вимогам методичної доцільності та різноманітності. Поняттєве наповнення та поглиблення процесу навчання до власне процесу освіти відбувається у вальдорфських школах, як правило, на наступному уроці наступного дня. При цьому в ідеальному випадку використовується близько 45 хвилин у першій частині уроку. Для повторного занурення у процеси судження, які мали місце минулого дня, тепер, у ході бесіди, для їх повторення й пригадування (або в процесі відповідної групової роботи) з одного боку формуються, впорядковуються та закріплюються важливі для розуміння й систематизації поняття, а з іншого відкриті питання, завдяки яким здобуті знання розглядаються у загальному взаємозв'язку, але насамперед у зв'язку з самими учнями. Іншими словами: при цьому не просто відбувається перевірка реалізації навчальних цілей та закріплюються результати, а отримує простір індивідуальний зв'язок учня з процесом пізнання, його посилення і точка зору, його інтереси можуть бути сформульованими та влитися у контекст бесіди. Існує можливість представити іншим людям як предметно-галузеві так й індивідуальні судження. Отже вчителі у цьому процесі повинні цікавитись не тільки тим, чи засвоює учень відповідний матеріал і чи відбувся потрібний навчальний процес, а також тим, що виникає в учня при розгляді матеріалу в ході процесів, що відбуваються у свідомості, та пошуку себе.

**Методи дослідження:** аналіз науково-теоретичних джерел, навчально-методичних рекомендацій, педагогічний експеримент, педагогічне спостереження, опитування.

В результаті навчального процесу у вальдорфських школах кожна успішна дискусія, кожен завершений альбом, кожна вивчена музична композиція англійською мовою, чи вистава, кожен проєкт сприяють формуванню відчуття успіху і підвищують віру в свої сили. Виконуючи кожне завдання і отримуючи відгуки викладача та однокласників, замість оцінок, учень отримує досвід навчання на власних і чужих помилках і успіхах.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Турченко Г., Блеснова О. В. Формування самоєфективності на уроках історії методами вальдорфської педагогіки. Електронний збірник наукових праць Запорізького обласного інституту післядипломної педагогічної освіти Випуск №2(57)/2024 : Матеріали II Міжнар. науково-практ. конф. «ОСВІТА ТА НАУКА КРІЗЬ ВИКЛИКИ СЬОГОДЕННЯ», м. Запоріжжя, 15–17 трав. 2024 р.  
URL: [https://www.zoippo.zp.ua/pages/publications/el\\_gurnal/pages/vip57.html](https://www.zoippo.zp.ua/pages/publications/el_gurnal/pages/vip57.html)
2. Steiner R. Allgemeine Menschenkunde als Grundlage der Pädagogik. Dornach/Schweiz: Rudolf Steiner Verlag, 1992
3. Програми для вальдорфських шкіл України: 10-11-ті кл. / ред. С. Крамаренко ; упоряд. С. Крамаренко. Київ : Генеза, 2012. 272 с.
4. Програми для вальдорфських шкіл України 1-9 кл. / ред. С. Крамаренко ; упоряд. Передерій С., Древаль Г., Дубовик О. Київ : Генеза, 2009. 510 с.

***Б. І. Митяй***

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## ПІДГОТОВКА МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ АНГЛІЙСЬКОЇ МОВИ В ДИНАМІЦІ ПРОФЕСІЙНОГО СТАНОВЛЕННЯ

Сучасні заклади вищої освіти пріоритетним вважають перехід від моделі навчання, орієнтованої на знання, вміння та навички, до компетентнісної. Основними вимогами до освітніх програм стають загальні та фахові компетентності, необхідні для отримання відповідної кваліфікації.

У працях О. Антонової, І. Зязюна, О. Коваленко, М. Лазарева, В. Радкевич та інших авторів розглядається розвиток освіти в контексті потреб ринку праці, зокрема формування професійних компетентностей і готовності фахівців до самостійної продуктивної діяльності.

Упровадження компетентнісного підходу потребує істотних змін складників вітчизняної системи освіти, включаючи зміст, методи та технології

навчання. Це означає таку підготовку випускника, яка йому дозволяє ефективно працювати в педагогічній сфері. Необхідно сформувати цілий комплекс компетенцій до молодих фахівців, щоб швидко

включитися в роботу, а саме: високий загальний рівень розвитку та ґрунтовні базові знання; здатність системно мислити, опрацьовувати великі обсяги інформації та виокремлювати головне; уміння застосовувати на практиці отримані знання, працювати в команді, уміння та бажання постійно вчитися.

Усі ці вимоги часу ставлять перед кожним ЗВО завдання активного упровадження практико-орієнтованого підходу до навчального процесу. Як слушно зауважує Г. Горбенко, підвищенню професіоналізації сприяє практико-орієнтоване навчання, оскільки практична спрямованість дозволяє здобувачам отримати досвід, максимально наближений до реальних умов їхньої майбутньої професійної діяльності [2]. В. Радкевич вважає, що саме воно є метою розвитку у здобувачів освіти тих умінь і навичок практичної роботи, які є затребуваними в різноманітних сферах соціальної та професійної практики, а також формування розуміння того, де, як і для чого одержані вміння вживаються на практиці [3, с. 9].

Очевидно, що тільки орієнтація на практичні дії сприяє формуванню у здобувачів самостійності, самовдосконалення, можливості планувати і організовувати свою діяльність. Для них педагогічна практика є однією зі значущих стадій професійного зростання на етапі професійного становлення, забезпечує виявлення освітніх дефіцитів теоретичної та практичної підготовки та створення мотивації для їх подолання, формування індивідуальних професійних смислів. Повноцінне виявлення рівня сформованості базових компетенцій можливо лише у період практики, коли здобувач виявляє свої професійно-педагогічні вміння у практичній діяльності в комплексі. Теоретичним підґрунтям їхньої підготовки до педагогічної практики є забезпечення цілісності навчально-виховного процесу ЗВО, підвищення мотивації до пізнання та набуття педагогічного досвіду, до самовдосконалення.

У період проходження педагогічної практики особливо актуалізуються такі проблеми теоретичної підготовки: вузько дисциплінарний підхід до освоєння змісту навчання в межах предметної підготовки; нестача цілісності підходу до формування професійно-педагогічних умінь, які вимагають суттєвого оновлення психолого-педагогічної, методичної підготовки та практичних умінь (комунікативних, організаційних, аналітичних), які видається виправданим формувати у рамках психолого-педагогічної підготовки.

Вирішення цих проблем можливе за рахунок залучення більшого уваги здобувачів до їх активної участі в практичній частині навчання. На заняттях з методики навчання англійської мови необхідно ретельно розглядати питання, пов'язані з технологією проведення уроків, поточним контролем навчання, аналізом та узагальненням педагогічного досвіду, основними напрямками в теорії та практиці навчання сучасної вітчизняної та зарубіжної шкіл.

Здобувачі повинні вчитися технології проєктування різних педагогічних ситуацій, моделей, а саме: організації різних видів діяльності учнів як у цілому класі, так і в мікрогрупі; пошуку свого власного місця у цій діяльності; вмінню аналізувати власну педагогічну діяльність та формулювати висновки.

У всі часи діяльність педагога була і залишається творчою, отже, для системи освіти важливе значення має розвиток творчого потенціалу сучасного спеціаліста-педагога, що обумовлюється розвитком творчої активності студента у процесі проходження практики, а також розвитком його пізнавальної самостійності, що передбачає наявність активної діяльності його як особистості, спрямованої на саморозвиток та самореалізацію, – стверджує О. Антонова [1]. Все це в зрештою сприяє розвитку креативної компетенції здобувача – однієї зі складників професійно-педагогічної компетентності.

У педагогічній діяльності креативність виявляється у діагностичній та методичній творчості, тобто у можливості пошуку та знаходження нових способів навчання учнів, застосування та створення нових діагностичних прийомів, нових поєднань методів навчання. У педагогічному спілкуванні йдеться про комунікативну творчість. Креативність спілкування проявляється у пошуку та знаходженні нових комунікативних завдань, нових засобів мобілізації міжособистісної взаємодії учнів на заняттях, створення нових форм спілкування в груповій роботі учнів тощо.

В особистісній сфері креативність постає як самореалізація викладача на основі усвідомлення себе творчою індивідуальністю, як визначення індивідуальних шляхів професійного розвитку, побудова програми самовдосконалення.

Формуванню мотивації та спрямованості здобувача до творчої діяльності на педпрактиці, стимулюванню пізнавальної самостійності і прагненню до самовдосконалення сприяють заняття з методики викладання англійської мови та психолого-педагогічних освітніх компонентів, побудовані за принципом співробітництва, професійної автономності, принципу свідомості та активності. Особлива увага на заняттях приділяється формуванню здатності до



прогнозування педагогічних ситуацій. Виконання завдань психолого-педагогічного характеру сприяє внутрішньому включенню здобувачів до процесу їх вирішення, а здатність до прогнозування є найважливішим компонентом творчої особистості.

Керівники практики орієнтують здобувачів на створення нового оригінального продукту як форми об'єктивізації результатів своєї інтелектуальної творчості, розвитку креативних здібностей, що стимулюють творчу активність на створення нового. Зокрема, невід'ємним атрибутом педагогічної практики є проєктна діяльність. Традиційне проведення нестандартних уроків англійської мови із застосуванням нових інформаційних технологій робить уроки студентів-практикантів більш результативними та більше запам'ятовуються.

Більш ефективному розвитку творчого потенціалу практикантів сприяє залучення до науково-пошукової діяльності, що стимулює формування досвіду самостійного авторського вирішення наукових проблем у курсових та дипломних проєктах, апробованих під час педпрактики. Педагогічна практика дозволяє виявити реальні результати науково-дослідної діяльності, упроваджені в освітній процес, ініціювати їх і розвивати за допомогою дослідницької творчості, пошуку нових педагогічних технологій та засобів навчання, які забезпечують становлення особистості спеціаліста, здатного до адекватного професійного самовизначення та розвитку.

Результати педагогічних практик свідчать про розвиток творчого потенціалу студентів. У них змінюються та розширюються уявлення про власні можливості, підвищується самооцінка, формується мотивація на творчу діяльність. Розвиток самостійності, творчості у процесі становлення професійно-педагогічної компетентності під час педагогічної практики у майбутніх учителів передбачає не тільки відповідну психолого-педагогічну та методичну підготовку, а й власну активність, спрямовану на саморозвиток.

Отже, при практико-орієнтованому підході навчання творча та дослідницька позиція у більшості здобувачів стає самовизначальною характеристикою особистості.

## **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Антонова О. Є. Практико-орієнтований підхід у формуванні професійної майстерності майбутнього вчителя. Теорія і практика професійної майстерності в умовах цілежиттєвого навчання : монографія / за заг. ред. О. А.

Дубасенюк. Житомир : Вид-во Рута, 2016. С. 262–285.

2. Горбенко Г. В. Практико-орієнтоване навчання у підготовці бакалаврів реклами і зв'язків з громадськістю. Неперервна професійна освіта: теорія і практика. 2015. Вип. 4 (45). С. 64–69.

3. Радкевич В. Інноваційні процеси у сучасній професійній школі. Професійно-технічна освіта. 2005. № 1. С. 9–11.

### ***Т.В. Потанчук***

доктор педагогічних наук, професор,  
професор кафедри теорії та методики  
дошкільної і спеціальної освіти,  
Прикарпатський національний  
університет імені Василя Стефаника  
(Івано-Франківськ, Україна), ORCID  
ID: <https://orcid.org/0000-0003-1680-6976>

Researcher-ID (Web of Science  
Researcher ID) AAE-6408-2022

e-mail: [tatvolod@ukr.net](mailto:tatvolod@ukr.net)

## **ХАРАКТЕРИСТИКА ЛОГОПЕДИЧНОГО СУПРОВОДУ СІМЕЙ, ЩО ВИХОВУЮТЬ ДИТИНУ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНІМИ ПОТРЕБАМИ**

Сім'я, яка виховує дитину з особливими освітніми потребами, підтримує цю дитину і має право на всебічну допомогу. Видатні вчені наголошували на важливості зв'язку між вчителем та родиною для успішного вирішення завдань виховання і розвитку дитини. Розпочинати освітньо-корекційний процес потрібно вже зараз, якщо дитина прагне ефективно розвиватися в сім'ї чи в альтернативній родині. Співпраця з батьками повинна бути заснована на довірі, партнерстві та взаєморозумінні, що є запорукою досягнення позитивних результатів [2; 3].

Кожна сім'я потребує допомоги, адже їхні ситуації унікальні; так само унікальними є виклики дітей. Психологічний стан батьків часто залежить від особливостей розвитку дітей з мовленнєвими порушеннями. Мовні труднощі можуть створювати значні комунікативні бар'єри, через які діти мають обмежені

можливості соціального спілкування. Батьки таких дітей зазвичай усвідомлюють обмеження соціальних можливостей своїх дітей.

Взаємодія з батьками, яку також називають логопедичним супроводом, стає дедалі важливішою для фахівців, які працюють з дітьми з мовленнєвими проблемами. У педагогічній сфері концепція супроводу набула актуальності як у науково-теоретичному, так і в практичному аспектах.

Поняття «педагогічний супровід» з'явилося порівняно недавно і пов'язане з новим етапом розвитку особистісно орієнтованої освіти, що базується на взаємозв'язку навчання з життям і досвідом дитини .

Дослідники вважають, що концепції "педагогічний супровід" та "педагогічна підтримка" тісно пов'язані і є похідними одна від одної [1]. У педагогічній літературі "педагогічна підтримка" означає, що вчителі надають дітям превентивну та оперативну допомогу у вирішенні індивідуальних проблем, пов'язаних зі здоров'ям, діловою та міжособистісною комунікацією, навчальними успіхами, а також особистісним та професійним самовизначенням.

Натомість педагогічний супровід має більш активну роль. Як зазначає Синиця А., цей термін трактували виключно як допомогу суб'єкту в умовах життєвого вибору [4]. Сучасні дослідники, вважають, що педагогічний супровід є формою педагогічної діяльності, завданням якої є створення умов для особистісного розвитку та самореалізації учнів, а також розвитку їхньої самостійності та впевненості в різних ситуаціях життєвого вибору [5].

У сфері освіти супровід охоплює розгляд та вирішення інших завдань, зокрема психолого-педагогічного супроводу. Цей термін має широкий спектр інтерпретацій і характеризується різноманітністю видів і форм залежно від напрямку, предмета та об'єкта супроводу. Наприклад, він може включати супровід батьківства, допомогу дитині педагогом у навчально-виховних заходах або підтримку особливих категорій дітей (обдарованих, гіперактивних, з психофізичними розладами чи труднощами у навчанні).

Кисличенко В. [2] визначає психолого-педагогічний супровід як систему професійних дій педагога-психолога, що спрямована на формування позитивних стосунків між дітьми та дорослими в освітньому середовищі, а також на психологічний і психічний розвиток дитини з акцентом на її ближній зоні розвитку.

Під керівництвом психолого-педагогічної підтримки педагоги-психологи працюють над створенням соціально-психологічних умов для успішного навчання і психологічного розвитку учнів у шкільному середовищі.

За словами Конопляста С. І, психолого-педагогічний супровід є комплексним процесом, який створює соціально-психологічні та педагогічні умови для успішного навчання та розвитку дитини [3].

Сучасний психолого-педагогічний супровід розглядається як прогресивна комплексна технологія і культура, яка підтримує дітей у досягненні цілей розвитку, навчання, виховання та соціалізації. Хоча існує багато різних визначень і підходів до цього, основні методи все ж використовуються для допомоги дітям з нормальним психофізичним розвитком. Їх мета - гарантувати нормальний розвиток дитини відповідно до вікових і соціокультурних стандартів на певному етапі онтогенезу.

Форостян О. розглядає психолого-педагогічний супровід для дітей із особливими освітніми потребами як гарантію їхніх прав на повноцінне життя в суспільстві [5]. Психолого-педагогічний догляд для дітей з особливими потребами має бути комплексним і полідисциплінарним, а також враховувати загальні положення та специфіку індивідуального стану дитини. Згідно з українським законодавством, психолого-педагогічний супровід осіб із психофізичними порушеннями є системною діяльністю практичних психологів і корекційних педагогів.

Отже, така діяльність спрямована на створення комплексної системи клініко-психологічних, психолого-педагогічних і психотерапевтичних умов, які сприяють засвоєнню знань, успішній адаптації, реабілітації і формуванню особистості.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Зюзько, Д. С. Логопедичний супровід дітей із тяжкими порушеннями мовлення в умовах логопедичного пункту: кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеня магістр /Д. С. Зюзько, науковий керівник В. В. Кобильченко. Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2021.109 с.
2. Кисличенко В. А. Логопедичний супровід сім'ї, в якій виховується дитина з порушеннями мовлення: дис. канд. пед. наук: 13.00.03. Київ. 2010. 208 с.
3. Конопляста С. Ю., Кисличенко В. А. Логопедичний супровід сім'ї, в якій виховується дитина з порушеннями мовлення. Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія 19: Корекційна педагогіка та спеціальна психологія. 2011. Вип. 17. С. 105 - 107. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu\\_019\\_2011\\_17\\_30](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_019_2011_17_30)

4. Синиця А.О. Актуальність логопедичного супроводу дітей раннього віку з ЦП у сучасному соціумі. Актуальні питання корекційної освіти (педагогічні науки): збірник наукових праць: вип. 14 / за ред. О.В. Гаврилова, В.М. Синьова. Кам'янець-Подільський: ПП Медобори-2006, 2019. С. 290-302.

5. Форостян О.І. Логопедичний супровід дітей із тяжкими порушеннями мовлення в умовах логопедичного пункту/ Проблеми реабілітації: Збірник наукових праць (за матеріалами науково-практичної конференції). Одеса : С. 215-219.

**О.В. Фесенко**

Вихователь, Комунального закладу  
дошкільної освіти «Рукавичка»

Кушугумської селищної ради  
Запорізького району Запорізької  
області

студентка 4 курсу, спеціальності 012  
Дошкільна освіта

Мелітопольського державного  
педагогічного

університету імені Богдана  
Хмельницького

м. Запоріжжя, Україна

[olenaf2020@gmail.com](mailto:olenaf2020@gmail.com)

## **ТЕХНОЛОГІЇ ДЛЯ РЕАЛІЗАЦІЇ ПСИХОКОРЕКЦІЙНИХ ЗАВДАНЬ МЕТОДОМ СЕНДПЛЕЮ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ (З ДОСВІДУ РОБОТИ)**

Одним із способів спілкування дитини з навколишнім світом і самим собою, а також засобом зняття внутрішньої напруги є сендплей. Пісочна терапія – це один з методів арттерапії, який передбачає взаємодію з піском.

Мета пісочної терапії – не міняти й не переробляти дитину, не вчити її спеціальним поведінковим навичкам, а дати їй можливість бути такою, якою вона є.[1,3]

Завдання пісочної терапії:

- стимуляція мовленнєвої активності;
- формування комунікативних навичок;
- зняття внутрішнього напруження та отримання емоційного задоволення;
- розвиток координації рухів, дрібної моторики, орієнтація в просторі;
- покращення пам'яті, уваги, і просторової уяви;
- розв'язання психологічних проблем;
- позбавлення комплексів та страхів.[2]

Для організації роботи з піском вихователями КЗДО «Рукавичка» Кушугумської селищної ради Запорізького району використовуються:

1. Пісочниця – дерев'яний ящик розміром 50×70×8 см (де 50×70 – розмір поля, а 8 – глибина) пофарбований зсередини в голубий колір (символізує небо та воду), який заповнений на 1/3, або 1/2 частину чистим просіяним піском. Такий розмір пісочниці відповідає обсягу поля зорового сприйняття.

2. Чистий, просіяний пісок. Техніка безпеки вимагає «чистити» пісок мінімум раз на 2-3 місяці. Для цього пісок промиваємо або виставляємо на сонце, додаємо новий чистий пісок.

3. Колекція мініатюрних фігурок заввишки не більше ніж 8 см.[4]

Види ігор з піском:

1. Ігри на розвиток тактильно - кінестетичної чутливості та дрібної моторики рук («Чутливі Долоньки»).

Гра «Пісочна терапія»:

Мета: стимулювати шкірну чутливість, зняти емоційну напругу. Хід гри: діти малюють пальцями по піску або крупі, шукають в ньому дрібні предмети.[5]

2. Ігри на розвиток фонематичного слуху, корекції звуковимови, навчання читання та письма («Пісочна грамота»):

Гра «Знайди звук у слові».

Мета: формувати вміння виділяти звук у слові. Хід гри: дитина слухає слово й показує на піску фішку (камінчик), якщо чує заданий звук.[6]

3. Пізнавальні ігри на піску («Ігри на знайомство з навколишнім світом»).

Гра «Хто де живе?»:

Мета: узагальнення знань про середовище існування тварин.  
Хід гри: на піску створюють середовище (вода, ліс, пісок), а діти розміщують тварин у відповідне місце.[5]

#### 4. Фантастичні ігри.

У пісочниці імітується життя на інших планетах: місячний ландшафт, поверхня Марса та ін. Це унікальна можливість для дорослих використовувати сучасну дитячу субкультуру (трансформерів, роботів та ін.) у «мирних», пізнавальних цілях.[6]

Гра «Хто де живе?»:

Мета: узагальнення знань про середовище існування тварин.  
Хід гри: на піску створюють середовище (вода, ліс, пісок), а діти розміщують тварин у відповідне місце.[4]

5. Ігри-екскурсії по місту. Історія малої батьківщини істотно впливає на думки на думки та життя мешканців. Ці події можна розігрувати на піску.

Гра: «Піщана вулиця»:

Мета: навчити орієнтуватися в селищі.  
Хід гри: малюють на піску вулиці, будинки, знаки. Діти «йдуть» вулицею, виконують завдання: «Покажи, де знаходиться дитсадок», «Знайди аптеку», «Де живе твій друг?».[5]

Будь-яку гру можна подати дитині у вигляді казки.

«В одній казковій країні жила прекрасна Принцеса. Вона була доброю та розумною і мала дар усіх навколо робити добрими та розумними. Тому усі мешканці її країни почувалися щасливими. Це не сподобалося Дракону, що мешкав по сусідству. Вирішив він викрасти Принцесу і позбавити її неоціненного дару. Так і сталося... Щоб принцеса ніколи не змогла дарувати радість людям, дракон перетворив її на небачену істоту й ув'язнив у підземному замку. Ба більше, той, хто прийде рятувати Принцесу, своїм доторком занапастить її. І вона назавжди залишиться зачарованою.

– Чи можеш ти допомогти мешканцям цієї країни? Спробуй!».[8]

Отже, пісочна терапія є ефективним методом психокорекції для дошкільників, оскільки вона дозволяє вирішувати широкий спектр емоційних, мовленнєвих та поведінкових завдань. Через гру з піском діти можуть виражати свої почуття, розвивати мовлення, покращувати комунікаційні навички та знижувати рівень стресу. Цей метод стимулює уяву, підтримує соціалізацію та сприяє емоційному здоров'ю дітей. Пісочна терапія є важливим інструментом у

роботі з дітьми, які мають мовленнєві порушення або психологічні труднощі, і може бути ефективно інтегрована у логопедичні та психологічні практики.[7]

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Воскобович В. Гра як форма психокорекційної роботи з дітьми. — Київ: Школа, 2016.
2. Гречана Т. В. Корекція мовленнєвих порушень у дітей дошкільного віку засобами арт-терапії. — Чернівці: Чернівецький нац. ун-т, 2024.
3. Зінченко В. Психологія гри. — Київ: Академвидав, 2019.
4. Калошина С. Г. Пісочна терапія: Методичний посібник. — Київ: Логос, 2018.
5. Кацел Н. К. Особливості пісочної терапії як методу розкриття творчого потенціалу у дітей з порушеннями мовлення. — Чернівці: Чернівецький нац. ун-т, 2025.
6. Лубовська А. В. Сендплей як метод психокорекції емоційних станів у дітей. // Практична психологія та соціальна робота. — 2021. — № 7.
7. Шевченко Н. В. Пісочна терапія в роботі з дітьми дошкільного віку. — Харків: Основа, 2020.

*Г.В. Чупандіна*

Комунальний заклад

«Харківська гуманітарно-педагогічна академія»

Харківської обласної ради

### РОЗВИТОК СОЦІАЛЬНО-ЕМОЦІЙНИХ НАВИЧОК У ДІТЕЙ З АУТИЗМОМ ЗАСОБАМИ СОЦІАЛЬНО-ЕМОЦІЙНОГО ТА ЕТИЧНОГО НАВЧАННЯ

Однією з ключових передумов соціального благополуччя людини є належне формування та розвиток її соціально-емоційних навичок, оскільки саме ці навички забезпечують здатність орієнтуватися в міжособистісних стосунках, регулювати власну поведінку та емоційні стани, а також вибудовувати конструктивні соціальні взаємодії. Процес формування соціально-емоційних навичок розпочинається із раннього дитинства, і їх цілеспрямований розвиток є необхідною умовою успішної соціалізації особистості. Саме тому питання



розвитку соціально-емоційних навичок є актуальним для кожної дитини, проте особливої значущості воно набуває для дітей з аутизмом.

Вивчення питання аутизму активно представлено науковою думкою вчених з педагогічних наук, спеціальної педагогіки, психології та соціальної педагогіки. Зокрема, численні публікації таких науковців, як Т. Гладун, Н. Івашуви, Т. Суменко, Т. Скрипник, В. Тарасун, О. Рассказової, О. Чепки та інших спрямовані на дослідження проблем розвитку, навчання та соціалізації дітей з аутичними порушеннями, вирішення актуальних проблем аутизму: корекції інтелектуального розвитку, формування соціальних компетенцій, розвитку комунікативної сфери тощо.

За визначенням В. Бондаря, аутизм – це хворобливий стан психіки людини, що характеризується послабленням зв'язків із реальністю і виявляється в зосередженості на власних переживаннях та обмеженні спілкування з іншими людьми [4, с. 7]. Це визначення відображає важливі аспекти цього розладу, проте з огляду на сучасні підходи до вивчення аутизму, його можна розглядати ширше, як неврологічний розвитковий розлад, який не лише впливає на спілкування, але й на формування соціальних та емоційних навичок. Це дозволяє розширити розуміння аутизму не тільки через призму порушень комунікації, а й через призму соціально-емоційних проявів та адаптації в соціумі.

Погоджуємося з визначенням запропонованим Г. Хворовою, згідно з яким аутизм – це особливий тип функціонування нервової системи, що призводить до дефіциту соціальних функцій (що первинно не обумовлено зниженням інтелекту), неоднорідно впливає на численні системи організму (пізнавальну, комунікативно-мовленнєву, сенсорну, базальні системи, такі як харчування, сон тощо) і вимагає значних та високоспеціалізованих послуг у всіх сферах життєдіяльності [6, с. 8].

Плануючи реалізацію заходів з розвитку соціально-емоційних навичок у дітей з аутизмом, необхідно враховувати, що до релейних рис дітей з аутизмом належать: труднощі у встановленні контакту з однолітками; специфічні міжособистісні відносини; ігнорування інтересів однолітків; надмірно нав'язлива поведінка; неадекватна поведінка; агресія або аутоагресія; проблеми з прагматикою, семантикою та морфологією; розлади просодики та інтонації; вади в сенсорному сприйнятті та обробці сенсорних стимулів [5, с. 34].

Аналізуючи визначення соціально-емоційних навичок, наведених у працях Г. Рекун та М. Свіденської, які трактують соціально-емоційні навички як поведінку та установки, що допомагають людям ефективно орієнтуватися в

особистих і соціальних ситуаціях, зокрема контролювати емоції, спілкуватися з навколишніми та ставити цілі [2, с. 210], а також у визначенні В. Гринька, Т. Євтухової і А. Філіпової, які вважають соціально-емоційні навички одними з найважливіших навичок ХХІ століття, що дозволяють людині бути ефективною та успішною в складному і швидко змінному світі [1, с. 35], ми приходимо до висновку, що соціально-емоційні навички – це інтегрована сукупність здібностей дитини, що забезпечує розпізнавання, розуміння і вираження власних емоцій, адекватне реагування на емоційні сигнали інших людей і підтримку соціально прийнятної поведінки в різних життєвих ситуаціях.

Процес розвитку соціально-емоційних навичок у дітей з аутизмом може бути ефективно забезпеченим шляхом використання інноваційних практик соціально-емоційного навчання.

Соціально-емоційне та етичне навчання (СЕЕН) – це міжнародна програма соціального, емоційного та етичного навчання в системі дошкільної та шкільної освіти по всьому світу, і структура, яку можна застосовувати на всіх рівнях освіти, у тому числі вищої та післядипломної. Навчальна програма СЕЕН побудована на системі СЕЕН, яку привели в цей світ освітяни й освітянки, новаторки й новатори, науковці й науковиці, дослідниці й дослідники, які творчо і вдумливо підійшли до освіти як до механізму підсилення добробуту сучасного та майбутніх поколінь. Ця структура так само виросла на працях спільноти соціально-емоційного навчання (СЕН), яка виявила, що на критичних етапах розвитку дитини виховання навичок позитивної емоційної регуляції, співпереживання собі та міжособистісного спілкування поліпшує й академічне зростання, й особистий добробут. [3, с. 22].

Соціально-емоційне та етичне навчання (СЕЕН) – це Процес, що триває все життя, за допомогою якого діти й дорослі здобувають й ефективно застосовують знання, погляди та навички, потрібні для того, аби розуміти емоції та керувати ними, ставити позитивні цілі й досягати їх, відчувати й проявляти емпатію до інших людей, установлювати та підтримувати позитивні взаємини, а також приймати відповідальні рішення [3, с. 144].

На нашу думку, практики СЕЕН сприяють цілеспрямованому розвитку ключових соціально-емоційних навичок у дітей з аутизмом, зокрема:

- самоусвідомленню та розпізнаванню емоцій. Використання карток емоцій, тематичних ігор, візуальних матеріалів, що зображують різні емоційні стани, дозволяє дітям навчатися ідентифікувати власні емоції, розуміти їхні причини та адекватно на них реагувати;

- саморегуляції. Запровадження дихальних вправ, створення безпечного «тихого місця» для заспокоєння, а також вивчення індивідуальних стратегій зниження емоційної напруги сприяє формуванню здатності дітей контролювати свої емоції й поведінку у складних соціальних ситуаціях;
- соціальним навичкам. Завдяки участі в групових заняттях та індивідуальних сесіях з фахівцями діти отримують досвід конструктивної комунікації, співпраці та розв'язання конфліктів. Це дозволяє їм опановувати ефективні моделі соціальної взаємодії.

Систематичне впровадження практик СЕЕН здатне суттєво підвищити рівень соціальних і емоційних компетенцій у дітей з аутизмом, створюючи передумови для їх позитивної соціалізації, активної участі в житті спільноти та успішної інтеграції в суспільство.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Гринько В., Євтухова Т., Філіпова А. Теоретичні аспекти розвитку соціально-емоційних навичок в учнів початкової школи. *Професіоналізм педагога: теоретичні й методичні аспекти*. 2022. Вип. 2(17). С. 31–41.
  2. Рекурн Г. П., Свіденська М. С. Механізм управління формуванням соціально-емоційних компетенцій у навчальних закладах. *Соціальна економіка*. 2019. № 56. С. 207–215.
  3. СЕЕН-путівник. Соціально-емоційне та етичне навчання: освітня програма для навчання серця й розуму / голов. ред. О. Елькін. 2-ге вид. Київ : ТОВ «Інжиніринг», 2023. 148 с.
  4. Спеціальна педагогіка : понятійно-термінологічний словник / за ред. В. Бондаря. Луганськ : Альма-матер, 2003. 436с.
  5. Тарасун В. Аутологія: теорія і практика : підручник. Київ : «Вадекс», 2018. с.590.
- Хворова Г. М. Дитина з аутизмом: технології формування батьківської компетентності : навч.метод. посіб. Київ : Талком, 2020. 104 с.

***О.В.Шериньова***

Мелітопольський державний  
педагогічний університет імені  
Богдана Хмельницького

## **ІННОВАЦІЙНІ ПІДХОДИ ДО СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ДІТЕЙ З ООП В ІНКЛЮЗИВНОМУ СЕРЕДОВИЩІ**

У контексті глибоких трансформацій, які нині переживає українське суспільство, особливого значення набувають такі цінності, як гуманізм, рівність, толерантність, повага до прав і свобод кожної особистості, а також відмова від будь-яких форм дискримінації. Ці принципи стають фундаментом побудови демократичного, відкритого суспільства, де кожен має право на гідне життя, незалежно від фізичних, інтелектуальних чи соціальних особливостей.

Окремої уваги в цьому контексті заслуговує ставлення до осіб з інвалідністю. Упродовж останніх десятиліть відбувається поступове переосмислення суспільних уявлень щодо цієї категорії людей. Відходячи від стереотипного поділу на «нормальних» і «неповноцінних», суспільство рухається у бік визнання різноманіття як норми. Люди з інвалідністю дедалі частіше розглядаються не як об'єкт соціального піклування, а як повноцінні суб'єкти з правом на активну участь у всіх сферах суспільного життя.

Сьогодні спостерігається зростання ініціатив, спрямованих на розширення можливостей для самореалізації всіх громадян, зокрема через розвиток інклюзивної освіти, працевлаштування, доступу до публічних просторів і культурного життя. Формується суспільна модель, у якій розмаїття визнається цінністю, а рівність – практичною метою. У цьому контексті забезпечення рівних прав і можливостей для людей з інвалідністю є не лише питанням соціальної політики, а й показником рівня зрілості демократичної спільноти.

У сучасних умовах реформування української системи освіти актуалізується питання забезпечення ефективного соціально-педагогічного супроводу дітей з особливими освітніми потребами (ООП). Інклюзивна освіта як форма організації навчання, що забезпечує рівні можливості для всіх дітей, вимагає нових підходів, зокрема інноваційних рішень у діяльності педагогів, асистентів учителя, соціальних педагогів, психологів та інших фахівців супроводу. Актуальним є висвітлення ефективних інноваційних підходів до

соціально-педагогічного супроводу дітей з ООП в інклюзивному освітньому середовищі.

Діти з особливими освітніми потребами (ООП) мають індивідуальні особливості у сприйнятті та засвоєнні навчального матеріалу, що зумовлюється специфікою їхнього психофізичного розвитку. У зв'язку з цим постає необхідність упровадження диференційованих підходів до навчання та виховання. Раціонально організоване виховне середовище, засноване на принципах поваги, підтримки та цілеспрямованості, здатне не лише компенсувати наявні порушення, а й сприяти розвитку особистісних якостей дитини. Важливу роль у цьому процесі відіграють компенсаторні можливості нервової системи, завдяки яким дитина здатна адаптуватися та розвиватися в соціумі.

Однією з ключових вимог сучасного виховного процесу є забезпечення умов для самореалізації кожної дитини, формування її соціальних компетентностей та активної життєвої позиції. Сьогодні перед педагогами стоїть завдання створити таке освітнє середовище, у якому кожна дитина зможе:

- самовиразитися – проявити власну індивідуальність;
- самоствердитися – відчувати свою значущість і здатність до впливу;
- самоактуалізуватися – розкрити внутрішній потенціал і реалізувати себе.

Традиційні засоби навчання не завжди забезпечують належний рівень ефективності для осіб з ООП. Тому актуальним є впровадження інноваційних педагогічних технологій, що сприяють розвитку ключових компетентностей, зокрема здатності до самостійного аналізу, критичного мислення, творчого підходу до розв'язання навчальних і життєвих завдань. Використання таких технологій спрямоване на розкриття природних здібностей дитини, формування внутрішньої мотивації до навчання та розвитку.

Таким чином, забезпечення інноваційного підходу до навчально-виховного процесу в умовах інклюзії є не лише вимогою часу, а й важливою умовою для формування цілісної, соціально адаптованої особистості.

Соціально-педагогічний супровід розглядається як комплекс заходів, спрямованих на забезпечення психосоціального комфорту дитини, створення умов для її соціалізації, розвитку і самореалізації. В умовах інклюзії він набуває особливого значення, оскільки поєднує в собі педагогічний, соціальний, психологічний і медичний компоненти. Одним із головних завдань є не тільки

адаптація дитини з ООП у загальноосвітньому просторі, а й формування толерантного ставлення в оточуючого середовища.

Сучасна інклюзивна освіта потребує не лише адаптації освітнього середовища до потреб дітей з особливими освітніми потребами (ООП), а й переосмислення підходів до їх соціально-педагогічного супроводу. Традиційні методи вже не відповідають сучасним викликам, тому дедалі актуальнішою стає потреба в інноваційних рішеннях, які забезпечують індивідуалізацію освітнього процесу, активну взаємодію з родиною та міждисциплінарний підхід. Інноваційні підходи передбачають відхід від традиційних методів роботи з дітьми з ООП та впровадження сучасних практик, які базуються на індивідуалізації, мультидисциплінарному підході та активній взаємодії з родиною дитини.

До ключових інноваційних підходів, що зарекомендували себе в українській та міжнародній практиці, належать:

- *Розробка та впровадження індивідуальних освітніх траєкторій (IOT)* – особистісно зорієнтований маршрут розвитку дитини, який базується на її потребах, здібностях і рівні розвитку. IOT дозволяє не лише адаптувати навчальні програми, а й забезпечити системну підтримку з боку всіх учасників освітнього процесу.

- *Тьюторський супровід* – форма педагогічної підтримки, що сприяє розвитку автономності дитини, її мотивації до навчання та самостійного пізнання. Тьютор виступає як наставник, консультант, посередник між дитиною, педагогом, батьками та командою супроводу.

- *Метод кейс-менеджменту* – системна технологія, яка передбачає координацію зусиль різних фахівців (вчителя, психолога, логопеда, соціального педагога, лікаря тощо) з метою ефективного вирішення індивідуальних освітніх і соціальних запитів дитини. Цей метод дозволяє формувати комплексні рішення для подолання бар'єрів у розвитку.

- *Використання інформаційно-комунікаційних технологій (ІКТ)* – застосування спеціалізованих цифрових засобів, платформ і мобільних застосунків, що підтримують розвиток мовлення, мислення, пам'яті та інших когнітивних функцій у дітей з ООП. Сюди ж належать засоби альтернативної та додаткової комунікації (ААС), які особливо ефективні для дітей з порушенням мовлення та аутизмом.

- *Соціально-емоційне навчання (SEL)* – сучасний підхід, що передбачає розвиток емоційного інтелекту, навичок саморегуляції, співпраці,

емпатії та відповідального прийняття рішень. Його інтеграція в освітній процес сприяє покращенню адаптації дітей з ООП у колективі.

– *Формування інклюзивного мікроклімату в класі* – передбачає залучення всіх учнів до спільної діяльності, розвиток культури взаємопідтримки, проведення тренінгів толерантності та антибулінгових програм.

Таким чином, ефективна організація супроводу дитини з ООП у сучасній школі ґрунтується на принципах міждисциплінарності, індивідуалізації, партнерства з родиною та використання новітніх технологій. Саме ці підходи забезпечують повноцінну інтеграцію дитини в освітнє середовище та сприяють її всебічному розвитку.

У багатьох закладах освіти України вже використовуються інноваційні моделі супроводу. Наприклад, у Київській області впроваджено програму SMART-інклюзії, яка поєднує цифрові інструменти навчання з індивідуалізованим педагогічним підходом. У місті Львові діє модель супроводу, заснована на міждисциплінарному партнерстві (вчитель – асистент – соціальний педагог – психолог – логопед – батьки).

Ефективною практикою стало впровадження *психолого-педагогічних майстерень* для педагогів, що дозволяє підвищувати їхню компетентність у роботі з дітьми з ООП.

Батьки є ключовими партнерами у створенні ефективного супроводу дитини. Інноваційною є практика *батьківського коучингу* – систематичної підтримки родин фахівцями з метою зміцнення батьківських компетентностей. Також важливим є застосування *технологій фасилітації* – організації зустрічей і консультацій, де батьки активно залучаються до планування ІОТ.

Серед найактуальніших викликів у сфері інклюзивної освіти сьогодні вирізняються кілька ключових проблем: брак висококваліфікованих спеціалістів, обмеженість матеріально-технічного забезпечення, а також нагальна потреба у систематичному підвищенні професійної компетентності педагогічних працівників. Незважаючи на ці труднощі, вектор розвитку інноваційних підходів у соціально-педагогічному супроводі дітей з особливими освітніми потребами (ООП) викликає оптимізм. Адже йдеться не лише про забезпечення доступу до якісного навчання, а й про підтримку цілісного розвитку особистості дитини, її соціалізацію, формування життєвих навичок і повноцінну інтеграцію в суспільне життя.

Інноваційні підходи у супроводі дітей з ООП в інклюзивному середовищі створюють підґрунтя для формування освітнього простору, що максимально відповідає їхнім індивідуальним можливостям і потребам. У цьому процесі визначальну роль відіграють мультидисциплінарна взаємодія фахівців, активне партнерство з родинами, використання сучасних цифрових технологій, а також індивідуалізація освітніх траєкторій. Успішна реалізація інклюзивного підходу потребує не лише зміцнення кадрового потенціалу через фахову підготовку і наставництво, а й впровадження практикоорієнтованих моделей, які базуються на реальних потребах учнів та освітніх установ.

Подальше вдосконалення системи інклюзивної освіти повинно спиратися на комплексний підхід, що поєднує педагогічні інновації, емоційно-чутливе середовище та ефективну міжвідомчу взаємодію. Саме таке бачення дозволить забезпечити якісну освіту для кожної дитини, незалежно від її індивідуальних особливостей, сприяючи формуванню толерантного і згуртованого суспільства.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Колупаєва А. А. Інклюзивна освіта: реалії та перспективи. – Київ: АПН України, 2019. – 204 с.
2. Синьова Є. О. Психолого-педагогічні аспекти інклюзивного навчання. – Харків: Основа, 2020. – 192 с.
3. Чепель С. М. Технології соціально-педагогічного супроводу дітей з ООП. – Львів: Сполом, 2022. – 148 с.
4. Шульга Т. І. Організація інклюзивного навчання в закладах загальної середньої освіти: методичні рекомендації. – Київ: НУШ, 2020. – 116 с.



УДК 502/59:005.412

## СТАЛИЙ РОЗВИТОК І ПРИРОДНИЧІ НАУКИ: ВІД ТЕОРІЇ ДО ПРАКТИКИ

*A. Kolomiets<sup>1,2,3</sup>, Ol. Bren<sup>1,3</sup>, Ok. Bren<sup>5</sup>, M. Čížková<sup>1</sup>, J. Kviderova<sup>1,4</sup>, M. Vitova<sup>1</sup>*

1. Institute of Botany CAS, Czech Republic

2. University of South Bohemia, Czech Republic

3. Centre for Polar Ecology, Czech Republic

4. University of West Bohemia, Plzeň, Czech Republic

5. *Bogdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical University*

### SOIL MICROALGAE IN SAND PIT RESTORATION: CONCEPT, METHODS, EXPECTED OUTCOMES

The biodiversity of soil microalgae serves as a valuable bioindicator of ecological recovery in post-mining landscapes. In our study, we explore microalgal communities as markers of soil reclamation in the sand pit "Cep II", where different areas represent various types and stages of natural and technical succession following sand extraction. While previous studies at the site examined higher plants and invertebrates [2, 3, 6], microbial life remained less studied [1, 4, 5].

Microalgae, including cyanobacteria and eukaryotic microalgae, are among the first colonizers of barren substrates due to their photosynthetic capabilities and exometabolites production. Their presence and biovolume throughout different successional stages offer insights into the dynamics of soil biota recovery. By comparing control areas (unaffected by mining) with reclaimed zones, we aim to assess both quantitative (biovolume) and qualitative (species composition) indicators of microalgal communities.

Our approach combines microscopy, cultivation, and molecular techniques. This research is conducted within the framework of the 6th edition of the Quarry Life Award, an international scientific and educational competition initiated by Heidelberg Materials. Preliminary findings will inform recommendations for ecosystem restoration and support the development of biotechnological remediation methods using microalgal biomass. Moreover, the study highlights the importance of

sustainable development and public awareness of the restoration potential of microscopic organisms.

## REFERENCES

1. Ramakrishnan B. et al. Potential of microalgae and cyanobacteria in improving soil health and agricultural productivity – a critical view. *Environmental Science: Advances*. 2023. 2. 10.1039/D2VA00158F.
2. Rehounková K. et al. Additional disturbances as a beneficial tool for restoration of post-mining sites: a multi-taxa approach. *Environmental science and pollution research international*. 2016. 23. 10.1007/s11356-016-6585-5
3. Rosier S. Reclamation Through Extraction: A Design-Led Approach to Progressively Reclaiming Aggregate Quarries. 2024.12. 150.
4. Saini L. et al. Application of microphytes for soil reclamation. 2024. 10.1016/B978-0-443-13993-2.00026-8.
5. Song X. et al. Potential applications for multifunctional microalgae in soil improvement. *Frontiers in Environmental Science*. 2022. 10. 10.3389/fenvs.2022.1035332.
6. Stephan K., Hubbart J.. Plant Community, Soil and Microclimate Attributes after 70 Years of Natural Recovery of an Abandoned Limestone Quarry. *Land*. 12. 2023.1-18. 10.3390/land12010117.

***O. Bren<sup>1,3</sup>, A. Kologmiiets<sup>1,2,3</sup>, P. Pribyl<sup>1</sup>,  
E. Pushkareva<sup>4</sup>, J. Elster<sup>1,2,3</sup>, B. Becker<sup>4</sup>***

1. Institute of Botany CAS, Czech Republic

2. University of South Bohemia, Czech Republic

3. Centre for Polar Ecology, Czech Republic

4. University of Cologne, Germany

## **VIABILITY ASSESSMENT OF THE MICROALGA *KLEBSORMIDIUM FLACCIDUM* (STREPTOPHYTA) FROM SVALBARD, THE HIGH ARCTIC, USING MULTIPARAMETRIC FLUORESCENT STAINING**

The assessment of the viability of microorganisms under environmental stress conditions is a key step in the study of their resistance and adaptation mechanisms. In the case of microorganisms, it is a common practice involves to use dyes that allow for the detection of activity or damage in specific cellular structures. For a comprehensive

evaluation, a multiparametric staining method has been developed, which is based on the simultaneous use of several fluorescent dyes [4, 5]. Such a method involves the use of three dyes:

- SYTOX Green – to assess the integrity of the cell membrane;
- CTC (5-Cyano-2,3-ditolyl tetrazolium chloride) – as an indicator of mitochondrial (oxidative) activity;
- DAPI (4',6-diamidino-2-phenylindole) – to detect the state of nuclear DNA.

The key factors determining the success of the method are the precise selection of dye concentrations and exposure times. Equally important is the appropriate choice of detection method:

- direct visualisation;
- imaging followed by cell counting;
- flow cytometry.

This approach has so far been tested on bacterial cultures, and allows accurate discrimination between metabolically active and inactive, damaged and intact cells. Other prokaryotes with similar cellular organisation, such as cyanobacteria, have also been tested with this method, confirming its effectiveness [1, 6, 7]. Despite its promising potential, the application of multiparametric staining to eukaryotic organisms, especially microalgae, remains underexplored. To date, only a few studies have applied this approach [2, 3].

In our study, we conducted a viability test of the microalgal strain *Klebsormidium flaccidum* CCALA 1182, isolated from a biological soil crust in the High Arctic (Svalbard). The algal biomass was subjected under laboratory conditions to a series of abiotic stresses, including **desiccation** and **cold stress**, under laboratory conditions after pre-treatment at optimal (22°C) and suboptimal (8°C) temperatures, and with or without nitrogen in the growth medium. Growth experiments showed that the new isolate is not a psychrophilic but a mesophilic organism, indicating that the low temperature of Svalbard induces cold stress in this species.

Both **desiccation** and **cold stress** were found to cause the cells to enter a metabolically inactive state. The lack of nitrogen during pre-treatment reduced the resilience to unfavourable conditions – **variants without nitrogen showed more injured and dead cells, and a small number of intact cells** at both pre-treatment temperatures. Our results indicate that **suboptimal pre-treatment temperatures (cold acclimation) result in lower cell mortality and a lower proportion of metabolically inactive, injured cells**, which was observed in both desiccation and freezing

experiments. Additionally, **cold acclimation had a positive effect on viability during desiccation in the presence of nitrogen**. Freezing resulted in many cryo-injured cells under all conditions; but significantly more died under nitrogen deficiency.

The results obtained confirm the effectiveness of this approach for studying the physiological state of eukaryotic microalgae, especially those from extreme environments. Equally important is the individual selection of dyes for specific species. For example, when other algal species were tested, **CTC showed low efficacy**, indicating the need for further studies on cell permeability and the possible use of alternative dyes.

## REFERENCES

1. Billi D. Subcellular integrities in *Chroococcidiopsis* sp. Extremophiles, 2009. 13(1). pp. 49–57.
2. Hejduková E., Elster J., Nedbalová L. Annual Cycle of Freshwater Diatoms in the High Arctic Revealed by Multiparameter Fluorescent Staining. Microbial Ecology, 2020. 10.1007/s00248-020-01521-w.
3. Jimel M., Kviderova J., Elster J. Annual cycle of mat-forming filamentous alga *tribonema* cf. *minus* (stramenopiles, xanthophyceae) in hydro-terrestrial habitats in the high arctic revealed by multiparameter fluorescent staining. Journal of applied phycology, 2021. 10.1111/jpy.13109-20-203.
4. Lovelace P., Maecker H. Multiparameter Intracellular Cytokine Staining. Methods in molecular biology, 2018. pp. 151-166.
5. Nomura L., Maino V., Maecker H. Standardization and Optimization of Multiparameter Intracellular Cytokine Staining. Cytometry. Part A: the journal of the International Society for Analytical Cytology, 2008. 73 p.
6. Tashyreva D., Elster J. Effect of Nitrogen Starvation on Desiccation Tolerance of Arctic Microcoleus Strains (Cyanobacteria). Frontiers in Microbiology, 2015.
7. Tashyreva D., Elster J., Billi D. A Novel Staining Protocol for Multiparameter Assessment of Cell Heterogeneity in *Phormidium* Populations (Cyanobacteria) Employing Fluorescent Dyes. PloS One, 2013. 8. e55283.

***O.E. Pyurko,***

Candidate of Biological Sciences,  
Associate Professor,  
Bohdan Khmelnytsky Melitopol State  
Pedagogical University;

***L.I. Arabadzhi-Tipenko,***

Candidate of Biological Sciences, Senior  
Lecturer,  
Bohdan Khmelnytsky Melitopol State  
Pedagogical University;

***D.V. Kolosova,***

4th year student in the specialty  
A4.05 Secondary Education (Biology and  
Human Health),  
Bohdan Khmelnytsky Melitopol State  
Pedagogical University

## **ECOLOGICAL-FUNCTIONAL ORGANS DESIGN OF *PORTULACA OLERACEAE* L. IN THE CONDITIONS OF THE ZAPORIZHIA REGION**

Unlike flora, which is characterized only by its species composition and is the object of study of plant systematics and geography, vegetation is characterized by ecological connections, species composition, number of individuals, features of the combination of representatives of different plant taxa and is the object of study of the natural science branch - an important component of the biosphere, closely related to the features of climate, water regime, soil, relief and other components of the natural environment, together with which it forms biogeocenoses [1-3]. Climatic conditions determine the main general patterns of vegetation distribution and determine its zonal character. Zonality is associated with the distribution of solar energy, precipitation, air humidity, light, temperature, pressure, etc. [7-14]. Vegetation as a factor favorable for humans in terms of sanitary and hygienic conditions improves the local climate, restrains soil erosion and deserves worldwide protection [4-6]. Mesophytic plants fight overheating and salinization with the help of specific morphological and anatomical rearrangements of individual organs, have a reduced level of metabolic processes, are

characterized by increased viscosity of the cytoplasm, a high content of bound water in the cell, etc. [1-14] Using this ability, especially at a young age, it is possible to purposefully change the nature of the plant and create high-yielding forms capable of withstanding soil and air drought and yielding a larger harvest in such conditions, which is of great importance for humans [6-9].

The research aim is to clarify the ecological and physiological features of the vegetative organs of mesophytic plants (*Portulaca oleracea* L.).

The research object is *Portulaca oleracea* L. plants, which were grown in different conditions (on saline soil and without salinity during ontogenesis).

Analysis of the obtained data showed that the root of *Portulaca oleracea* L. has the following structure: bark – 42,9%, periderm – 15,25%, bark parenchyma – 28,07%, cambium – 0,96%, wood – 3,13, 1st order xylem vessels – 2,46%, 2nd order xylem vessels – 3,2%, 3rd order xylem vessels – 3,97%. Our studies have shown that when salinity occurs in *Portulaca oleracea*, the tips of the roots are damaged and turn brown, and this leads to the intensive appearance of lateral roots of the 2nd and 3rd orders. At the same time, the spatial structure of the root system changes, which in saline soils is located in the surface layers of the soil. NaCl salts significantly accelerate the lignification of the inner walls of the epidermal cells and cause their thickening. Regardless of the root growth conditions, the rate of lignification of their cells does not change. This process is a specific protective reaction aimed at creating a barrier that limits the entry of salt ions into the plant.

The study of the internal structure of the stem showed that after the action of NaCl, the *Portulaca oleracea* plant acquired a characteristic morphological structure, and this is reflected in the anatomical features: assimilation shoots are sluggish, translucent, pale green; the cells of the epidermis, parenchyma, parenchyma of the cortex and vascular-fibrous bundles have significantly decreased in size by 10-25%. Of all the organs of the plant, the leaf is most closely connected with the environment in the process of intensive metabolism - photosynthesis and transpiration, therefore its structure much more strongly reflects the influence of changing environmental conditions. Our studies have shown that on both sides the leaf is covered with a single-layer epidermis (25 µm, i.e. 1,6% of the total thickness of the leaf), which is represented by large, thin-walled cells that are tightly pressed against each other. Compared to the control, the epidermis in saline decreased in size and was 1,2% or 23,3 microns. Using the method of Zakharevich S.F., when studying the main cells of the leaf integumentary tissue, we identified two types of cells that differ in size and projection: type I - projection of cells 5-6 angular, cell outlines rectilinear, angles - pointed and obtuse,

number of cells per 1 mm<sup>2</sup> - 240 pcs., cell size along the long axis - 720 µm; S = 4800 µm<sup>2</sup>. Type II - projection of cells 5-6 angular, angles - pointed and obtuse, number of cells per 1 mm<sup>2</sup> - 150 pcs., cell size along the long axis - 360 µm; S = 1200 µm<sup>2</sup>. The type of stomatal apparatus is anomocytic.

Under the influence of NaCl, the following anomalies of stomatal complexes occur: type I - two stomata are located in one polygonal cell. The cell outlines are rectilinear, the corners are acute, obtuse. type II - the stomata are surrounded by two cells, on one side by a 6-angular cell, on the other by a 5-angular cell. Cells with rectangular faces, with acute and obtuse corners. type III - the stomata are accompanied by two cells, one of which is much larger than the other. type IV - the stomata are surrounded by a pair of epidermal cells, whose common walls are at right angles to the closing cells. This type of stomatal apparatus is diacitic. It has been shown that in control plants of *Portulaca oleracea* L. of the studied species, the area of stomatal openings is 7-10% larger than in plants on saline soils, which indicates adaptive reactions of mesophytes to an increased concentration of salts. Our studies showed that the leaf under the influence of NaCl salts became sluggish, pale green, lifeless, acquired a characteristic morphological structure, and this was accompanied by anatomical features: cuticle, epidermis, photosynthetic parenchyma, water-bearing spongy parenchyma, the conducting bundle significantly decreased in size, and drusen appeared as a result of stress.

The *Portulaca oleracea* L. seeds are smooth, shiny, black-brown, with a faintly visible mesh-dot pattern. Analyzing the data on the weight of one seed and the number of seeds in plants, a pattern is traced. In *Portulaca oleracea* L. on saline soil, the seeds are small, and in *Portulaca oleracea* L. in the control they are larger. And as a result of studying the real and potential seed productivity in the control and under salinity. It was established that in *Portulaca oleracea* L. plants in the control germinate 75% of the seeds, and in saline - 58%.

We have established that the germination energy in the control is the greatest when the seeds were germinated in water, and the smallest - in a 0,5% NaCl solution. On saline soil, the germination energy is the least in water, and the largest - in a 0,5% NaCl solution, because plants grown from such seeds are characterized by a lower metabolic intensity, but are more resistant to salinity. As a result of studying the potential and actual productivity of seeds in the control, 75% germinate; and on saline - 58%. The germination energy of seeds in a 0,5% NaCl solution on saline soil is the greatest, as evidenced by the low metabolic intensity, but high resistance to salinity.

In general, the *Portulaca oleracea* L. adaptation can be assessed according to the level of variability of physiological and biochemical parameters and anatomical and morphological adapted rearrangements at different levels of organization during ontogenesis, which characterize the "reliability" of a certain genotype. At the same time, plant productivity, as a final integral indicator, finally shows the degree of influence of the acting factor on the plant, and the analysis of the components of productivity, to a certain extent, allows us to clarify the main directions and dimensions of this influence. The degree of implementation of the plant's genetic program largely depends on the conditions of existence, namely on the content of salts in the soil, the sensitivity to which is affected, both on the anatomical and morphological structure and on the physiological and functional features of *Portulaca oleracea* L.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Злобін Ю.А. Курс фізіології та біохімії рослин. Суми.: ВТД «Університетська книга», 2004. С. 25-26.
2. Казакова С.М., Пюрко О.Є., Христова Т.Є., Казаков Є.О., Коломійчук В.П., Намлієва Л.М. Практичний курс з ботаніки (анатомія і фізіологія рослин). Мелітополь, 2006. С. 25-62.
3. Мусієнко М.М. Екологія рослин. Київ: Либідь, 2006. 432 с.
4. Пюрко О.Є., Мусієнко М.М., Христова Т.Є., Казаков Є.О. Екологічна диференція рослин в залежності від реалізації їх адаптивних потенціалів. *Науковий вісник Уманського державного педагогічного університету*. Серія «Біологія». К: Науковий світ, 2000. С. 87-92.
5. Пюрко О.Є., Левченко Н.М., Брагінець А.О. Ендо-структурна архітектоніка адаптаційних перебудов декоративно-листяних рослин: природничо-освітній контент. Materials of the 2-nd All-ukrainian scientific and practical conference «Current problems of biodiversity protection and scientific researches in war and post-war times» (Zaporizhzhya, 26.09.2024-27.09.2024). Запоріжжя, 2024. С. 45-47.
6. Castro-Diez P., Puyaravaud J.P., Comelissen J.H.C. Leaf structure and anatomy as related to leaf mass per area variation in seedlings of a wide range of woody plant species and types. *Oecologia*, 2000. Vol. 124. P.476-486.
7. Ghassemi F., Kakeman A.J., Nix N.A. Salinization of land and water resources. Wallingford, CT: CAB Intern., 1998. 526 p.
8. Jeffree E.P., Jeffree C.E. Temperature and biogeographical distribution of species. *Functional Ecology*, 1994. Vol.8. P. 640-647.
9. Jones H.G. Plants and microclimate: a quantitative approach to environmental plant physiology. 2th Cambridge Univ. Press, 1992. 296 p.



10. Pyankov V.I., Ivanovo L.A., Lambers H. Quantitative anatomy of photosynthetic tissues of plants species of different functional types in a boreal vegetation /Inherent variation in plant growth. Physiological mechanisms and ecological consequences /Eds. H. Lambers, H. Poorter, M.M.I.Van. Leiden: Backhuys Publ., 1998. P. 71-87.
11. Pyurko O., Khrystova T., Pyurko V., Arabadzhy-Tipenko L. Endo-adaptive component *Taraxacum officinale* L. as a determinant of the adaptation syndrome of plant organisms against the background of ecosystem stability. *Revista de la Universidad del Zulia*. 2024. Vol. 15, № 42. P. 491-503. (Ciencias del Agro, Ingeniería y Tecnología) <https://doi.org/10.46925//rdluz.42.27>
12. Pyurko O.E., Khrystova T.E., Pyurko V.E., Arabadzhi-Tipenko L.I. Seeds' similarity of cultural and natural flora under chloride load in conditions of southern Ukraine. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, 2023. Vol. 1254, special issue 1: 4th ICSF: Environmental, Technological, Social and Economic Matters (ICSF-2023) 22/05/2023 - 26/05/2023. URL: <https://iopscience.iop.org/issue/1755-1315/1254/1>
13. Yeo A. Molecular biology of salt tolerance in the context of whole plant physiology. *J. Exp. Bot.*, 1998. Vol. 49. P. 915-929.
14. Zhu J.-K. Plant Salt tolerance. *TRENDS in Plant Science*, 2011. Vol. 6, №2. P. 66-71.

**Андрій      Гладій,      Антон**  
**Кравченко**  
 Мелітопольський державний  
 педагогічний університет імені  
 Богдана Хмельницького

## **ОПТИМІЗАЦІЯ МЕТОДІВ ВИЛУЧЕННЯ АЛКАЛОЇДІВ ТРОПАНОВОГО РЯДУ З РОСЛИННОЇ СИРОВИНИ**

Серед природних фармакологічно активних речовин, саме алкалоїди є основною групою, яка використовується в якості джерела високоефективних лікарських засобів. У медицині алкалоїди з успіхом використовуються як лікарські препарати при лікуванні серцево-судинних, нервових, шлунково-

кишкових і багатьох інших захворювань. В даний час відомо, що деякі алкалоїди застосовують для лікування злоякісних новоутворень.

Цінність алкалоїдів визначається і тим, що їх препарати є швидкодіючими, що особливо важливо при серцево-судинних захворюваннях, а також спазматичних явищах, і до того ж вони не мають кумулятивного ефекту [1].

Приблизно 11% лікарських засобів, які застосовують у науковій медицині сьогодні, – алкалоїди. Майже всі вони належать до сильнодіючих препаратів. Через надто сильну фармакологічну активність рослини, що містять алкалоїди дуже обмежено застосовують у народній медицині й фітотерапії. Виняток становить трава чистотілу – дуже популярний, проте небезпечний засіб. Набагато рідше призначають інші рослини з ряду алкалоїдоносіїв: барбарис, мак, дурман, блекоту, беладону, барвінок, лаконос та ін. Обов'язково слід пам'ятати, що алкалоїди, на відмінну від інших класів природних сполук (крім серцевих глікозидів), працюють на надклітинному рівні, як і синтетичні препарати, тому можуть бути несумісні з фармакотерапевтичними засобами [2].

Загальні методи виділення і визначення алкалоїдів ґрунтуються на тих чи інших хімічних властивостях окремих представників. Нерідко методи, які можуть бути використані для визначення головного алкалоїду, можливо застосувати для вилучення супутнього алкалоїду. Актуальним завданням є уніфікація методів виділення алкалоїдів з рослинної сировини.

Метою нашого дослідження стало вивчення фізико-хімічних закономірностей виділення, ідентифікації і кількісного визначення алкалоїдів тропанового ряду в рослинній сировині. Було зроблено аналіз науково-технічної і патентної літератури, проведені екстракція, тонкошарова хроматографія, методи хімічного осадження. Ми припустили, що оптимізація методів виділення індивідуальних алкалоїдів тропанового ряду з рослинної сировини дозволить здешевити виробництво медичних препаратів на основі блекоти (*Hyoscyamus*), беладони звичайної (*Atropa belladonna*), які мають різносторонній біологічний ефект. Тому в нашому дослідженні ми розглядали саме блекоту і беладонну.

Завдяки основному характеру, алкалоїди при взаємодії з кислотами утворюють солі. Це властивість алкалоїдів широко використовується при виділенні і очищенні алкалоїдів, їх кількісному визначенні та отриманні препаратів. Алкалоїди по теперішній час застосовуються в медицині (частіше у вигляді солей). Наприклад, багатосинтетичні і напівсинтетичні препарати, які є структурними модифікаціями алкалоїдів, розроблені з метою посилити або

змінити основну дію фармакологічного препарату і послабити небажані побічні ефекти.

Також алкалоїди знайшли своє застосування в сільському господарстві. До розробки широкої гами щодо малотоксичних синтетичних пестицидів деякі алкалоїди досить широко застосовувалися в якості інсектицидів (солі нікотину і анабазину). Їх застосування було обмежене високою токсичністю для людей [3].

Використовуючи відомі методики для визначення алкалоїдів в рослинній сировині, були розроблені методи вилучення, ідентифікації, кількісного і якісного визначення алкалоїдів тропанового ряду. Процес виділення алкалоїдів з рослинної сировини поділяють на три етапи:

1. Витяжка алкалоїдів із рослинної сировини.
2. Очищення отриманих витяжок.
3. Поділ алкалоїдів.

Для виявлення алкалоїдів в рослинній сировині найчастіше проводять загальні реакції (реакції осадження) і хроматографію. Для виявлення будь-якої певної групи алкалоїдів, а також для ідентифікації окремих алкалоїдів проводять специфічні (кольорові) реакції, мікрокристалоскопічні реакції, хроматографію, люмінесцентний аналізи та ін.

Для чистоти експерименту використовувалося два методу вилучення алкалоїдів з насіння дурману, блекоти та беладони з подальшими якісними реакціями. Перший метод представляв собою наступні дії: 1 г подрібненої рослинної сировини поміщали в колбу об'ємом 100 мл, заливали 25 мл 1% соляної кислоти і нагрівали на водяній бані протягом 5 хвилин. Після охолодження екстракт фільтрували через паперовий фільтр (екстракт перший).

Другий метод: 2 г подрібненої рослинної сировини поміщали в колбу об'ємом 100 мл, додавали 1 мл 10% розчину аміаку і 20 мл хлороформу і залишали на 1 год при періодичному перемішуванні. Хлороформний екстракт фільтрували через вату в ділільну воронку об'ємом 100 мл і алкалоїди екстрагували 15 мл 1% HCl (екстракт другий).

Екстракт перший та другий розлили в пробірки по 1 мл і до кожної пробірки обережно, по краплях, додали відповідний реактив на алкалоїди (реактив Майєра  $\text{HgI}_2 + 2\text{KI} = \text{K}_2\text{HgI}_4$ , реактиви Вагнера-Бушарда  $\text{I}_2 + \text{KI} = \text{KI}_3$ , реактив Мармі, реактив Драгендорфа  $\text{BiI}_3 + \text{KI} = \text{KBiI}_4$ , розчин пікрінової кислоти). При наявності алкалоїдів негайно або через деякий час повинен утворитися осад.



Рис.1. Реактиви на визначення алкалоїдів

Після проведення експериментів було виявлено, що з першого екстракту дурману та блекоти випали усі п'ять осадів, а з другого лише три. Це можна пояснити тим, що в першому екстракті виділилися не тільки алкалоїди але й супровідні речовини, а при другій екстракції побічних речовин виділилося разом з алкалоїдами з рослинної сировини менше, тому результат вийшов більш точний. А саме дали осад реакції з реактивами Бушарда, Драгендорфа та розчином пікринової кислоти. Щодо беладони, то і в першому і в другому екстракті випали усі п'ять осадів

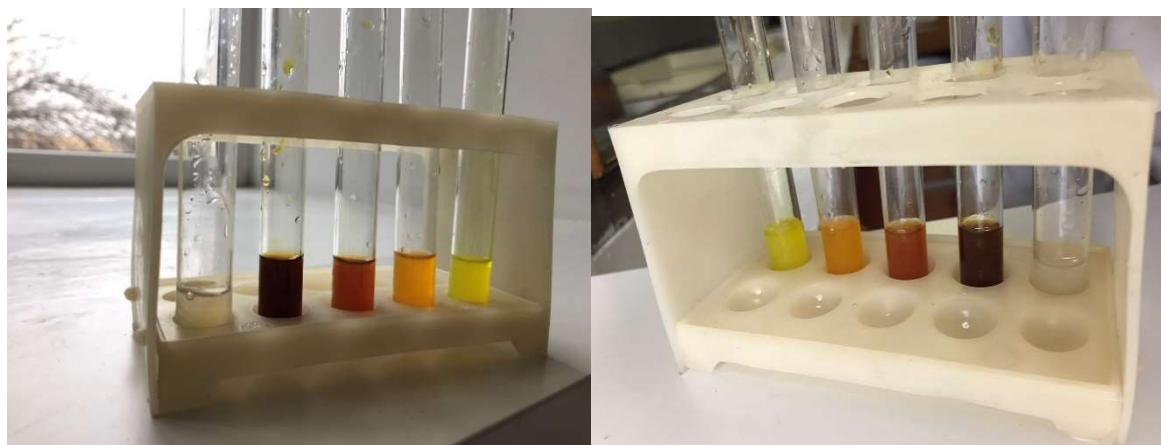


Рис.2. Результати виділення алкалоїдів тропанового ряду з екстрактів досліджуваних речовин.

Для фізико-хімічних методів дослідження алкалоїдів найбільш частіше використовують наступні реакції:

1. Загальні (осадові реакції) реакції: дозволяють попередньо встановити наявність алкалоїдів навіть при незначному їх вмісті. Ця група реакцій заснована на здатності алкалоїдів, утворювати з деякими реактивами нерозчинні в воді солі. Найбільш часто використовують реактиви Майєра,

Драгендорфа, Вагнера і Бушарда, Мармі, розчини кремнієво-вовольфрамової, фосфорно-молібденової, фосфорно-вольфрамової, пікринової кислот, розчин таніну та ін.

2. Специфічні реакції на алкалоїди проводять, якщо необхідно встановити наявність певного алкалоїду або певної суміші алкалоїдів в рослинній сировині.

3. Мікрокристалоскопічні реакції. Вивчають під мікроскопом форму кристалів після проведення реакції з пікриною або пікроловою кислотами, роданідними або йодідними комплексами металів.

4. Хроматографічне виявлення алкалоїдів. Використовують паперову і тонкошарову хроматографію (ТШХ).

В ході даного дослідження було запропоновано оптимальну методику вилучення алкалоїдів з листя дурману звичайного, блекоти та беладони звичайної. Процес вилучення алкалоїдів полягав з трьох стадій:

- 1) приведення подрібненої рослинної сировини, що підлягає екстрагуванню, в тісний контакт з розчинником і подальше їх поділ;
- 2) видалення і регенерація розчинника з відпрацьованого рослинного матеріалу і екстракту;
- 3) виділення і очищення алкалоїду.

Подальших наукових розвідок потребують методи кількісного визначення вмісту алкалоїдів тропанового ряду в рослинній сировині.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. <https://www.pharmencyclopedia.com.ua/article/7727/alkaloidi-tropanovogo-ryadu> (дата звернення 03.01.2025 р.)
2. [https://cnc.nuph.edu.ua/wp-content/uploads/2020/03/Pharmacognosy\\_3-17-22.pdf](https://cnc.nuph.edu.ua/wp-content/uploads/2020/03/Pharmacognosy_3-17-22.pdf) (дата звернення 06.02.2025 р.)
3. <https://empendium.com/ua/manual/chapter/B72.XIII.D.2.3> (дата звернення 03.01.2025 р.)

*Максим Дьомін,  
Олександр Мільтих*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет імені  
Богдана Хмельницького

## **ДОСЛІДЖЕННЯ ВЛАСТИВОСТЕЙ ФЕНОЛФОРМАЛЬДЕГІДНИХ СМОЛ З НИЗЬКОЮ ЕМІСІЄЮ ФОРМАЛЬДЕГІДУ**

Швидкий розвиток технологій викликає необхідність урізноманітнення типів матеріалів з новими функціональними властивостями. Це досягається за рахунок створення нових полімерних матеріалів із заданим поєднанням властивостей, в першу чергу з підвищеною міцністю, жорсткістю і теплопровідністю, тепло- і термостійкістю, а також з низькою вартістю. Значну частину таких матеріалів складають наповнені полімери – гетерофазні багатокомпонентні системи, що складаються з неперервної фази – матриці, в якій розподіляється наповнювач. Різноманіття природи, структури наповнювачів і їх різні комбінації дозволяють створити величезну кількість марок матеріалів на основі термопластичних і термореактивних матриць зі спеціальними властивостями, що є економічно вигідним. Одними з таких матеріалів є фенолформальдегідні смоли.

Фенолоформальдегідні смоли відносяться до одних із перших пластичних мас, які отримані реакцією поліконденсації. В епоху бурхливого розвитку пластмас важко дати прогноз відносно їх майбутнього. Однак з упевненістю можна сказати, що й нині вони не втратили свого значення [1].

Фенолоформальдегідні смоли та композиційні матеріали на їх основі знаходять широке застосування для отримання деревностружкових плит, деревоволокнистих плит, фанери та інших матеріалів. Фенолоформальдегідні смоли є основною складовою численних клейових композицій, що мають цінний комплекс властивостей і знайшли широке застосування при склеюванні металів, деревини, пластмас та інших матеріалів.

Істотними недоліками фенолоформальдегідних смол є їх невисокі показники якості: підвищена емісія формальдегіду і фенолу зі смоляних композицій, низька стабільність при зберіганні, велика кількість формальдегіду та метанолвмісних надсмольних вод. Крім того, матеріали на основі

фенолоформальдегідних смол відрізняються невисокою теплостійкістю і представляють собою досить крихкі продукти [1].

У зв'язку з посиленням екологічних обмежень щодо використання композиційних матеріалів у всіх галузях їх застосування та зростаючими вимогами до їх якості актуальним стає розробка нових високоякісних та екологічно безпечніших фенолоформальдегідних смол та композиційних матеріалів на їх основі.

В якості гіпотези дослідження ми припускали думку про те, що якщо розробити методику отримання фенолоформальдегідного олігомеру з низькою емісією формальдегіду, фенолу та підвищеними адгезійними та міцнісними характеристиками, це дозволить розширити сферу застосування полімерних матеріалів на основі фенолоформальдегідних смол.

Для здійснення поставленого завдання вважали за необхідне проаналізувати властивості фенолоформальдегідних матеріалів, модифікованих каучуками; встановити оптимальне співвідношення компонентів у фенолоформальдегідних композиціях, модифікованих каучуками; дослідити вплив модифікаторів на міцнісні та адгезійні характеристики фенолоформальдегідної композиції; визначити кількість вільного фенолу та формальдегіду в отриманих фенолоформальдегідних композиціях [2].

З цією метою було проведено аналіз науково-технічної і патентної літератури, вивчені методи дослідження властивостей полімерних матеріалів та технологія отримання фенолоформальдегідного олігомеру та композиційного матеріалу на його основі (конструкційного клею) з низькою емісією формальдегіду, фенолу та підвищеними адгезійними та міцнісними характеристиками. Вважаємо, що це дозволить значно розширити спектр застосування полімерних матеріалів на основі фенолоформальдегідних смол.

Аналіз літературних джерел показав, що привабливість фенолоформальдегідних матеріалів визначається їх низькою щільністю, доступністю і дешевизною вихідної сировини, добрими тепло- і звукоізолюючими властивостями, низькою горючістю, хімічною та біологічною стійкістю, простотою отримання [1].

Однак поряд із позитивними властивостями фенолоформальдегідні смоли мають і недоліки, що обмежує їх застосування. Серед таких слід відмітити недостатню механічну міцність, крихкість, високу вологопроникність і водопоглинання, значну усадку при отвердженні і сушінні, а також виділення формальдегіду при виготовленні композиційного матеріалу та його експлуатації.

Виходячи з цього, було проведено ідентифікацію компонентів отверджених фенолоформальдегідних смол, а саме визначення формальдегіду та фенолу у водних витяжках. Також полімерні матеріали піддавали випробуванням щодо визначення їхньої механічної міцності.

Для спрямованої зміни властивостей фенолоформальдегідних смол найчастіше використовують метод хімічної модифікації. Найбільш типовий прийом – введення в реакцію компонентів, здатних до сополіконденсації з фенолами та формальдегідом. Все частіше використовують метод хімічної або механо-хімічної модифікації фенолоформальдегідних смол іншими олігомерами або полімерами [3].

Модифікація фенолоформальдегідних смол каучуками, наприклад, бутадієнітрильними, дає можливість значно збільшити ударну в'язкість отверджених продуктів, а також їх стійкість до вібраційних навантажень. Поєднання резольних смол із полівінілбутиралем або полівінілформалем дозволяє покращити адгезійні властивості та еластичність.

В роботі застосовували традиційну технологію поліконденсації фенолу з формальдегідом, тобто отримання новолаку поліконденсацією фенолу з формальдегідом у кислому середовищі

Вихідні матеріали: фенол – 63,8 г; формалін 40%-ний 40,0 г (мольне співвідношення 7:6); хлоридна кислота (густина. 1,19 г/см<sup>3</sup>) – 1% від маси фенолу.

Обладнання: тригорла колба ємністю 300 мл, з термометром, зворотним холодильником і механічною мішалкою; водяна баня, фарфорова чашка; термометр на 250 ° С; склянка на 250 мл; лист жерсті 100×100; прилад Уббелоді з термометром до 150 °С.

В результаті дослідів отримали світло-жовту тверду і плавку суміш олігомерів, добре розчинну в спирті та в спирто-бензольній суміші. Вихід дорівнював 93% із розрахунку на фенол.

Також в роботі досліджували утворення олігомерів резольного типу з фенолу та формальдегіду у присутності аміаку.

Вихідні матеріали: фенол – 56,4 г; формалін 40% -ний - 52,5 г, розчин аміаку 25% -ний - 5% від маси фенолу.

Обладнання: тригорла колба ємністю 250-300 мл зі зворотним холодильником, механічною мішалкою та термометром; водяна баня порцелянова чашка на 250 мл; склянка на 250 мл; вакуум-сушильна шафа.



Виходить склоподібна маса світло-жовтого кольору – резол, добре розчинна в спирті, суміші спирту з бензолом. Вихід 130% із розрахунку на фенол.

Немодифіковані фенолоформальдегідні смоли не витримують тривалої дії високих температур. Для модифікації фенолоформальдегідних смол з метою створення термостійких матеріалів використовують різні термопласти та еластомери. Найчастіше – це синтетичні каучуки і полівинілацеталі.

В результаті взаємодії фенолоформальдегідних смол з каучуками утворюються еластичні теплостійкі продукти, для яких властиві гарні адгезійні властивості, що представляє винятковий інтерес для виготовлення на їх основі конструкційних клеїв [5].

Кращі клейові властивості мають композиції на основі фенолоформальдегідної смоли і каучуку, що містить не менше 40% акрилонітрилу. Крім нітрильних каучуків як компоненти фенолокаучукових клеїв застосовується поліхлоропрен (неопрен) у поєднанні з поліамідом. Клейові композиції, що містять хлоропреновий каучук, менш теплостійкі, ніж композиції з нітрильним каучуком [4].

Істотний вплив на процес взаємодії каучуку зі смолою виявляє співвідношення швидкостей отвердження смоли та вулканізації каучуків.

Швидкість отвердження смоли зазвичай більша за швидкість вулканізації каучуку. При занадто великій різниці в швидкостях в кінцевому продукті буде переважати суміш полімеру і вулканізованого каучуку. Такий клей не забезпечує достатньої міцності склеювання. При меншій різниці в швидкостях відбувається взаємодія смоли з каучуком з утворенням продуктів, на основі яких виходять клейові сполуки з високою міцністю і теплостійкістю [2].

Великого впливу на властивості композицій надає співвідношення компонентів. По мірі підвищення вмісту каучуку понад оптимальну, міцність і жорсткість клейової сполуки знижуються. При збільшенні вмісту фенолоформальдегідної смоли міцність клейового шва при підвищенні температури знижується незначно, але при цьому збільшується крихкість клейової плівки, що негативно позначається на показниках міцності при кімнатній температурі.

*Таким чином, фенолоформальдегідні клеї, модифіковані каучуками, являють собою еластичні теплостійкі продукти, які мають добрі адгезійні властивості та високу механічну міцність, що дозволяє розширити область та спектр застосування фенолоформальдегідних композиційних матеріалів та*

уможливить їх використання не тільки в хімічній промисловості, а й при виробництві меблів, будівельних матеріалів тощо.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Джурка Г.Ф. Полімерні композиційні матеріали / Полтава, 2008. 58 с.
2. Суберляк О.В. Особливості одержання модифікованих фенолоформальдегідних смол. Фізико-хімічні властивості / О.В. Суберляк, Й.М. Шаповал, В.В. Красінський // Хімічна промисловість України. – 2007. – №2. С.45-48.
3. Хорошилова Т.І. Високомолекулярні сполуки: підручник / Т.І. Хорошилова, В.О. Хромишев, С.В. Рябов. – Мелітополь: Видавництво Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького, 2013. 178с.
4. Режим доступу: [https://yuvelir.dovidnyk.info/index.php/kamny/372-termostojkie\\_smoly](https://yuvelir.dovidnyk.info/index.php/kamny/372-termostojkie_smoly)
5. Режим доступу: <https://gazette.com.ua/edu/fenolformaldegidna-smola-otrimannya-ta-zastosuvannya-vlastivosti.html>

**О. О. Зимароєв**

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

### АНАЛІЗ ПРАКТИК ЗАСТОСУВАННЯ ФІТОІНДИКАЦІЇ ЯК ІНСТРУМЕНТУ ЕКОЛОГІЧНОГО МОНІТОРИНГУ УРБАНІЗОВАНИХ ЛАНДШАФТІВ

Урбанізація значно трансформує природні умови: змінюється мікроклімат, зростає забруднення повітря та ґрунтів, зменшується біорізноманіття. У таких умовах виникає потреба у швидкому та ефективному екологічному моніторингу, де фітоіндикація є одним із найзручніших інструментів [1].

Фітоіндикація ґрунтується на екологічних реакціях рослинних видів і угруповань на дію факторів середовища, що робить її важливим інструментом

**біомоніторингу, екологічної оцінки та стратегій озеленення міст [11].** Рослини реагують на забруднення, мікрокліматичні зміни та деградацію ґрунтів, і ці реакції можна кількісно оцінювати через морфологічні, фізіологічні та біохімічні показники [14].

Українська школа геоботаніки [6] зробила значний внесок у розробку екологічних шкал фітоіндикації, що охоплюють такі фактори як вологість, кислотність ґрунтів, засолення та антропогенне навантаження. Однією з найвідоміших методик є метод фітоіндикації за Дідухом, який широко використовується для аналізу міських фітоценозів. Він дозволяє оцінювати градієнти урбанізації шляхом надання видам екологічних індексів відповідно до їх толерантності та оптимумів [7].

В Україні існує тривала традиція використання рослин-індикаторів для екологічного моніторингу, особливо в промислових і урбанізованих зонах [2, 3]. Так, у місті Дніпро досліджували вплив реконструкції насаджень на світловий режим в парку. Після видалення частини дерев та відкриття території для сонячного світла змінився видовий склад трав'янистих рослин – з'явилися світлолюбні види, серед яких *Stellaria media* та *Capsella bursa-pastoris* [10].

У роботі Жукова О.В. та Потапенка О.В. [16] було показано, що синфітоіндикація є ефективним методом виявлення змін екологічних режимів на антропогенно трансформованих територіях, зокрема на енергетичних підстанціях, де забруднення ґрунту технологічною олією спричиняє уніфікацію екологічної структури рослинного покриву незалежно від початкового різноманіття.

Крім того, на території південного сходу України було проведено дослідження з використанням геоботанічного аналізу для оцінки деградації паркових екосистем у промислових містах. Було встановлено, що зростання урбаністичних навантажень призводить до зменшення участі мезофільних та гігрофільних видів на користь ксерофільних і стійких до забруднення рослин [4].

У країнах Європи фітоіндикація широко застосовується в урбоекології та природоохоронній політиці. Зокрема, у Німеччині, Польщі, Італії біоіндикація інтегрована в системи міського планування та контролю за забрудненням [5, 9].

У Німеччині, наприклад, епіфітні лишайники системно використовуються для моніторингу якості повітря у великих містах, причому значення індикаторів стандартизовано у національних методичних документах [13]. У Польщі активно застосовуються мохи та судинні рослини в фітоценологічних дослідженнях міських територій [8].

Європейські дослідження часто базуються на **багатовидових і багатопоказникових підходах**, що враховують не лише присутність чи відсутність видів, але й морфологічні ознаки [14]. Також активно впроваджуються **ГІС-технології та дистанційне зондування**, що дозволяють просторово аналізувати індикаторні показники стану довкілля [12].

У Берліні активно впроваджуються фітоіндикаційні підходи в межах програми «Зелена інфраструктура», зокрема через проєкт Berlin Biodiversity Strategy (2021), де фітоіндикація слугує частиною системи моніторингу якості міських зелених зон. Вивчається вплив міського теплового острова на розподіл рослин, а також використання видів-індикаторів для визначення місць підвищеного екологічного стресу.

Інноваційним напрямом є поєднання класичних фітоіндикаційних методів із дистанційним зондуванням Землі (ДЗЗ) та мобільними платформами збору польових даних. Зокрема, в межах європейського проєкту URBiNAT [15] передбачається використання цифрових моделей фітоіндикаційного моніторингу для формування «здорових коридорів» у містах.

Фітоіндикаційні дослідження мають низку переваг у практиці екологічного моніторингу: доступність і економічність виконання; можливість інтеграції з картографічними ГІС-системами; наочність отриманих результатів для муніципального планування.

Отже, фітоіндикація є ефективним і гнучким інструментом для оцінки екологічного стану урбанізованих територій. Український досвід свідчить про високий потенціал її застосування в умовах обмежених ресурсів, а європейські практики демонструють інтеграцію з цифровими технологіями та стратегічним екоплануванням. Подальший розвиток цієї сфери потребує міждисциплінарної співпраці, освітніх ініціатив і державної підтримки сталого розвитку міст.

## **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Біоіндикаційна оцінка стану паркових екосистем міста Києва / ДУ «Інститут еволюційної екології НАН України»; Мірошник Н.В., Ліханов А.Ф., Матяшук Р.К., Мазура М.Ю., Шупова Т.В., Гончар Г.Ю Київ: Академперіодика, 2023. 200 с.
2. Тихенко, О., Матвєєва, І., Гроза, В. Аналіз аеротехногенного забруднення міста Вінниця з використанням методів фітоіндикації. *Екологічна безпека та природокористування*, 2022. 44(4), 44–52.

3. Радомська, М. М., Гусєва, А. В., Горобцов, І. В.. Поліномінальна біоіндикація для оцінювання стану міського довкілля на прикладі міста Херсон. *Scientific Bulletin of UNFU*, (2020), 30(5), 47-52.
4. Чипиляк Т.Ф., Зубровська О.М., Шоль Г.Н. Рослини урботехногенному середовищі степової зони України. К.: Талком, 2022. 390 с.
5. Bargagli, R. (1998) Trace Elements in Terrestrial Plants. An Ecophysiological Approach to Biomonitoring and Biorecovery. Springer, Berlin, 324.
6. Didukh, Y.P. (2004). Ecological scales for the phytoindication of environmental factors in Ukraine. *Ukrainian Botanical Journal*, 61(5), 573–585.
7. Didukh, Ya.P. The ecological scales for the species of Ukrainian flora and their use in synphytoindication. Kyiv: Phytosociocentre, 2011. 176 p.
8. László E., Ákos B-F., Zoltán B., Berg, C., Gyorgy K-D, Magnes, M., Sengl, P., Tölgyesi, C., Török, P., Zinnen, J. (2022). Species-based indicators to assess habitat degradation: Comparing the conceptual, methodological, and ecological relationships between hemeroby and naturalness values. *Ecological Indicators*. 136. 108707.
9. Grodzińska, K., Szarek-Łukaszewska, G. (2001). Response of Mosses to the Heavy Metal Deposition in Poland – an Overview. *Environmental pollution* (Barking, Essex : 1987). 114. 443-51. 10.1016/S0269-7491(00)00227-X.
10. Kunakh, O., Lisovets, O., Yorkina, N., Zhukova, Y. Phytoindication assessment of the effect of reconstruction on the light regime of an urban park. *Biosystems Diversity*. 2021. 29. 84-93. 10.15421/012135.
11. Markert, B., Breure, A.M., & Zechmeister, H.G. (Eds.). (2003). *Bioindicators & Biomonitoring: Principles, Concepts and Applications*. Elsevier.
12. Nosrati, H, Mirtajadini, S., Jahanshahi, M. (2023). Phylogenetic structure of plant community, and its relationship with environmental components. 10.21203/rs.3.rs-3196057/v1.
13. Thakur M., Bhardwaj S., Kumar V., Rodrigo-Comino J. Lichens as effective bioindicators for monitoring environmental changes: A comprehensive review. *Total Environment Advances*, 2024, Volume 9, 200085,.
14. Tomašević, M., Rajšić, S., Ristić, M., et al. (2011). Characterization of trace metal particles deposited on some deciduous tree leaves in an urban area. *Ecological Indicators*, 11(3), 968–975.
15. Urbinat - Healthy corridors as drivers of social housing neighbourhoods for the co-creation of social, environmental and marketable NBS. URL: <https://urbinat.eu/>

16. Zhukov, O.V., Potapenko, O.V. (2016). Environmental impact assessment of distribution substations: the case of phytoindication. Ukrainian Journal of Ecology, 7(1), 5–21.

**Тетяна Німич,**

Мелітопольський державний  
педагогічний університет імені  
Богдана Хмельницького

Науковий керівник Т. Четвертак,  
кандидат педагогічних наук

### **ДОСЛІДЖЕННЯ МОБІЛЬНИХ ЗАСТОСУНКІВ ДЛЯ ЕФЕКТИВНОГО ВИВЧЕННЯ ХІМІЧНИХ ДИСЦИПЛІН**

Використання мобільних застосунків під час викладання хімічних дисциплін у наш час є доволі поширеною практикою [1-3], але не всі вони є однаково ефективними. В ході проведеного дослідження визначено наступні сучасні застосунки для ефективного вивчення хімічних дисциплін (рис. 1). Серед лідерів використання здобувачами вищої освіти слід відзначити: інструмент StudyMonkey, що надає рекомендації вирішення завдань з неорганічної та органічної хімії. Встановлено, що він має достатньо високий показник використання серед студентів факультету природничих наук Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького, долучених до анкетування, а саме: 76,3% знайомі з функціоналом, а 34,1% використовують застосунок систематично. Програма StudyMonkey забезпечує опис покрокового виконання завдань хімічного змісту, допомагає у написанні есе, дає змогу зробити візуалізацію та використовувати тривимірні структури молекул для повного розуміння хімічних властивостей сполук. Можлива миттєва обробка баз даних хімічного змісту, швидкий доступ до повнотекстової інформації хімічного змісту.

Наступним додатком популярним серед учасників анкетування, студентів факультету природничих наук Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького, визначено Chem AI: Chemistry Solver, що є мобільним додатком, призначеним для вирішення різних хімічних задач. Відповідно, 74,2% респондентів знайомі з функціоналом, а 31,4%

використовують програму систематично. Особливістю додатку є здатність до обробки рукописного тексту, а не тільки цифрового. Точність виконання робіт перевищує показник 98%. Програма допомагає інтерпретувати складні хімічні структури та рівняння з графічного матеріалу завантаженого користувачем. Складні хімічні структури можна перетворити в 3D, будова молекул та розуміння хімічних зв'язків можливе за рахунок ефективного інтерактивного моделювання. Миттєве написання хімічних перетворень з покроковими поясненнями, чітке розуміння стехіометрії та опис механізмів реакції. Застосунок дозволяє створювати інтерактивні концептуальні карти, які пов'язують різні теми з хімії.

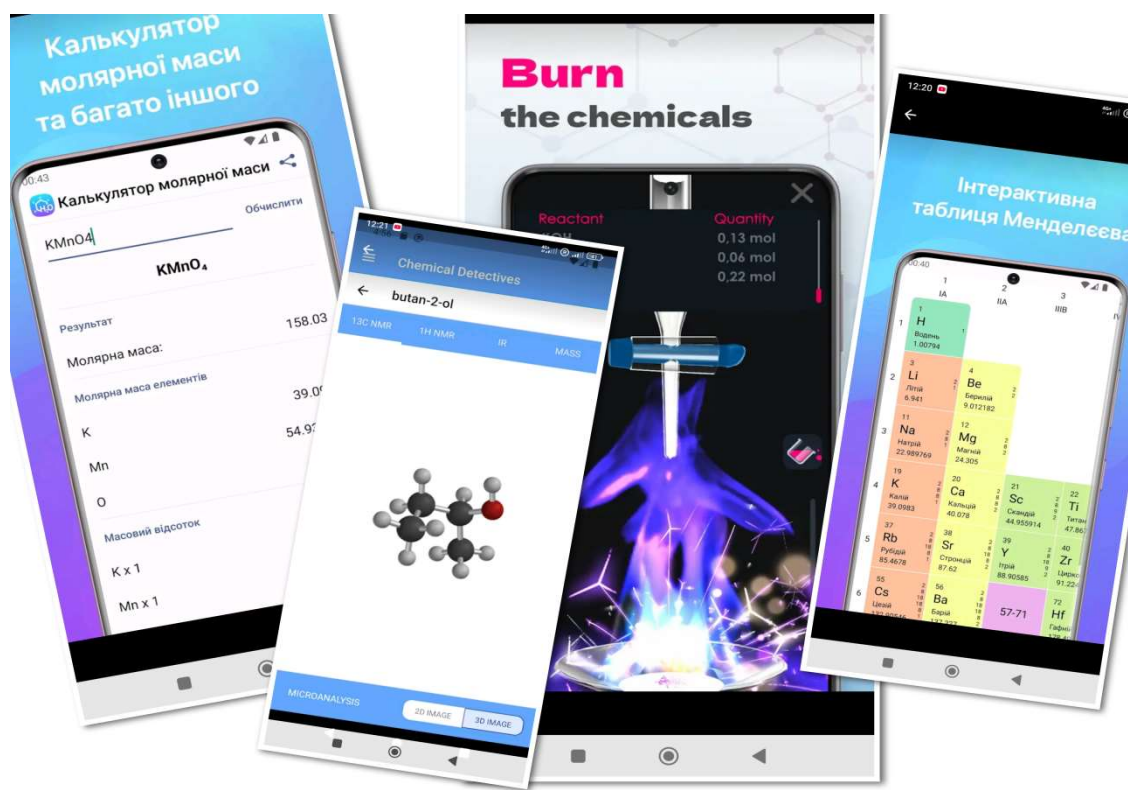


Рис. 1. Огляд сучасних застосунків для ефективного вивчення хімічних дисциплін

Chemistry AI Homework Solver від Smodin, також розповсюджений додаток серед студентів факультету природничих наук Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького, визначено 62,2% респондентів знайомі з функціоналом, а 17,8% використовують програму систематично. На основі штучного інтелекту інструмент дозволяє вирішувати великий спектр хімічних задач, від базових хімічних рівнянь до об'ємних

молекулярних структур. Додаток дає змогу розпізнати текстову інформацію хімічного змісту. Також в додаток включена інтегрована функція повної перевірки плагіату та генератору цитат, можливе створення логічно-послідовного викладу навчального матеріалу за вказаною темою. Також доступність додатку обумовлена зручним та зрозумілим інтерфейсом. Додаток є платним, проте включає різні пропозиції за різним бюджетом.

Додаток OddityAI використовують 67,1% опитаних респондентів, з них 28,6% використовують програму систематично. Особливістю додатку OddityAI є те, що він здатний розкласти складні хімічні концепції, більш доступні для розуміння роз'яснення. Програма дозволяє розкрити зміст механізму хімічних реакцій, дозволяє проводити детальний спектроскопічний аналіз. Обмеження використання додатку продиктоване платним доступом. Дозволяє навчальний процес перевести в цікавий інтерактивний формат, зокрема, надає до розв'язку тести, включає окремі відеоматеріали хімічних експерименти для повного розуміння теми, що вивчається.

Chemistry X10 успішно використовують 69,3% респондентів, з них 29,5% підключають мобільний інструмент систематично. База програми містить вісім тисяч хімічних реакцій, доступних без підключення до мережі Інтернету, зокрема, повний курс хімії. Програма здатна розв'язувати ланцюги хімічних перетворень, впорядковувати та визначати коефіцієнти та точно обчислювати молярні маси. Закладені алгоритми навчання оптимізують умови хімічних реакцій та прогнозують продукти реакції, прискорюючи відкриття нових шляхів синтезу хімічних речовин.

HyperWrite Chemistry Assistant, застосунок менш популярний серед студентів факультету природничих наук Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького, відповідно, 24,9% респондентів знайомі з функціоналом, а 11,4% використовують програму систематично. HyperWrite успішно об'єднує освітню та дослідницьку практику в хімічній освіті. Здатний прогнозувати хімічні властивості речовин, передбачати можливі хімічні взаємодії реагентів, напрями синтезу нових речовин. Алгоритми штучного інтелекту забезпечують вибір оптимального шляху синтезу окремих хімічних речовин, пропонує переглянути дизайн складних молекулярних структур продуктів хімічних реакцій. Широко використовується додаток для успішного вивчення органічної хімії. Відкриття нових хімічних сполук та матеріалів, повний розбір хімічних властивостей синтезованих сполук.



Sizzle AI також має незначні показники відвідування серед студентів факультету природничих наук Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького, відповідно, 14,3% респондентів знайомі з функціоналом, а 11,7% використовують програму систематично. Sizzle популярний серед користувачів та пропонує покрокові рішення інтерактивним шляхом складних хімічних задач. Sizzle, як традиційний хімічний калькулятор, здатний аналізувати отриману інформацію, обробляти її миттєво. Позитивно демонструє точність у вирішенні різноманітного хімічного матеріалу. Надає детальні інтерактивні вказівки для розв'язування складних хімічних завдань, зокрема об'ємні математичні розрахунки в хімії. Дозволяє розпізнавати та завантажувати зображення проблемних питань з хімії для ефективною швидкої допомоги у розв'язку та пояснень. Здатний синтезувати особисті курси з адаптивними вправами та повтореннями з інтервалами, за індивідуальною освітньої траєкторією. Відстежує прогрес користувачів за дисциплінами, за темами, допомагаючи визначити слабкі теми, які потрібно досконалого вивчення та повторення.

Mathway додаток має більш високі показники відвідування серед студентів факультету природничих наук Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького, відповідно, 18,9% респондентів знайомі з функціоналом, а 18,2% використовують програму систематично. Додаток дає змогу виконувати точні різноманітні хімічні розрахунки і розв'язувати хімічні задачі в короткі строки. Розпізнає зображення, дає змогу сканувати та швидко розв'язувати різні хімічні задачі, що робить його зручним інструментом для користувачів, які мають проблеми з хімічними рівняннями та стехіометрією. Інструмент забезпечує візуалізацію молекулярної структури: інтерактивні 3D-моделі хімічних сполук. В хімічних реакціях описує всі можливі механізми, покрокового та деталізовано. Миттєво вирішує задачі зі стехіометрії, встановлює електронний баланс хімічних реакцій, обчислює молярні співвідношення для хімічних реакцій. Аналізує та пояснює спектроскопічні дані, включаючи інфрачервоні спектри та мас-спектри, для успішного виконання якісного аналізу хімічних сполук.

Інструменти на основі штучного інтелекту, що активно набувають популярності серед студентів факультету природничих наук Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького, відповідно, 53,3% респондентів знайомі з функціоналом, а 21,9% використовують програму систематично. UPDF AI Assistant інструмент на базі

GPT-4 може аналізувати запити хімічного змісту та надавати покрокові рішення, вирішувати складні хімічні рівняння швидко та точно. Додаток підтримує десятків мов і може успішно вирішувати, як комп'ютеризовані, так і рукописні хімічні задачі. Характеризується зручним інтерфейсом, з легкістю використовує спеціальні калькулятори для окремих тем хімії, включаючи стехіометрію, хімічну рівновагу та термодинамічні хімічні розрахунки. Надає докладні, покрокові рішення складних хімічних задач. Містить інтерактивну періодичну таблицю для швидкого доступу до хімічних властивостей елементів, інструменти для аналізу рівнів водневого показника, проведення кислотно-основних реакцій і концентрації розчинів у хімічних рівняннях.

А також новітній додаток Смодін зацікавив здобувачів вищої освіти, проте серед студентів факультету природничих наук Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького, виявився найменш вживаним, відтак, 9,8% респондентів знайомі з функціоналом, а 3,7% використовують програму систематично. Смодін інструмент на основі штучного інтелекту, що може генерувати покрокові пояснення в хімічній освіті, забезпечує встановлення балансу хімічних реакцій та успішне прогнозування механізмів хімічних реакцій. Швидко обчислює складні хімічні реакції, надаючи покрокові пояснення хімічних механізмів і візуалізацію проміжних структур. Створює 3D-моделі хімічних сполук, виконує обчислення з стехіометрії. Використовує систематичну номенклатуру для формування хімічних назв та формул, пояснюючи правила найменування IUPAC для органічних і неорганічних сполук.

Отже, в ході проведеного дослідження визначено сучасні застосунки для ефективного вивчення хімічних дисциплін, проведено опитування студентів факультету природничих наук Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького щодо частоти використання, обізнаності переваг та недоліків мобільних застосунків для ефективного вивчення хімічних дисциплін. Найбільш використовуваними виявилися StudyMonkey (34,1%), Chem AI: Chemistry Solver (31,4%), Chemistry X10 (29,5%) та OddityAI (28,6%), менш систематично студенти користуються UPDF AI Assistant (21,9%), Mathway (18,2%), Chemistry AI Homework Solver (17,8%), Sizzle AI (11,7%) та HyperWrite Chemistry Assistant (11,4%). Найменш використовуваним виявився Смодін – 3,7%.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Bell, L. (2017). Analysis of seven salad rocket (*Eruca sativa*) accessions: The relationships between sensory attributes and volatile and non-volatile compounds. *Food Chemistry*. 218. 181-191. <https://doi.org/10.1016/j.foodchem.2016.09.0>.
2. Bell, L., Oruna-Concha, M. J., & Wagstaff, C. (2015). Identification and quantification of glucosinolate and flavonol compounds in rocket salad (*Eruca sativa*, *Eruca vesicaria* and *Diplotaxis tenuifolia*) by LC–MS: Highlighting the potential for improving nutritional value of rocket crops. *Food Chemistry*. 172. 852–861. <https://doi.org/10.1016/j.foodchem.2014.09.116>.
3. Cavaiuolo, M., Ferrante, A. (2014). Nitrates and Glucosinolates as Strong Determinants of the Nutritional Quality in Rocket Leafy Salads. *Nutrients*. 6, 4. 1519–1538. <https://doi.org/10.3390/nu6041519>.

*А.І. Сидоренко, А.А. Панасюк*  
Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

### ЗИМОВІ ОБЛІКИ ВОДНО-БОЛОТНИХ ПТАХІВ У ПІВДЕННІЙ УКРАЇНІ: ДИНАМІКА ЧИСЕЛЬНОСТІ ТА ПРОСТОРОВИЙ РОЗПОДІЛ У 2018–2022 РОКАХ

Упродовж січня-лютого 2018, 2019, 2020, 2021 та 2022 років в акваторіях Азово-Чорноморського регіону України – переважно в межах Каркінітської затоки, а також у Західному, Центральному та Східному Сиваші, Утлюцькому лимані та акваторії Обитічної затоки – проводилися обліки водно-болотних птахів у межах міжнародної ініціативи з моніторингу зимівлі водоплавних і навколоводних видів. Дослідження проводилися групою українських орнітологів – співробітників Навчально-наукового центру (ННЦ) «Біорізноманіття» Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького – у рамках щорічних зимових обліків (International Waterbird Census – IWC), що координуються Wetlands International [2] та традиційно проводяться взимку по всій території нашої країни.

У різні роки спостереження охоплювали від 25% до 70% загальної площі потенційно придатних для зимівлі водойм півдня України. Зокрема, у 2018 та

2019 роках було проінспектовано більшу кількість локацій, порівняно з 2021 роком, коли польові роботи були частково обмежені погодними умовами. У 2022 році обстеження проводилися переважно в межах Сиваша, Федотової коси та північної частини Каркінітської затоки. Більшість експедиційної роботи проведено методами автомобільних та пішохідних обліків. Спостереження проводилися за допомогою біноклів Etherna (10-х) і Nikon ACULON A211 10x50 та телескопа VIXEN Geoma (20-60x80). Для аерофотозйомки скупчень птахів з висоти до 100 м використовували квадрокоптери DJI Mavic 3 Pro та DJI Mavic Air Fly More Combo, завдяки чому мінімізувався антропогенний вплив на зимуючих коловодних птахів.

У результаті польових обстежень [3] протягом зазначених років було виявлено стабільно високу чисельність водно-болотних птахів, що свідчить про надзвичайну важливість південноукраїнських акваторій як ключових територій зимівлі для великої кількості птахів, зокрема тих, що перебувають під охороною на національному та міжнародному рівнях.

Загальна чисельність птахів, зафіксованих під час зимових обліків упродовж 5 зимових сезонів, становила 262244 ос. 30 видів, зокрема:

- 2018 рік – 16566 особин 18 видів;
- 2019 рік – 49357 особин 20 видів;
- 2020 рік – 91741 особина 23 видів;
- 2021 рік – 39670 особин 17 видів;
- 2022 рік – 64910 особин 14 видів.

Таким чином, можна констатувати, що середня чисельність зимуючих птахів у регіоні за досліджуваний період трималася на рівні бл. 52 тис. особин, але спостерігалися істотні міжрічні коливання, обумовлені погодними умовами та доступністю кормової бази.

Показники чисельності 5 найбільш масових видів та 2 таксономічних груп, не визначених до виду (качки *Anatinae spp.* та лебеді *Cygnus spp.*) упродовж 2018-2022 рр. наведені в табл. 1. Загалом, вони склали 208063 ос., або 79,34% від усіх облікованих птахів.

**Показники чисельності найбільш масових видів та груп коловодних птахів у 2018-2022 рр.**

| Вид                                              | Чисельність, ос. |           |           |           |           |            |
|--------------------------------------------------|------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|                                                  | 2018             | 2019      | 2020      | 2021      | 2022      | Всього     |
| Крижень ( <i>Anas platyrhynchos</i> )            | 7300             | 2113<br>2 | 3906<br>9 | 1669<br>7 | 2667<br>5 | 11087<br>3 |
| Качки ( <i>Anatinae spp.</i> )                   | 1295             | 1150      | 1938<br>5 | 920       | -         | 22750      |
| Казарка червоновола ( <i>Branta ruficollis</i> ) | -                | 5070      | 2200      | -         | 4150      | 11420      |
| Лебідь-шипун ( <i>Cygnus olor</i> )              | 328              | 881       | 7664      | 5402      | 1957      | 16232      |
| Лебеді ( <i>Cygnus spp.</i> )                    | 90               | -         | 2400      | 70        | 1208<br>0 | 14640      |
| Лиска ( <i>Fulica atra</i> )                     | 38               | 34        | 2280      | 1114<br>2 | 400       | 13894      |
| Галагаз ( <i>Tadorna tadorna</i> )               | 78               | 1159<br>5 | 2014      | 187       | 4380      | 18254      |
| Всього, ос.                                      | 9129             | 3986<br>2 | 7501<br>2 | 3441<br>8 | 4964<br>2 | 20806<br>3 |
| Всього, % від заг. чисельності птахів            | 55,11            | 80,76     | 81,76     | 86,76     | 76,48     | 79,34      |

До найчисельніших видів, які стабільно переважають у структурі зимуючих водно-болотних птахів регіону, належать:

- Крижень (*Anas platyrhynchos*) – домінуючий під час обліків вид (110873 ос. Загалом за 5 років моніторингу), типовий представник зимуючої орнітофауни, чисельність якого щороку коливається в межах 7,3-39 тис. особин. Вид трапляється на всіх ділянках досліджень, особливо в Центральному Сиваші та акваторіях поблизу Федотової коси.

- Галагаз (*Tadorna tadorna*) – другий за чисельністю серед облікованих птахів вид, належить до групи так званих земляних качок. В Україні – гніздовий, перелітний, зимуючий вид приморських районів, також є об'єктом полювання. Відмічався повсюдно в усі роки, чисельність різко коливалася (від 78 ос. у 2018 р. до 11595 ос. у 2019 р., загальна чисельність складала 18254 ос.).

- Лебідь-шипун (*Cygnus olor*) – осілий та частково кочовий вид, чисельність якого у зимовий період досягала 328-7664 особин. Особливо великі скупчення цього виду спостерігалися на незамерзаючих ділянках Східного Сиваша.

- Лиска (*Fulica atra*) – невеликий водоплавний птах родини пастушкових (*Rallidae*), переважно концентрується в неглибоких прісних або слабо солоних водоймах. Її чисельність у роки обліків становила від 34 (2019 р.) до 11142 (2021 р.) особин.

- Казарка червоноголова (*Branta ruficollis*) – водоплавний птах родини качкових (*Anatidae*). В Україні зустрічається під час сезонних міграцій і на зимівлі. Даний вид занесено до Червоної Книги України (статус – під загрозою зникнення). Спостерігався у 3 моніторингові роки з 5 з чисельністю 2200-5070 ос. (загалом – 11420 ос.), здебільшого, на агроценозах поблизу Центрального та Східного Сиваша.

Крім зазначених, у досліджувані роки також регулярно траплялися інші представники водоплавної фауни: *Anas crecca*, *Anas acuta*, *Anas penelope*, *Anser albifrons*, *Aythya ferina*, *Aythya fuligula*, *Phalacrocorax carbo*, *Podiceps cristatus*, *Tadorna ferruginea* тощо. В окремі роки фіксувалися представники рідкісних або зникаючих видів, занесених до Червоної книги України [5] та Додатку І Директиви ЄС 2009/147/ЄС [1]. Окрім вищезгаданої казарки червоноголової, це були гоголь (*Bucephala clangula*) – 814 ос., крех середній (*Mergus serrator*) – 115 ос., кульон великий (*Numenius arquata*) – 77 ос., мартин каспійський (*Larus ichthyaetus*) – 37 ос., огар (*Tadorna ferruginea*) – 601 ос. та чернь червонодзьоба (*Netta rufina*) – 44 ос.

Просторовий розподіл птахів по роках виявив наступні тенденції. Найбільші концентрації птахів стабільно фіксувалися в північно-східній частині Каркінітської (особливо, в районі Перекопу) та Джарилгацької заток. Значне скупчення птахів виявлялося також у Центральному та Східному Сиваші – тут завдяки мілководдю, багатству донної фауни та відсутності повного промерзання водно-болотні птахи знаходили сприятливі умови для зимівлі.

Західний Сиваш традиційно характеризується нижчими показниками чисельності птахів, що пояснюється більшою солоністю, меншою глибиною та частішим промерзанням цієї частини акваторії в зимовий період. Водночас Федотова коса та акваторія Утлюцького лиману в окремі роки слугували важливими осередками зимівлі для лисок, крижнів, лебедів та інших видів, особливо за умов слабкої криги та доступу до відносно спокійних мілководь.

Отримані результати дозволяють зробити висновок про велику екологічну цінність досліджуваних територій у зимовий період. Упродовж принаймні п'яти років зазначені ділянки забезпечували умови для зимівлі десятків тисяч водоплавних і навколоводних птахів. У контексті умов, які склалися в регіоні на

момент проведення досліджень – змін клімату, зниження рівня води в деяких акваторіях та загроз, пов'язаних із господарською діяльністю людини (забруднення, браконьєрство, забудова берегів) – роль природоохоронних заходів на цих територіях лише зростає.

Окремо варто відзначити міжнародне значення обстежених територій, особливо Сиваша та Каркінітської затоки. Вони відповідають критеріям Рамсарської конвенції як водно-болотні угіддя міжнародного значення [4], що регулярно підтримують понад 20 000 водоплавних птахів у зимовий період. З огляду на це, після закінчення бойових дій та деокупації наших територій, необхідно: посилити моніторинг в Азово-Чорноморському регіоні України, зберегти статус охоронюваних територій, розширити участь України в міжнародних орнітологічних програмах і забезпечити дотримання вимог Директиви Європейського Союзу 2009/147/ЄС про охорону диких птахів.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. *Directive 2009/147/EC of the European Parliament and of the Council of 30 November 2009 on the conservation of wild birds (Codified version)*. URL: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/HTML/?uri=CELEX:32009L0147> (дата звернення 06.04.2025 р.).
2. *International Waterbird Census*. URL: <https://www.wetlands.org/knowledge-base/international-waterbird-census/> (дата звернення 06.04.2025 р.).
3. Бюлетень РОМ. Вип. 16. Підсумки міжнародних зимових обліків водно-болотних птахів (IWC) в Україні в 2018-2022 рр. / Під ред. Ю. О. Андрющенка, В. А. Костюшина. – 2023. – 72 с.
4. Водно-болотні угіддя України. Довідник / Під ред. Марушевського Г. Б., Жарук І. С. – К.: Чорноморська програма Ветландс Інтернешнл, 2006. – 312 с.
5. Червона книга України. Тваринний світ / за ред. І. А. Акімова. – Київ: Глобалконсалтинг, 2009. – 600 с.

**Г.Ф. Тутова**

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **СВІТЛОВИЙ РЕЖИМ, ГЕМЕРОБІЯ ТА НАТУРАЛЬНІСТЬ ЯК ІНДИКАТОРИ СТАНУ МІСЬКИХ ПАРКІВ**

Кліматичні умови у містах зазнають значних змін через локальну концентрацію населення, високу щільність забудови, індустріалізацію та зменшення площ природного рослинного покриву [1]. Зокрема, теплове, хімічне та звукове забруднення [2–4] сприяють погіршенню умов існування для людини та біоти. Значну роль у регулюванні міського мікроклімату відіграє альбедо поверхні та наявність рослинного покриву [5].

Міські парки виконують функції осередків біорізноманіття та забезпечують широкий спектр екосистемних послуг [6], включаючи регуляцію світлового та теплового режиму. Менеджмент зелених насаджень має базуватись на кількісно вимірюваних екологічних параметрах, серед яких важливе місце займає світловий режим [7].

Дослідження проводилось у сквері Івана Старова та Парку студентів у місті Дніпро (Україна). Обидві ділянки мають площу 11,2 га, але різняться за рівнем рекреаційного навантаження. Вибіркові ділянки площею 3×3 м розміщувались рівномірно по території парків із фіксацією GPS (Garmin eTrex, ±5 м). Облік видів судинних рослин проводився в період повного листя, оцінювалося проективне покриття у відсотках.

Інтенсивність освітлення вимірювалася за допомогою люксметра у чотирьох точках на кожній ділянці, з подальшим розрахунком середніх значень та вираженням у відсотках від відкритого простору. Визначення фітоіндикаційних оцінок освітленості базувалося на індикаторах Елленберга (*L-value*) [8], [9] та Дідуха [10].

Фітоіндикаційна оцінка освітленості визначалася методом середньозваженого:

$$WA = \frac{\sum_{i=1}^n L-value_i \times Pr_i}{\sum_{i=1}^n Pr_i},$$

де  $L-value_i$  – значення індикаторного значення  $i$ -го виду, а  $Pr_i$  – проективне покриття  $i$ -виду в описі.



Ідеальний індикатор [11] застосовувався для аналізу екологічного діапазону.

Рівень гемеробії оцінювався за шкалою Франка і Клотца [12], конвертованою у 100-бальну систему. Натуральність визначалася за типами соціальної поведінки рослин [13]. Функціональні залежності між світловим режимом та рівнем гемеробії моделювалися за рівнянням Хілла [14].

Аналіз показав, що інструментальні вимірювання світла є точними, але обмеженими в екологічній інтерпретації. Фітоіндикація, натомість, дозволяє інтегрувати екологічну інформацію, накопичену у структурі рослинних угруповань. Найбільш інформативними виявилися середньозважені значення індикаторів Елленберга.

Функціональна залежність між рівнем освітленості та фітоіндикаційною оцінкою відповідала логарифмічному рівнянню:

$$\log\_Lighiting = 0.22 * L\text{-value},$$

де  $\log\_Lighiting$  це десятковий логарифм відносного рівня освітлення,  $L\text{-value}$  це фітоіндикаційна оцінка рівня освітлення за шкалою Елленберга.

Залежність освітлення від гемеробії описувалась рівнянням Хілла:

$$Y = \frac{M}{1 + \left(\frac{K}{x}\right)^n},$$

де  $Y$  – це залежна змінна,  $x$  – аргумент функції,  $M$ ,  $K$  та  $n$  це коефіцієнти;  $n$  це коефіцієнт Хілла який є мірою надчутливості або наскільки крутою є крива відгуку;  $K$  відображає рівень фактору, за якого спостерігається половинний рівень відповіді функції. Спостерігався зворотний зв'язок: чим вищий рівень гемеробії, тим нижчий рівень освітлення. Визначено, що натуральність угруповань корелює з показниками освітленості та є важливою для виявлення екосистем із високою екологічною цінністю.

Світловий режим, гемеробія та натуральність є взаємопов'язаними індикаторами, що дозволяють комплексно оцінити екологічний стан міських парків. Фітоіндикація є ефективним методом, який забезпечує екологічно релевантні дані. Застосування індикаторних шкал Елленберга і Дідуха дозволяє отримати кількісну інформацію, що є основою для раціонального менеджменту зелених зон міста.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. H. V. Ribeiro, D. Rybski, and J. P. Kropp, "Effects of changing population or density on urban carbon dioxide emissions," *Nat. Commun.*, vol. 10, no. 1, p. 3204, Jul. 2019, doi: 10.1038/s41467-019-11184-y.
2. L. Mandaric, J.-R. Mor, S. Sabater, and M. Petrovic, "Impact of urban chemical pollution on water quality in small, rural and effluent-dominated Mediterranean streams and rivers," *Sci. Total Environ.*, vol. 613–614, pp. 763–772, Feb. 2018, doi: 10.1016/j.scitotenv.2017.09.128.
3. T. Haselhoff *et al.*, "Complex networks for analyzing the urban acoustic environment," *Ecol. Inform.*, vol. 78, p. 102326, Dec. 2023, doi: 10.1016/j.ecoinf.2023.102326.
4. A. Piracha and M. T. Chaudhary, "Urban air pollution, urban heat island and human health: A review of the literature," *Sustainability*, vol. 14, no. 15, p. 9234, Jul. 2022, doi: 10.3390/su14159234.
5. V. P. Lopez-Cabeza, S. Alzate-Gaviria, E. Diz-Mellado, C. Rivera-Gomez, and C. Galan-Marin, "Albedo influence on the microclimate and thermal comfort of courtyards under Mediterranean hot summer climate conditions," *Sustain. Cities Soc.*, vol. 81, p. 103872, Jun. 2022, doi: 10.1016/j.scs.2022.103872.
6. W. Halecki, T. Stachura, W. Fudała, A. Stec, and S. Kuboń, "Assessment and planning of green spaces in urban parks: A review," *Sustain. Cities Soc.*, vol. 88, p. 104280, Jan. 2023, doi: 10.1016/j.scs.2022.104280.
7. M. Abuseif, "The thermal effect of various local park settings: A simulation-based case study of Sunshine Coast, Australia," *Architecture*, vol. 3, no. 2, pp. 195–212, Apr. 2023, doi: 10.3390/architecture3020012.
8. H. Ellenberg, "Zeigerwerte der Gefisspflanzen Mitteleuropas (2nd ed.)," *Scr. Geobot.*, 1979.
9. J. Dengler *et al.*, "Ecological indicator values for Europe (EIVE) 1.0," *Veg. Classif. Surv.*, vol. 4, pp. 7–29, Jan. 2023, doi: 10.3897/VCS.98324.
10. Didukh Y P, "The ecological scales for the species of Ukrainian flora and their use in synphytoindication," (*Phytosociocenter*), 2011.
11. G. N. Buzuk, "Phytoindication with ecological scales and regression analysis: environmental index," *Bull. Pharm.*, vol. 2, no. 76, pp. 31–37, 2017.
12. D. Frank and S. Klotz, *Biologisch-ökologische Daten zur Flora der DDR*. Halle-Wittenberg, Halle (Saale): Martin-Luther- Universität, 1990.
13. A. Borhidi, "Social behaviour types, the naturalness and relative ecological indicator values of the higher plants in the Hungarian flora," *Acta Bot.*

*Hung.*, vol. 39, pp. 97–181, 1995.

14. M. O. Hill, D. B. Roy, and K. Thompson, “Hemeroby, urbanity and ruderality: bioindicators of disturbance and human impact,” *J. Appl. Ecol.*, vol. 39, no. 5, pp. 708–720, Oct. 2002, doi: 10.1046/j.1365-2664.2002.00746.x.

*Олена Чернявська, Андрій Савін*  
Мелітопольський державний  
педагогічний університет імені  
Богдана Хмельницького

## **ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА МЕТОДІВ ВИЗНАЧЕННЯ ВАЖКИХ МЕТАЛІВ У ПРОДУКТАХ ХАРЧУВАННЯ**

На сьогодні відомо близько сорока різних термінів визначення важких металів, і неможливо вказати на одне з них, як найбільш прийнятне. Критерієм, що використовується, може бути відносна атомна маса шкідливої речовини, а саме: понад 50.

Для деяких металів встановлені як безпосередні, так і віддалені токсичні ефекти на організм людини. При значному надходженні їх в організм спостерігається хронічна інтоксикація, яка має своєрідний для кожного металу характер і патогенез (критичні ефекти та органи). В той ж час, ученими було досліджено, що такі метали, як кобальт (Co), мідь (Cu), хром (Cr), залізо (Fe), магній (Mg), марганець (Mn), молібден (Mo), нікель (Ni), селен (Se) і цинк (Zn) є необхідними поживними речовинами, які потрібні для різних біохімічних і фізіологічних функцій організму людини [1].

Одними із часто визначених елементів на предмет токсичності є цинк (Zn), унікальний біомікроелемент, який входить до складу 80 ферментів, які утримуються в організмі людини. Добова потреба в цинку дорослої людини становить 15 мг. Щодо харчових продуктів вміст цинку в мг/кг має відповідати: фрукти та овочі – 5 мг, картопля та морква – 10, яйця – 15-20, зерно та горіхи – 25-30, борошно – 5-8. Дуже багато природного цинку міститься в печінці та бобових. У варених овочах кількість цинку знижується на 30-70% [2].

Свинець. Отруєння свинцем залишається сьогодні однією з найбільш поширених у світі проблем, пов'язаних зі здоров'ям дітей. Експериментальні дослідження показали, що свинець є потенційно канцерогенним, викликаючи

пухлинний рак у щурів і мишей, тому вчені розглядають його як ймовірний канцероген для людини.

Також харчові продукти і продовольча сировина контролюються на вміст кадмію, міді, ртуті, свинцю, цинку, олова, миш'яку і заліза. Норми вмісту важких металів у харчових продуктах зазначені у державних стандартах України. Налічується близько 20 токсичних важких металів, але вони неоднаковою мірою токсичні.

Аналізуючи наукову літературу, ми визначили, які існують методи дослідження вмісту важких металів. Методи дослідження на важкі метали можна поділити на хіміко-аналітичні та фізико-хімічні.

З метою кількісного визначення важких металів використовують гравіметричний (ваговий) аналіз, титрування, а пізніше фотоколориметрію та нефелометрію. Проведення цих досліджень суттєво утруднено впливом супутніх хімічних речовин у зразках, недосконалістю обладнання, низькою чутливістю.

На даний час для визначення мікроелементів у продуктах харчування найбільш поширеними є методи фізико-хімічного аналізу. Загальна кількість фізико-хімічних методів (ФХМ) досить велика, вона становить кілька десятків. Найбільше практичне значення для виявлення важких металів мають такі методи: електрохімічні, спектральні, хроматографічні.

Найбільш ефективними є електрохімічні методи, зокрема вольтамперометрія. Застосування вольтамперометрических методів аналізу дозволяє визначати концентрації речовин близько  $10^{-6}$  –  $10^{-8}$  моль/л, а деяких випадках до  $10^{-9}$  –  $10^{-10}$  моль/л. Цей метод аналізу заснований на роботі електродів і називається полярографією. Полярографічний метод має низку переваг у порівнянні з іншими інструментальними методами. До них можна віднести високу чутливість (до  $10^{-5}$  –  $10^{-6}$  моль/дм<sup>3</sup>), хорошу вибірковість (можливість аналізу сумішей речовин), порівняно високу відтворюваність (до 2%). Діапазон речовин, що визначаються полярографічним шляхом, дуже великий і досягає десятків тисяч. Полярографічний аналіз можна проводити в темнозabarвлених середовищах, у невеликих обсягах розчину, в потоці розчину (можливість автоматизації), результати аналізу реєструються самописцем і мають об'єктивний характер. Тому, для вирішення поставленого завдання ми обрали найбільш поширений і найбільш ефективний метод – полярографію.

Обов'язковим і важливим етапом дослідження на вміст важких металів є пробопідготовка, яка пов'язана з великими витратами часу. Тому за мету, під час

дослідження ми ставили визначення умов для можливості скоротити час пробопідготовки, при цьому зберегти ефективність дослідження.

Частіше за все для пробопідготовки використовують «суху» та «мокру» мінералізацію. Але слід зазначити, що ці традиційні методи пробопідготовки трудомісткі, вимагають багато часу, використання великої кількості кислот, недостатньо стерильні. При використанні їх неминучі втрати легколетких елементів. Тим не менш, для отримання результатів дослідження і визначення його оптимальних умов, ми провели традиційну пробопідготовку зразків продуктів харчування і пробопідготовку, яку ми пропонуємо, а саме зі зміненими умовами. Це в свою чергу може значно скоротити загальний час дослідження на вміст важких металів.

В якості об'єктів взяли декілька продуктів: солодкий перець та м'ясо свинини. Пробопідготовку солодкого перця та м'яса свинини для дослідження на Cu, Zn, Pb методом полярографії проводили відповідно до державного стандарту 26929 – 94.

Солодкий перець та м'ясо буди подрібнені керамічним ножом. Взяті навіски продуктів у необхідних кількостях від 5 до 25 мг. Відповідно до методики процес пробо підготовки займає 2-3 дні.

Модифікована мінералізація проб для полярографічного дослідження передбачає повне руйнування їх складної матриці. Відповідно до вимог ДСТУ продукт харчування має поступово висушуватись, обвуглюватись на електричній плитці, при цьому не повинно допускатися утворення великої кількості диму. Сильне димоутворення заборонено, оскільки з димом зразок може втрачати частину важких металів. Виконати цю вимогу при обвуглюванні продукту у витяжній шафі складно.

Ми пропонуємо значно прискорити процес пробопідготовки не нагріваючи продукти харчування, а спалюючи їх. За «Законом збереження маси» всі елементи, що знаходилися в замкнутому просторі закритої колби, після згоряння залишаються в ній. Умови спалювання визначаються характером продукту харчування. Якщо продукт харчування містить невелику кількість жирів, цукру, то його після ретельного просушування можна спалювати в трилітровій колбі з жароміцного скла. Після кислотою омиваються стінки колби. Важкі метали, що містилися в ПХ, переходять в азотну кислоту, яка після розкладання піддається відповідному полярографічному дослідженню.

Під час експерименту було доведено, що така пробопідготовка може бути проведена за 2-3 години, замість 2-3-х днів.

Перша серія експериментів включала пробопідготовку болгарського перця – традиційну і запропоновану. Частина перця (близько 1кг) відправлена для дослідження на Cu, Zn, Pb методом ICP-OES. Інша частина перця з цієї партії була гомогенізована в лабораторному млині і піддана сухій мінералізації шляхом спалювання.

Друга серія експерименту включала пробопідготовку м'яса свинини аналогічним шляхом. М'ясо піддано сухій мінералізації шляхом спалювання. З гомогенату взято 3 навіски: одна для дослідження на свинець масою 25 гр, три масою по 8 гр – на мідь і цинк (відповідно до ДСТУ 26929 - 94). Вони висушені протягом 15-20 хвилин гарячим ( $t = 350\text{ }^{\circ}\text{C}$ ) повітрям промислового фену. При цьому вага навіски стала вдвічі нижчою (до 12,5 та 4 грама відповідно).

Для дослідження вмісту важких металів у зазначених продуктах використовували полярограф марки ПУ-1. При визначенні важких металів у перці солодкому під час полярографічного дослідження з пробопідготовкою «спалювання в колбі», «піки» на полярограмах досліджених металів відсутні, що вказує на їх низьку концентрацію. Отримані результати полярографії і визначені концентрації вмісту важких металів у зразках солодкого перцю наведені у таблиці 1.

Таблиця 1

| Назва показника,<br>одиниця вимірювання | Результат<br>випробування<br>з традиційною<br>пробопідготовкою | Результат<br>випробування<br>з пробопідготовкою<br>методом спалювання |
|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| Мідь, мг/кг                             | Менше 0,6                                                      | Менше 0,71                                                            |
| Цинк, мг/кг                             | Менше 1,3                                                      | Менше 1,6                                                             |
| Свинець, мг/кг                          | Менше 0,2                                                      | Менше 0,15                                                            |

Зіставлення результатів показує незначну розбіжність поміж них, що може бути зумовлено і неоднорідністю зразків дослідження.

При визначенні важких металів у зразках м'яса з традиційною і запропонованою пробопідготовкою встановлено:

- на полярограмах міді та цинку (за різної пробопідготовки) відповідних «піків», що вказують на високу концентрацію цих іонів, не виникло. Однак визначення вмісту свинцю дало значні розбіжності (табл. 2)

Таблиця 2

| Назва показника,<br>одиниця вимірювання | Результат<br>випробування<br>з традиційною<br>пробопідготовкою | Результат<br>випробування<br>з пробопідготовкою<br>методом спалювання |
|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| Мідь, мг/кг                             | Менше 3,332                                                    | Менше 3,000                                                           |
| Цинк, мг/кг                             | Менше 2,856                                                    | Менше 2,900                                                           |
| Свинець, мг/кг                          | Менше 0,01                                                     | Більше 0,5                                                            |

Встановлено, що концентрація вмісту важких металів, а саме міді і цинку – значно не відрізняється в обох зразках. Однак концентрація свинцю у зразках м'яса свинини, яку підготували до полярографії методом спалювання, перевищує гранично допустиму концентрацію. Це свідчить про те, що запропонований метод пробопідготовки (метод спалювання) до полярографії саме м'яса свинини не можна використовувати для дослідження вмісту свинцю у м'ясних продуктах.

Тому дослідження було продовжено і прийнято рішення про визначення концентрації свинцю у продуктах, які виготовляють з м'яса свинини. Для аналізу обрали продукт Запорізького м'ясокомбінату – ковбасу варену «Ретро» і провели аналіз продукту на вміст свинцю і кадмію із застосуванням вуглеситалового індикаторного електрода. Для визначення того, наскільки такий метод є точним, оскільки саме він рекомендований для визначення свинцю і кадмію, було вирішено паралельно визначити їх концентрацію в яйцях курячих і сирі кисломолочному.

Таблиця 3

## Результати кількісного визначення свинцю та кадмію.

| Об'єкт аналізу                                                         | Знайдено, мг/кг |                 |
|------------------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------|
|                                                                        | Pb              | Cd              |
| Ковбаса варена «Ретро з молоком»<br>першого гатунку                    | 0,24 (ГДК 0,5)  | 0,03 (ГДК 0,05) |
| Сир кисломолочний «Український»<br>5%<br>ТОВ «Богодухівський молзавод» | 0,06 (ГДК 0,1)  | Не встановлено  |
| Яйця курячі першої категорії,<br>«Своя Лінія»                          | 0,16 (ГДК 0,3)  | Не встановлено  |

Проведеною дослідницькою роботою встановлено, що для токсикологічних лабораторій міст обласного підпорядкування оптимальним є метод інверсійної вольтамперометрії, бо він є високо чутливим, відносно не дорогим, безпечним у роботі.

Нами було запропоновано метод швидкого висушування та спалювання зразка (замість поступового обуглювання на електричній плитці), що дозволяє скоротити час пробопідготовки, для проведення полярографічного дослідження, орієнтовно в 2 рази.

Розроблено оптимальні умови методики використання безртутного вуглеситалового електрода для визначення свинцю, кадмію методом інверсійної вольтамперометрії у продуктах харчування. Електрод добре зарекомендував себе у проведених дослідженнях. Вміст Cd, Pb у всіх досліджених продуктах не перевищує ГДК.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Кирієнко, П., Бетін, О., Захарченко, М., Лобов, С., & Мсаллам, К. (2023). Дослідження технологій вилучення важких металів із промислових стічних вод. *Екологічна безпека та природокористування*, 46(2), 54–65. <https://doi.org/10.32347/2411-4049.2023.2.54-65>
2. Параняк Р.П. Шляхи надходження важких металів в довкілля та їх вплив на живі організми / Р.П. Параняк, Л. П. Васильцева, Х.І. Макух // Біологія тварин. – 2007. – Т. 9, № 3. – С. 83 – 89.

*С.Р. Чмихало, А.І. Сидоренко*  
Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

### РЕЗУЛЬТАТИ ВПРОВАДЖЕННЯ ПРИРОДООХОРОННИХ ЗАХОДІВ НА ТЕРИТОРІЇ БОТІЄВСЬКОЇ ВЕС: РОСЛИННА КОМПОНЕНТА

Розвиток відновлюваних джерел енергії в Україні в останнє десятиліття набуває дедалі більшого значення в контексті боротьби зі зміною клімату,



зменшення залежності від викопних енергоресурсів та переходу до стійкої енергетики [5]. Одним із ключових елементів цього переходу є впровадження вітроелектростанцій. Ботієвська ВЕС, яка розташована в Мелітопольському районі, в межах степової зони півдня України, є однією з найпотужніших у державі (200 МВт; п'яте місце в Європі на момент будівництва у 2012-2014 рр.). Водночас її функціонування пов'язане з певними екологічними викликами, зокрема щодо збереження природних ландшафтів та біорізноманіття [1].

Рослинний світ – чутливий індикатор антропогенних змін, і саме рослинні угруповання першими зазнають трансформації при зміні режиму землекористування [2]. Тому дослідження стану флори на території Ботієвської ВЕС та оцінка ефективності природоохоронних заходів є актуальним і необхідним завданням як для екологів, так і для енергетичних компаній.

Територія Ботієвської ВЕС розташована в межах північно-західного Приазов'я. Тут переважають чорноземні ґрунти, сформовані в умовах посушливого клімату. Природна рослинність представлена переважно степовими фітоценозами, в яких переважають типчаково-ковилові угруповання, також подекуди зустрічаються петрофітні комплекси та залишки лучної рослинності [4].

На території, прилеглій до ВЕС, виявлено понад 180 видів судинних рослин, з яких кілька занесено до Червоної книги України (зокрема, ковила волосиста *Stipa capillata*, ковила Лессінга *Stipa lessingiana* та тюльпан скіфський *Tulipa scythica*) [6]. Проте, значну частину рослинного покриву складають ефемероїди, що пристосувалися до короткого вегетаційного періоду та високої сонячної інсоляції, а основним рослинним комплексом в межах площадки Ботієвської ВЕС є сільськогосподарські угіддя. Зазвичай це поля злакових культур та соняшника. В південній частині вітрового парку була прокладена нова дорога серед агроценозів довжиною понад 1 км. Детальне дослідження стану рослинних угруповань в цьому місці показує відсутність природних рослинних комплексів та перебування тут видів, занесених до Червоної книги України.

Вітровимірвальні вежі, офіс вітропарку та лінії електропередачі розташовані серед агроценозів, а підсилюючі станції (4 споруди) розташовані в лісосмугах. Природна цінність агроценозів є незначною, тому завдана рослинним комплексам й довкіллю взагалі шкода не є критичною.

Будівництво та експлуатація Ботієвської ВЕС супроводжуються низкою екологічних наслідків для рослинності, серед яких можна виділити ряд найбільш суттєвих.

**Порушення природного покриву під час будівельних робіт.** Під час підготовки майданчиків для встановлення турбін, будівництва доріг і ліній електропередачі відбувається зняття ґрунтового шару, руйнування кореневих систем рослин, зміна гідрологічного режиму ділянок (слід відмітити, що верхній родючий шар ґрунту згідно вимог природоохоронного законодавства [3] був вивезений та складований біля с. Ботієве, звідки він використовується за прямим призначенням).

**Фрагментація середовищ існування.** Встановлення інфраструктури ВЕС створює перешкоди для поширення рослин, обмежує природне оновлення популяцій рідкісних видів і сприяє ізоляції біоценозів.

**Інвазія чужорідних видів.** На порушених територіях часто з'являються бур'янисті та чужорідні види, які витісняють місцеву флору, знижують біорізноманіття та змінюють структуру рослинних угруповань.

**Збільшення антропогенного навантаження.** Будівництво і технічне обслуговування ВЕС супроводжується активізацією людської діяльності, що веде до витоптування, засмічення, створення тимчасових технічних об'єктів, які негативно впливають на стан рослинності.

Для мінімізації негативного впливу на флору на території Ботієвської ВЕС впроваджено такі природоохоронні заходи:

- *Проведення інвентаризації рослинного світу.* Регулярно (щорічно) здійснюються польові обстеження територій з метою виявлення рідкісних і зникаючих видів, фіксації змін у чисельності та стані популяцій, а також створення карт розповсюдження охоронюваних таксонів.

- *Обмеження господарської діяльності.* Вітропарк відкритий до відвідування зацікавленими особами або організованими групами за умов попередньої реєстрації та узгодження з керівництвом. Саме такий режим охорони повністю припинив незаконну рубку дерев у лісосмугах. Починаючи з 2012 року, в деяких лісосмугах, за нашими спостереженнями, почалося самовідновлення деревних насаджень. Однак акація біла, яка є тут домінантом, не відноситься до порід дерев, які добре відновлюються.

Крім того, дотримання режиму охорони території призвело до мінімального потрапляння стороннього автотранспорту, що ми спостерігали на стадії проєктування та початку будівництва ВЕС. На ділянці узбережжя між селами Приморський Посад та Ботієве було дуже поширено рибальство, в тому числі й незаконне. Саме великі скупчення автомобільного транспорту уздовж моря, а це майже повсюди вузькі смуги степової рослинності, створювали загрозу

рослинним угруповання. Зараз такі степові ділянки у порівняно задовільному стані. До того ж, на території вітропарку заборонено полювання, що також зменшує кількість відвідувачів.

- *Відновлення рослинного покриття.* У межах технічно порушених ділянок здійснюється рекультивація: висівання сумішей місцевих видів трав, заліснення та створення буферних смуг, які сприяють природній регенерації рослинності. Серед заходів з озеленення колективом вітропарку виконані роботи із закладки газону навколо головної будівлі, висадки хвойних та листяних порід дерев (на жаль, не завжди успішно: висаджені ранньою весною сосни, які отримали необхідний догляд (регулярний полив) почуваються добре; натомість ялівець звичайний загинув у кількості понад 30 дерев через пізні строки висадки та надзвичайну засуху). Зокрема, з боку головного входу до офісу висаджено понад 25 дерев берези. Враховуючи доволі ризиковий для берез сухий клімат нашої місцевості, для їх поливу встановлено крапельне зрошення.

- *Моніторинг «червонокнижних» видів.* Ведеться спеціалізований нагляд за видами, занесеними до Червоної книги України, з метою вчасного виявлення загроз і прийняття відповідних заходів (наприклад, обмеження доступу до певних ділянок під час вегетації).

- *Еколого-просвітницька діяльність.* Проводяться лекції, публічні обговорення, видаються інформаційні буклети для працівників ВЕС та місцевих мешканців з метою формування культури дбайливого ставлення до природи.

- *Наукове співробітництво.* Залучення ботаніків, екологів та фахівців з охорони природи до розробки довгострокових стратегій збереження біорізноманіття на територіях, прилеглих до ВЕС.

Таким чином, будівництво та експлуатація Ботієвської вітроелектростанції супроводжуються низкою екологічних викликів, однак завдяки реалізації системи природоохоронних заходів упродовж 2012-2021 рр. вдалося зберегти значну частину місцевої степової флори. Проведення інвентаризації, моніторингу та заходів із відновлення природної рослинності демонструє позитивну динаміку.

Проте для підвищення ефективності цієї діяльності необхідно не лише підтримувати вже запроваджені практики, але й системно вдосконалювати їх із врахуванням сучасних викликів. Доцільно:

- розширити обсяги біомоніторингу з урахуванням сезонної та багаторічної динаміки рослинних угруповань, з обов'язковим залученням фахівців-ботаніків і локальних наукових установ;
- удосконалити методи рекультивації порушених територій, запровадивши принципи природовідповідного відновлення степових екосистем із використанням автохтонних видів;
- посилити екологічну експертизу при плануванні нових черг будівництва ВЕС, обов'язково враховуючи ризики фрагментації та ізоляції цінних біотопів;
- інтегрувати громадськість та освітні інституції у процеси моніторингу та збереження флори через екопросвітницькі кампанії, створення шкільних екологічних проєктів, залучення волонтерів;
- забезпечити публічну звітність та відкритість даних моніторингу, що сприятиме прозорості діяльності ВЕС та формуванню довіри серед населення і наукової спільноти.

Підсумовуючи, підвищення ефективності природоохоронної діяльності на Ботієвській ВЕС має ґрунтуватися на принципах адаптивного управління, багатоступеневої участі зацікавлених сторін та постійного вдосконалення екологічної відповідальності в межах промислової діяльності.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. *Вітряні електростанції та зміни клімату* / Василюк О., Кривохижа М., Прекрасна Є., Норенко К. – К.: UNCG, 2015. 32 с. URL: [https://www.researchgate.net/publication/325343361\\_Vitrani\\_elektrostanicii\\_ta\\_zmin\\_i\\_klimatu\\_Vasiluk\\_O\\_Krivohiza\\_M\\_Prekrasna\\_E\\_Norenko\\_K\\_-\\_K\\_UNCG2015\\_32\\_c](https://www.researchgate.net/publication/325343361_Vitrani_elektrostanicii_ta_zmin_i_klimatu_Vasiluk_O_Krivohiza_M_Prekrasna_E_Norenko_K_-_K_UNCG2015_32_c) (дата звернення 16.04.2025 р.).
2. Гончарова Г.Д., Ширіна С.С., Подорожний С.М. (2021). Флористична цінність території північного Приазов'я. II наукова інтернет-конференція молодих вчених «Сучасні проблеми природничих наук», 6 грудня 2021 р., с. 52-56.
3. Земельний кодекс України. *Верховна Рада України* : веб-сайт. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2768-14#Text> (дата звернення 16.04.2025 р.).
4. Коломійчук В.П., Онищенко В.А., Перегрим М.М. Важливі ботанічні території Приазов'я / за ред. Т.Л. Андрієнко. – Київ : Альтерпрес, 2012. – 116 с.
5. Лисенко І. Реалізація будівництва найбільшої вітроелектростанції в Україні: Ботієвська ВЕС // Матеріали третього Міжнародного енергетичного

форуму «Енергоефективність. Енергозбереження» : електронний ресурс. URL: [http://www.journal.esco.co.ua/esco/2013\\_9/art332.pdf](http://www.journal.esco.co.ua/esco/2013_9/art332.pdf) (дата звернення 15.04.2025 р.).

6. Червона книга України. Рослинний світ / за ред. Я.П. Дідуха. – Київ: Глобалконсалтинг, 2009. – 900 с.

*О.Р. Фролова, Е.Б. Халіляєв*  
Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ІНВЕНТАРИЗАЦІЯ НАЙВАЖЛИВІШИХ ТАКСОНІВ РОСЛИН ТА ТВАРИН, ЗАНЕСЕНИХ ДО НАЦІОНАЛЬНИХ ТА МІЖНАРОДНИХ ОХОРОННИХ ДОКУМЕНТІВ, НА ТЕРИТОРІЇ МЕЛІТОПОЛЬСЬКОГО РАЙОНУ**

У межах реалізації проєктів з відновлюваної енергетики, зокрема будівництва та експлуатації Запорізької вітроелектростанції (ВЕС), виникає нагальна потреба в екологічному супроводі таких об'єктів, що передбачає дослідження біорізноманіття території. Одним з ключових напрямів таких досліджень є виявлення рідкісних і зникаючих видів флори та фауни, занесених до Червоної книги України, оцінка стану їх популяцій і середовищ існування.

Метою інвентаризації було визначення складу червонокнижних видів рослин і тварин, виявлення їхніх популяційних характеристик, а також оцінка стану місць проживання цих таксонів у межах Мелітопольського району, де розташована Запорізька ВЕС, лінія електропередачі ПЛ 330 кВ, а також прилеглі до даних об'єктів території в радіусі 20 км (т. зв. «дискретна одиниця управління», або ДОУ). Загальна площа проведених у 2007-2021 рр. обліків становила 31% (бл. 2400 км<sup>2</sup>) від площі Мелітопольського району. Використовувалися як пішохідні (на фіксованих трансектах та стаціонарних пунктах спостережень), так і автомобільні маршрути, в деяких випадках була задіяна аерофотозйомка за допомогою квадрокоптерів DJI Mavic 3 Pro та DJI Mavic Air Fly More Combo.

Проведення даних досліджень мало не лише природоохоронне, а й практичне значення, оскільки дозволило планувати подальші дії з охорони

природи та мінімізації впливу на довкілля під час реалізації інфраструктурних проєктів.

У результаті польових флористичних обстежень на проєктній території виявлено 22 види рослин, які підлягають охороні. З них один вид внесений до Червоного списку Міжнародної спілки охорони природи [2]; чотири види внесені до Європейського Червоного списку [2], шість видів (ковила волосиста *Stipa capillata*, ковила Лессінга *Stipa lessingiana*, астрагал шерстистоквітковий *Astragalus dasyanthus*, карагана скіфська *Caragana scythica*, залізняк скіфський *Phlomis scythica* та повстянка дніпровська *Cymbuchasma borysthenica*) – до Червоної книги України [8] і 11 видів – до переліку видів рослин, які не занесені до Червоної книги України, але є рідкісними або такими, що перебувають під загрозою зникнення на території Запорізької області. Крім того, на степових ділянках в межах ДООУ та ЛЕП і навколо проєктної території Запорізької ВЕС зростає шість рослинних асоціацій у складі трьох формацій, занесених до Зеленої книги України [3]. Критично важливі місця існування рослин у межах 20-км зони представлені інтрозанальною рослинністю внутрішньоматерикових солончакових луків. Вони приурочені до заплавної частин річок Молочна і Кільтичя.

Ентомофауна регіону є доволі багатою, всього за результатами досліджень виявлено 321 вид комах, які відносилися до 9 рядів, але з них лише 4 види знаходяться в охоронних документах національного та міжнародного значення. Серед 4 виявлених охоронюваних видів з відповідним статусом – 2 внесені до Червоної книги України [9] та 2 до Європейського Червоного списку [2]. Треба зазначити, що тільки 2 з виявлених видів відповідають пункту GN56 Циркуляру №6 МФК [1].

Дельта ріки Молочної та верхів'я Молочного лиману є резерватом степової ентомофауни з високою цінністю, завдяки збереженим ділянкам цілинного степу, що мають низький рівень рудеральності. Цей осередок є важливим для виживання рідкісних видів комах, таких як червонець непарний (*Lysaena dispar*) та сатурнія велика (*Saturnia pyri*), занесених до Червоної книги України. Хоча оселище не містить ендеміків, воно вирізняється значною кількістю екологічно спеціалізованих і рідкісних видів з низькою пластичністю.

Коса Пересип представлена приморським псамофітним біотопом і є унікальним регіональним резерватом ентомофауни морських узбереж. Незважаючи на рудеральність, вона зберігає комплекси рідкісних приморських видів комах, зокрема мурашиного лева велетенського (*Acanthaclisis occitanica*),

сатурнії великої (*Saturnia pyri*) та джмеля пахучого (*Bombus fragrans*). Відсутність офіційного охоронного статусу в багатьох рідкісних і спеціалізованих видів є викликом для їхнього збереження, особливо в умовах потенційного техногенного впливу.

Обидва оселища, згідно з Циркуляром №6 МФК, класифікуються як місця, необхідні для виживання ключових видів, оскільки вони підтримують сталі популяції занесених до Червоної книги комах. Це підкреслює важливість збереження таких територій як осередків біорізноманіття і чутливих екосистем, що потребують належного моніторингу та охорони.

У межах південного Приазов'я не виявлено видів амфібій, занесених до Червоної книги України. Проте три види перебувають під міжнародною охороною: землянка Палласа (*Pelobates vespertinus*) та ропуха зелена (*Bufo viridis*) – внесені до II додатку Бернської конвенції (види, що потребують особливої охорони) [6], зі статусом LC (Least Concern) за МСОП і ЄЧС, із тенденцією до зменшення чисельності. Жаба озерна (*Pelophylax ridibundus*) – входить до III додатку Бернської конвенції (види, що підлягають охороні), має статус LC, із зростаючою чисельністю. Загалом, жоден з видів земноводних у зоні проєктування ВЕС та ЛЕП не перебуває в загрозливому стані.

Серед плазунів, єдиний вид, занесений до Червоної книги України, це гадюка степова (*Vipera renardi*), категорія «Вразливий». Вона зустрічається у верхів'ях та на правому березі Молочного лиману й околицях сіл. Вид також включений до II додатку Бернської конвенції та Додатку I CITES [5]. Болотяна черепаха (*Emys orbicularis*) та піщана ящірка (*Eremias arguta*) мають статус NT (Near Threatened) за МСОП і ЄЧС, чисельність скорочується. Інші поширені види – ящірка прудка (*Lacerta agilis*), вуж звичайний (*Natrix natrix*) та вуж водяний (*Natrix tessellata*) – мають статус LC, включені до II або III додатку Бернської конвенції, але не перебувають у загрозливому стані.

Говорячи про птахів, з 12 видів охоронних списків, що мають категорію «зникаючі» або «на межі зникнення», на території ДОУ протягом 2007-2019 рр. обліковано 7: лунь степовий (*Circus macrourus*), балабан (*Falco cherrug*), журавель степовий (*Anthropoides virgo*), коловодник ставковий (*Tringa stagnatilis*), кроншнеп великий (*Numenius arquata*), мартин каспійський (*Larus ichthyaetus*) та сиворакша (*Coracias garrulus*). Їхня чисельність складала 111 ос., домінував кроншнеп великий – 58 ос. (52,3%), а субдомінантами були мартин каспійський – 22 ос. (19,8%) та сиворакша – 15 ос. (13,5%). Найбільш важливими для птахів є ІВА-територія UA071 «Молочний лиман» та ІВА-територія UA072 «Долина р.

Молочної».

Із 32 видів ссавців, яких було виявлено в різні роки в межах проектної території, до списку видів, яким потрібен захист і охорона, відноситься 15 (46,9%) видів. За природоохоронним статусом більше всього видів ссавців (13) занесено до додатків Бернської конвенції [6] (до II – 7, до III – 6), дещо менше (8) – до Червоної книги України [9]. Серед останніх найвищий статус «Зникаючий» має тхір степовий (*Mustela eversmanni*), а інші 5 видів (вечірниця руда *Nyctalus noctula*, пергач пізній *Eptesicus serotinus*, нетопири малий *Pipistrellus pipistrellus* та середземноморський *P. kuhlii*, нічниця вусата *Myotis mystacinus*) мають статус «Вразливий».

За Боннською конвенцією, до додатку II [4] включено всіх кажанів, яких на досліджуваній території може нараховуватися й більше видів, чим це зараз відомо. Причиною цього є недостатньо глибока вивченість хіроптерофауни, яку ми почали досліджувати недавно. Згідно Закону «Про приєднання України до Угоди про збереження кажанів у Європі» [7], всі вони у нашій державі є об'єктами суворої охорони.

Досить вразливим видом залишаються малий ховрах (*Spermophilus rugmaeus*) та звичайний сліпак (*Spalax microphthalmus*). Ці види мешкають поміж агроценозів у садках, лісосмугах та в деяких місцях на приморських луках і дуже потерпають від землеробства. Майже всі їх осередки відокремлені один від одного непридатними для мешкання угіддями, що сприяє інбридингу та іншим негативним наслідкам генетичного характеру.

Найбільш загрозливе становище у зоні потенційного впливу ВЕС зараз склалося зі степовим тхором, якому присвоєно статус «Зникаючий», та з земляним зайцем або тушканчиком великим (*Allactaga major*) – статус «Рідкісний» [9]. Окрім того, земляного зайця занесено до Червоної книги МСОП у статусі NT – близький до стану загрози зникнення. Таким чином обидва види відповідають критерію 1 «Види, що перебувають під критичною загрозою (КЗ) та/або загрозою (З)», визначених технічним завданням даного проекту. У місцях потенційного впливу ВЕС зазначені види ще недавно, як величезна рідкість, траплялися біля сіл Мордвинівка, Гирсівка та ще в деяких місцях. Місця їх мешкання представляли собою пасовища, які зазнали значної дигресії від механічного та трофічного впливу чисельних овець. Рівнинні засолені степи з рідким трав'яним покривом виявились також дуже придатними для мешкання сірого або малого ховраха, який є основною поживою степового тхора у Південній Україні. Зі зникненням овець та вівчарень, а також за різкого зниження



чисельності великої рогатої худоби, колишні пасовища перетворились на зарослі травною луки, що унеможливило мешкання ховрахів та тушканчиків. Дуже скоро це спричинило й виселення степового тхора.

Підсумовуючи, наявність червонокнижних видів рослин і тварин свідчить про високу екологічну цінність природних та напівприродних біотопів, що збереглися у межах ВЕС. Степові залишки, балки, узлісся, тимчасові водойми і чагарникові зарості виступають осередками біорізноманіття в агроландшафті, що домінує в регіоні. Ці біотопи забезпечують життєво необхідні умови для існування рідкісних видів і є важливими для збереження природної рівноваги. Їхнє знищення або трансформація може призвести до локального зникнення популяцій охоронюваних таксонів.

У зв'язку з виявленими фактами, доцільно рекомендувати такі заходи: збереження фрагментів цілинного степу та інших природних екосистем у межах і поблизу ВЕС; визначення охоронних зон навколо місць зростання рідкісних рослин та місць гніздування птахів; регулярне проведення екологічного моніторингу для відстеження змін у стані популяцій охоронюваних видів; залучення фахівців до планування природоохоронних заходів під час будь-яких господарських змін у межах території. Звісно, що впровадження вищевказаних заходів можливе тільки після закінчення бойових дій та деокупації наших територій.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. International Finance Corporation's Guidance Note 6: Biodiversity Conservation and Sustainable Management of Living Natural Resources. URL: <https://www.ifc.org/content/dam/ifc/doc/2010/20190627-ifc-ps-guidance-note-6-en.pdf> (дата звернення 05.04.2025 р.).
2. The IUCN Red List of Threatened Species : веб-сайт. URL: <https://www.iucnredlist.org/> (дата звернення 05.04.2025 р.).
3. Зелена книга України : веб-сайт. URL: <https://greenbook.land.kiev.ua/> (дата звернення 05.04.2025 р.).
4. Конвенція про збереження мігруючих видів тварин 1979 // Юридична енциклопедія : [у 6 т.] / ред. кол.: Ю. С. Шемшученко (відп. ред.) [та ін.]. – К. : Українська енциклопедія ім. М. П. Бажана, 2001. – Т. 3. – 792 с.
5. Конвенція про міжнародну торгівлю видами дикої фауни і флори, що перебувають під загрозою зникнення // Юридична енциклопедія : [у 6 т.] / ред. кол.: Ю. С. Шемшученко (відп. ред.) [та ін.]. – К. : Українська енциклопедія ім.

М. П. Бажана, 2001. – Т. 3. – 792 с.

6. Конвенція про охорону дикої флори і фауни та природних середовищ існування в Європі (Берн, 1979 рік). – Київ: Мінекобезпеки України, 1998. – 76 с.

7. Про приєднання України до Угоди про збереження кажанів в Європі: Закон України від 14.05.1999 р. №663-XIV. Верховна Рада України : веб-сайт. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/663-14#Text> (дата звернення 05.04.2025 р.).

8. Червона книга України. Рослинний світ / за ред. Я.П. Дідуха. – Київ: Глобалконсалтинг, 2009. – 900 с.

9. Червона книга України. Тваринний світ / за ред. І.А. Акімова. – Київ: Глобалконсалтинг, 2009. – 600 с.

УДК 911.9:338.48

## ΓΕΟΓΡΑΦΙΑ ΤΑ ΤΟΥΡΙΣΜ У ЧАСИ КРИЗИ: ΑΔΑΠΤΑЦІЯ, ВІДНОВЛЕННЯ, ПЕРСПЕКТИВИ

*Anatasia Savlidou*

Mcs in Tourism and  
Hospitality Management  
Thessaloniki, 2025

### ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΗ ΗΓΕΣΙΑ ΣΤΟ HOSPITALITY

Καλησπέρα σας, ονομάζομαι Σαβλίδου Αναστασία και είμαι φοιτήτρια του Μεταπτυχιακού Προγράμματος Σπουδών Διοίκησης Τουριστικών Επιχειρήσεων και Οργανισμών του Τμήματος Διοίκησης Οργανισμών Μάρκετινγκ και Τουρισμού του Διεθνούς Πανεπιστημίου της Ελλάδος.

Είναι τιμή μου να σας παρουσιάσω την διπλωματική μου εργασία με Θέμα «ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΗ ΗΓΕΣΙΑ ΣΤΟ HOSPITALITY».

Σκοπός της εργασίας είναι η διερεύνηση των μορφών ηγεσίας που εφαρμόζονται στον ξενοδοχειακό κλάδο. Επιπλέον, να εξεταστούν οι προσδοκίες που έχει το προσωπικό από τον ηγέτη του.

Στόχος της εργασίας είναι να αναλύσει την σχέση μεταξύ της αποτελεσματικής ηγεσίας και της εργασιακής ικανοποίησης των εργαζομένων στον τομέα της φιλοξενίας.

Τα ερευνητικά ερωτήματα που θα αναλυθούν:

EE1: Πώς επηρεάζουν τα διαφορετικά στυλ ηγεσίας την εργασιακή ικανοποίηση των εργαζομένων στον τομέα της φιλοξενίας;

EE2: Ποια είναι η σχέση μεταξύ της αποτελεσματικής ηγεσίας και της διατήρησης των εργαζομένων στον κλάδο της φιλοξενίας, ειδικά όσον αφορά την γενιά Z;

EE3: Ποιες είναι οι προσδοκίες που έχει το προσωπικό από τον ηγέτη του στον ξενοδοχειακό κλάδο;

Αρχικά Είναι σημαντικό να τονίσουμε την διαφορά μεταξύ του ηγέτη και του manager.

Ο ηγέτης δημιουργεί ένα όραμα και καθοδηγεί τους ακολούθους του σε αυτό, μέσω της παρακίνησης.

Ενώ ο μάνατζερ εστιάζει στον έλεγχο, δίνοντας έμφαση στους κανόνες και δημιουργώντας εργασιακή σταθερότητα.

Η ηγεσία και το στυλ της ηγεσίας στον κλάδο της φιλοξενίας, καθορίζεται ως αναπόσπαστο κομμάτι της επιτυχίας ενός οργανισμού και ιδιαίτερα ενός τουριστικού οργανισμού, ο οποίος βασίζεται κατά μεγάλο ποσοστό στην εξυπηρέτηση πελατών και της επικοινωνιακής επαφής με το προσωπικό.

Ερευνάται και Αναλύεται εις βάθος το **μετασχηματιστικό**, το **συναλλακτικό**, το **χαρισματικό**, το **στρατηγικό**, το **υπηρετικό** και το **καλοπροαίρετο** στυλ ηγεσίας, και η επιρροή που κατέχει το κάθε στυλ ηγεσίας στον εργαζόμενο και την ίδια την επιχείρηση. Το πώς αυτά τα στυλ μπορούν να επηρεάσουν το εργασιακό περιβάλλον, τα κίνητρα, την καινοτομία και την ικανοποίηση των εργαζομένων από την εργασία τους.

Ερευνάται επίσης ο τρόπος με τον οποίο η ηγεσία επηρεάζει τις διάφορες γενιές εργαζομένων, ιδίως τη γενιά Z (γεννηθείς 1996-2009).

Τα αποτελέσματα της έρευνας δείχνουν ότι η αποτελεσματική ηγεσία επηρεάζει σημαντικά τη διατήρηση των εργαζομένων και την καινοτόμο συμπεριφορά των εργαζομένων της γενιάς Z.

Η **μετασχηματιστική ηγεσία**, με λέξεις κλειδιά όπως η επιρροή, εμπιστοσύνη, θαυμασμός συμπεριλαμβανομένης της παρακίνησης, της πνευματικής διέγερσης και της εξατομικευμένης αντιμετώπισης, προάγει ένα υγιές εργασιακό περιβάλλον, ενισχύοντας την απόδοση και την αφοσίωση των εργαζομένων. Αυτό, με τη σειρά του, οδηγεί σε αυξημένη παραγωγικότητα και έσοδα στον κλάδο των ξενοδοχείων.

Επιπλέον, η έρευνα έδειξε ότι η Μετασχηματιστική ηγεσία έχει θετικό αντίκτυπο στην εργασιακή ικανοποίηση, παρ'όλα αυτά τα επίπεδα ικανοποίησης των εργαζομένων φαίνεται να αλλάζουν ανάλογα με τον τύπο και την κατηγορία του ξενοδοχείου.

Η **ικανοποίηση των εργαζομένων** είναι υψηλότερη στα πολυτελή ξενοδοχεία, καθώς διαθέτουν περισσότερους πόρους να δαπανήσουν για το προσωπικό τους, αφού ο κύριος σκοπός τους είναι η παροχή υψηλής ποιότητας υπηρεσιών η οποία προέρχεται από το προσωπικό.

Οι ηγέτες της σύγχρονης εποχής στον κλάδο του τουρισμού στην Ελλάδα, δίνουν έμφαση στη **συναλλακτική** και τη **μετασχηματιστική** ηγεσία, επιτρέποντας στους εργαζόμενους και τους οργανισμούς να εξελίσσονται.

Σύμφωνα με το τις απαντήσεις που συλλέχθηκαν από 100 στελέχη του ξενοδοχειακού κλάδου στην Ελλάδα, η πλειοψηφία ανέφερε τις παρακάτω προτάσεις προς βελτίωση για μια αποτελεσματική ηγεσία.

- Υποχρεωτικά και τακτικά κρατικά επιμορφωτικά προγράμματα με θέμα την αποτελεσματική ηγεσία στις τουριστικές επιχειρήσεις
- Ένταξη ψυχολογικών τεστ για την κάλυψη διευθυντικών θέσεων εργασίας στις τουριστικές επιχειρήσεις
  - Αυτοαναγνώριση στυλ ηγεσίας σε κάθε τουριστική επιχείρηση
  - Αναγνώριση- σύνδεσης στυλ ηγεσίας με το πρόβλημα έλλειψης προσωπικού στον τουρισμό
- Οι επιχειρήσεις τουρισμού και φιλοξενίας να αναπτύσσουν φιλοσοφίες και πρακτικές αποτελεσματικής ηγεσίας

## 03

### ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΕΦΑΡΜΟΓΗ..



- Υποχρεωτικά και τακτικά κρατικά επιμορφωτικά προγράμματα με θέμα την αποτελεσματική ηγεσία στις τουριστικές επιχειρήσεις
- Ένταξη ψυχολογικών τεστ για την κάλυψη διευθυντικών θέσεων εργασίας στις τουριστικές επιχειρήσεις
- Αυτοαναγνώριση στυλ ηγεσίας σε κάθε τουριστική επιχείρηση
- Αναγνώριση- σύνδεσης στυλ ηγεσίας με το πρόβλημα έλλειψης προσωπικού στον τουρισμό
- Οι επιχειρήσεις τουρισμού και φιλοξενίας να αναπτύσσουν φιλοσοφίες και πρακτικές αποτελεσματικής ηγεσίας

Οι εργαζόμενοι στον τομέα του τουρισμού υφίστανται συνέπειες των ηθικών ζητημάτων, όπως:

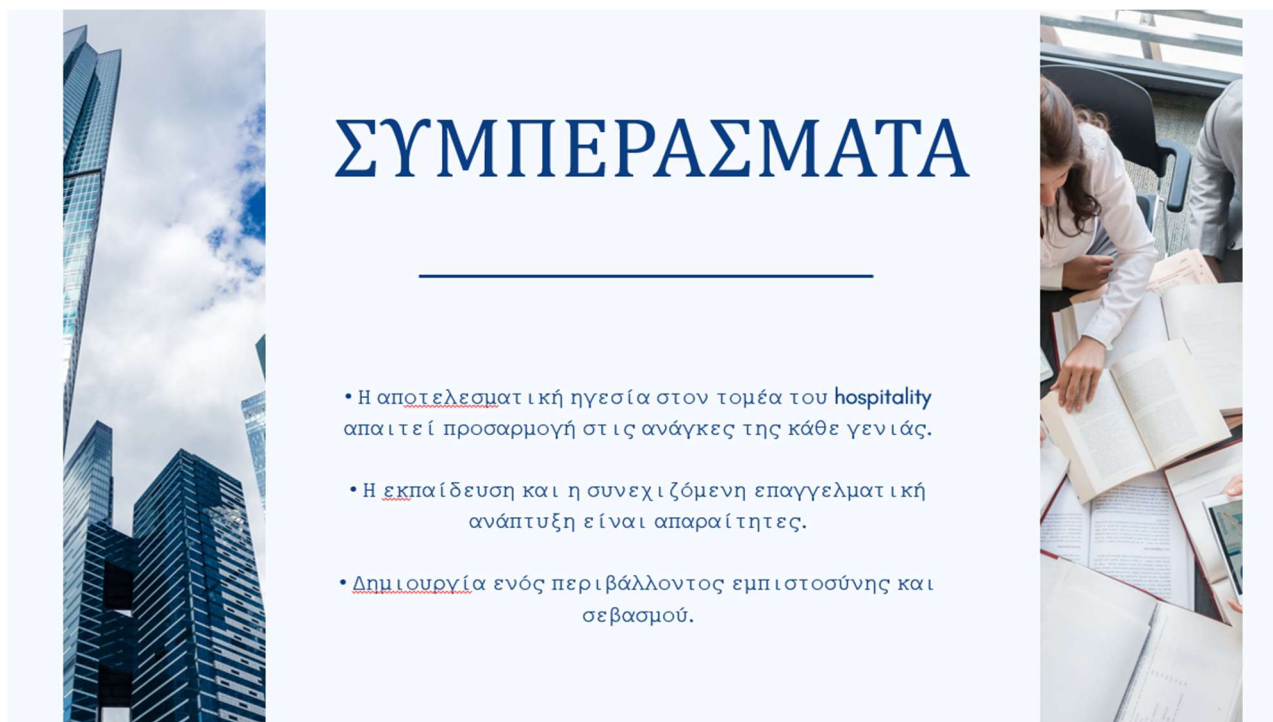
- Χαμηλοί μισθοί
- Υπερβολικές ώρες εργασίας-Μη τήρηση ωραρίου εργασίας

Οδηγούν σε :

- Επαγγελματική εξουθένωση
- Ανεσφάλεια
- Σύγχυση
- Ευάλωτα συναισθήματα των εργαζομένων

Τα οποία επιδρούν και στην προσφερόμενη ποιότητα του ξενοδοχειακού προϊόντος.

Επομένως η αποτελεσματική ηγεσία και διαχείριση θα επιφέρει τα απαραίτητα οφέλη για την αντιμετώπιση των παραπάνω προβλημάτων.



Είναι επιτακτική ανάγκη για τους μάνατζερ να διαμορφώνουν ένα ρεαλιστικό και εφικτό οργανωτικό όραμα και να το μεταφέρουν με επάρκεια στους υφισταμένους τους.

*Ελευθερία Γεωργιάδου*

## **SERVICES MANAGEMENT, LOCAL TOURISM DEVELOPMENT: INNOVATIVE TARGETING AND COMMUNICATION**

**Abstract:** The principal's communication with the teachers is very important and it strongly affects the school environment. It also constitutes a basic element of the leadership aspect within the organization. Effective communication with all the people working in the organization ensures appropriate guidance. This study explores the views of high school teachers and principals regarding human resource management and the relationships between them. The sample consists of educational staff and

principals of secondary education. In conclusion, the majority of the sample considers that the cooperation of the school management with the educational staff is as very important. Relations between high school principals and their educational staff are affected by their communication. In addition, lack of direct daily communication causes problems in their interpersonal relationships.

**Keywords:** organizational leadership, educational policy, human resource management

Ονομάζομαι Ελευθερία Γεωργιάδου και είμαι μεταπτυχιακή φοιτήτρια του τμήματος Διοίκησης Τουριστικών Επιχειρήσεων και Οργανισμών του Διεθνούς Πανεπιστημίου της Ελλάδας. Η σημερινή μου παρουσίαση αφορά ένα καινοτόμο μοντέλο προσωποποιημένης εξυπηρέτησης πελατών μέσα από τη χρήση Συστημάτων Πληροφόρησης Διοίκησης, εστιάζοντας στην στοχευμένη επικοινωνία και τις εφαρμογές στον τομέα της γαστρονομίας και του τουρισμού.

Ας δούμε πρώτα το πρόβλημα. Σε ένα περιβάλλον γεμάτο από γενικές εφαρμογές προτάσεων για εστιατόρια και φαγητό, οι χρήστες συχνά χάνουν χρόνο και μπερδεύονται. Αυτό που ζητούν είναι μια εμπειρία πιο προσωποποιημένη — βασισμένη στις ανάγκες, τις προτιμήσεις και τους περιορισμούς τους. Εδώ ακριβώς έρχεται η καινοτομία του συστήματος που παρουσιάζουμε.

Το προτεινόμενο σύστημα βασίζεται σε σύγχρονες τεχνολογίες τεχνητής νοημοσύνης και μηχανικής μάθησης. Με τη χρήση ερωτηματολογίων και καταγραφής προτιμήσεων, το σύστημα αναλύει ένα μεγάλο όγκο δεδομένων, εντοπίζει πρότυπα και προτείνει εστιατόρια που ταιριάζουν ακριβώς στον εκάστοτε χρήστη. Λαμβάνονται υπόψη στοιχεία όπως η τοποθεσία, το είδος κουζίνας, ο διατροφικός περιορισμός, το budget και η επιθυμητή ατμόσφαιρα.

Η εμπειρία του χρήστη είναι απλή: εγγραφή, συμπλήρωση ερωτηματολογίου, προβολή προσωποποιημένων επιλογών και κριτικών, και δυνατότητα απευθείας κράτησης. Χωρίς τηλεφωνήματα, χωρίς πολύωρη αναζήτηση στο διαδίκτυο.

Τα οφέλη είναι πολλαπλά:

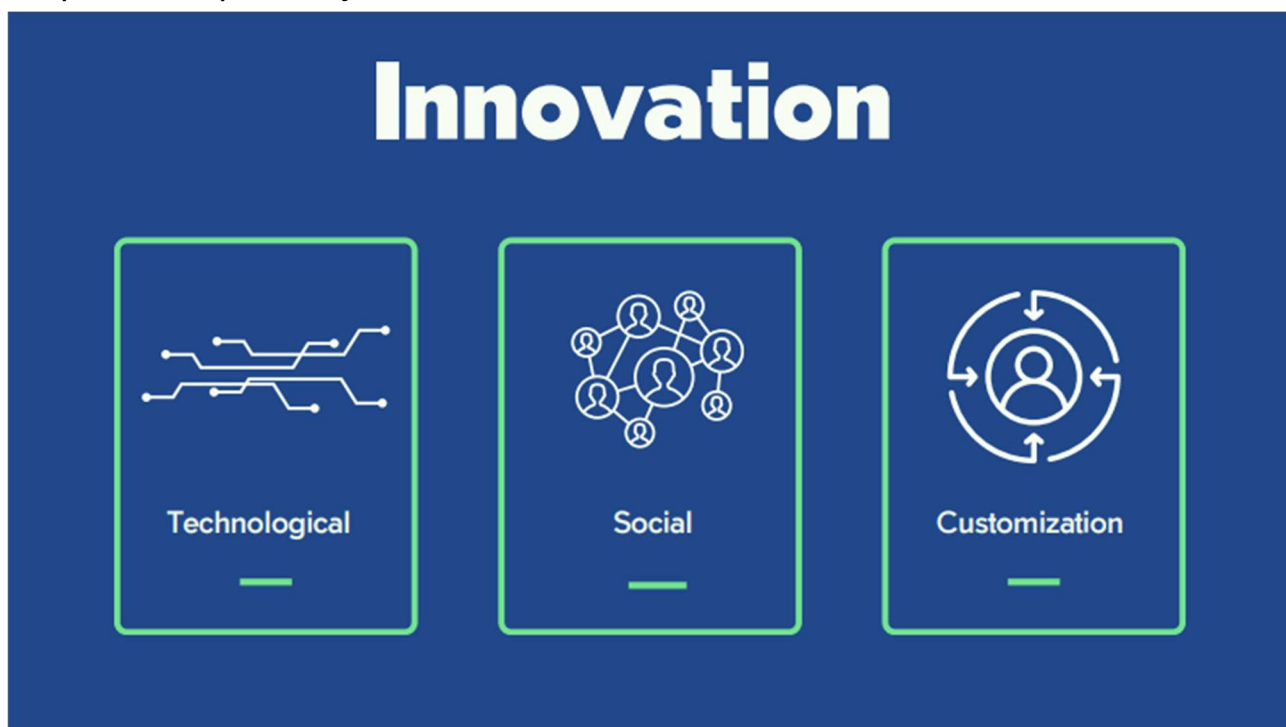
Προσωποποιημένες προτάσεις που αυξάνουν την ικανοποίηση του πελάτη,

Εξοικονόμηση χρόνου,

και εξοικονόμηση χρημάτων μέσω ειδικών προσφορών και εκπτώσεων.

Αλλά η εφαρμογή αυτή δεν έχει μόνο τεχνολογική και επιχειρησιακή αξία — έχει και στρατηγική σημασία. Μπορεί να ενσωματωθεί σε εθνικές στρατηγικές τουρισμού για να αναδείξει τη γαστρονομική ταυτότητα μιας περιοχής και να στηρίζει την τοπική ανάπτυξη. Μέσα από συνεργασίες με τοπικούς φορείς και DMO's,

προτείνεται η ανάδειξη γαστρονομικών διαδρομών που ενισχύουν τη βιωσιμότητα του τουριστικού προϊόντος.



Σε διοικητικό επίπεδο, το εργαλείο αυτό προσφέρει ένα ανταγωνιστικό πλεονέκτημα, μια μοναδική πρόταση αξίας, και εστιάζει στους πελάτες υψηλής αξίας σύμφωνα με την αρχή Pareto, δηλαδή το 20% των πελατών που φέρνουν το 80% των εσόδων.

Τέλος, η μελλοντική έρευνα στρέφεται προς ακόμα πιο διαδραστικές εμπειρίες. Για παράδειγμα, πώς μπορεί το storytelling και το περιεχόμενο που δημιουργούν οι ίδιοι οι χρήστες να ενισχύσουν την πολιτισμική ανταλλαγή μέσω της γαστρονομίας; Ή, πώς μπορεί η πλατφόρμα να ενσωματωθεί με τον τομέα του κρασιού και να προσφέρει ολοκληρωμένες προτάσεις σε τοπικό και διεθνές επίπεδο;

Σας ευχαριστώ θερμά για την προσοχή σας. Ελπίζω η παρουσίαση αυτή να σας έδωσε μια νέα οπτική για το πώς η τεχνολογία μπορεί να μεταμορφώσει την εμπειρία του επισκέπτη και να συμβάλει στην αειφόρο τουριστική ανάπτυξη.



***О.З. Байтеряков, Л.О. Чубирь***

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

***Т.С. Собецька***

Урожайнівська ЗЗСО

Токмацької міської ради

## **ЗАСТОСУВАННЯ МЕРЧЕНДАЙЗУ З КАРТОГРАФІЧНОЮ СИМВОЛІКОЮ ЯК ЗАСОБІВ НАВЧАННЯ**

Для підвищення пізнавального інтересу до формування картографічної культури в школярів і демонстрації її практичної спрямованості в шкільному курсі географії можна застосовувати сучасний мерчендайз з картографічною символікою як нестандартні засоби навчання. Слід зазначити, що мерчендайз до якого відносяться одяг, аксесуари, сувеніри та інші функціональні речі з певною символікою, останніми роками набуває значної популярності серед молоді. Тому певні напрямки у його символіці можна застосовувати для розуміння географічних та картографічних явищ.

Роздивимось застосування мерчендайзу з картографічною символікою в шкільному курсі географії на прикладі одягу. Так, серед сучасної молоді популярністю користуються різноманітні футболки та худі з зображенням карт світу, України, окремих областей або міст. Застосування таких футболок можливо або у разі якщо хтось з учнів носить таку футболку або її може спеціально вдягти вчитель. Тим самим вчитель продемонструє відданість до свого предмету та певний демократизм відносно учнів. Звернувши увагу на карту вчитель підкреслює значення картографічних зображень у сучасному світі, їх естетичну сутність, а також необхідність елементарних картографічних знань для їх розуміння.

Футболки з картою світу (рис. 1) можна застосовувати на уроках географії практично в будь-якому класі. Наприклад, під час вивчення відповідних тем можна запропонувати учням як найпростіші завдання показати на футболці або назвати певні материки, острови, океани, моря, затоки, протоки, півострови, країни і т.д. Також можна визначити на карті певні напрямки або навіть азимути, встановити місця проходження певних ліній координатної сітки, таких як екватор, тропіки, нульовий меридіан, полярні кола.

На заняттях в курсах географії в 8-9 класах можна застосовувати футболки з різноманітними картами України (рис. 1). Це сприятиме вихованню патріотизму в учнів, любові до пізнання рідної країни, кращому орієнтуванню у її географічному просторі і розвитку та закріпленню певних картографічних навичок.



Рис. 1. Футболки з зображенням а) політичної карти світу, б) контурної карти України, в) карти адміністративно-територіального устрою України

Завдання з застосуванням карти України на футболках можуть стосуватись визначення розташування крайніх точок України, її адміністративних областей та обласних центрів, держав, з якими вона межує, а також різноманітних напрямків, приблизних відстаней і т.д.

Особливого значення для курсу географії 8 класу має мерчендайз відомого блогера Сергія Стерненка, який випустив серію футболок і худі з підписами крайніх точок України та їх точними координатами (рис. 2). Таке зображення сприятиме запам'ятовуванню назв крайніх точок, що звичайно викликає в учнів певні складності тому, що вони не розуміють навіщо їм це. Але ще більше це зображення має виховне значення. Це пов'язано з тим, що крайня південна точка (мис Сарич) та крайня східна точка (с. Рання Зоря) знаходяться на тимчасово окупованих територіях Криму і Луганської області. Тим паче, що крайня північна точка України (с. Грем'яч) у Чернігівській області також була окупована на початку російської військової агресії та її було звільнено на весні 2022 р. Тому учні можуть побачити справжні крайні точки рідної країни та отримати надію на її повне звільнення. Завдання до цього зображення можуть стосуватись визначення розташування крайніх точок країни, визначенню

відстані за їх координатами з півночі на південь та з заходу на схід, розрахунків місцевого часу у західній і східній точках та їх порівняння і т.д.



Рис. 2. Мерчендайз Сергія Стерненка (худі) з підписами крайніх точок

України та їх точними координатами Приклад завдання з застосуванням футболки або худі з крайніми точками України з визначенням протяжності країни:

*Визначити максимальну протяжність України з півночі на південь в градусах і кілометрах.* Для виконання завдання учні роздивляються позначені на футболці або худі крайні північну і південну точки України та їх координати. Для простоти розрахунків координати можна округляти до градусів, тому що їх показники у хвилинах майже збігаються. Для розрахунків протяжності з півночі на південь достатньо лише показників географічної широти північної і південної крайніх точок.

*Визначити максимальну протяжність України з заходу на схід в градусах і кілометрах.* Для виконання завдання учні роздивляються позначені на футболці або худі крайні західну і східну точки України та їх координати. Для розрахунків протяжності з заходу на схід достатньо лише показників географічної довготи західної та східної крайніх точок. Для простоти розрахунків координати можна округляти до градусів, тому що їх показники у хвилинах майже збігаються,

різниця дорівнює лише 2 хвилини. За широтою ці точки також дуже близькі, тому для розрахунків протяжності можна взяти 49 паралель північної широти та за довідковою таблицею дізнатись, що дуга 1° на цієї паралелі дорівнює приблизно 73 км.

Приклад завдань з застосуванням футболки або худі з крайніми точками України на визначення місцевого часу:

*В Києві місцевий час складає 12.00. Визначити місцевий час в крайніх західній і східній точках України і порівняти його між собою.*

Порівняння місцевого часу в крайніх точках України свідчить, що він відрізняється більше ніж на годину.

Також в курсі географії 8 класу можна використовувати футболки з серії українські міста з відповідними картами міст де мешкають учні (рис. 3). Такі зображення будуть у нагоді для розуміння особливостей орієнтування в урбаністичному середовищі, для визначення конфігурації і внутрішньої структури міст, для виявлення розташування основних соціальних, промислових та видатних об'єктів міста.



Рис. 3. Футболки з зображеннями карт міст України

Як творче завдання можна запропонувати учням самостійно розробити приклад мерчендайзу картографічного змісту. Це можуть бути футболки, кепки, сумки, пенали, записники, магнітики для холодильника, набори солодошів та ін. Сучасні технології дозволяють при нагоді учням не лише розробити дизайн таких виробів, але й замовити їх виготовлення. Наприклад, кожен учень може носити футболки з картами свого населеного пункту, де позначено його місце проживання та визначні для нього об'єкти.

Застосування сучасного мерчендайзу з картографічним зображенням в шкільному курсі географії сприятиме розширенню уявлення учнів про джерела

географічної інформації, урізноманітненню навчальної діяльності, демонстрації практичного значення картографічних знань, розвитку картографічної культури та патріотичному вихованню учнів.

***О. Р. Белов***

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ПОТЕНЦІАЛ ВНУТРІШНЬОГО ТУРИЗМУ В УМОВАХ ГЛОБАЛЬНИХ ОБМЕЖЕНЬ ТА ЕКОНОМІЧНИХ КРИЗ**

У сучасних умовах світ стикається з рядом викликів, які суттєво впливають на всі сфери життя, зокрема на туристичну галузь. Глобальні пандемії, економічна нестабільність, воєнні конфлікти, екологічні катастрофи та закриття міжнародних кордонів змушують переосмислити традиційні підходи до організації туризму. В таких обставинах внутрішній туризм набуває особливого значення як один із ключових інструментів адаптації та стабілізації галузі.

Він стає не лише альтернативою міжнародним подорожам, але й дієвим засобом економічної підтримки регіонів, створення нових робочих місць, збереження культурної і природної спадщини. В умовах, коли зовнішні ринки є нестабільними або недоступними, розвиток внутрішнього туризму дозволяє зменшити залежність від зовнішніх чинників, активізувати внутрішній споживчий попит і зміцнити національну економіку.

Внутрішній туризм сприяє формуванню патріотичного світогляду, підвищенню рівня знань громадян про історію та культурні надбання своєї країни, розвитку екологічної свідомості та відповідального ставлення до навколишнього середовища. Саме тому дослідження потенціалу внутрішнього туризму в умовах глобальних обмежень є вкрай важливим та актуальним для формування ефективної стратегії розвитку туристичної галузі у нових реаліях.

Серед вітчизняних учених цю проблему досліджували І. Ткаченко, О. Любіцева, Л. Мармуль, Т. Мельник, які аналізували внутрішній туризм як чинник регіонального розвитку та економічної стабільності. Серед міжнародних дослідників варто відзначити праці Дж. Трайба, Р. Батлера, Д. Бейрмана, які

розглядали внутрішній туризм як ефективну відповідь на глобальні кризи та обмеження.

Метою даного дослідження є визначення потенціалу внутрішнього туризму в умовах глобальних обмежень та економічних криз, а також обґрунтування його ролі у забезпеченні сталого розвитку туристичної галузі.

Основна ідея полягає в тому, що внутрішній туризм може стати каталізатором соціально-економічного відновлення країни, сприяти зміцненню національної ідентичності та зменшенню залежності від зовнішніх ринків.

Потенціал внутрішнього туризму в умовах глобальних обмежень та економічних криз полягає в його здатності адаптуватися до нових реалій і стати основою для стабілізації туристичної індустрії. В умовах, коли міжнародний туризм стикається з численними перешкодами, такими як обмеження на подорожі, зниження платоспроможності, пандемії чи геополітичні кризи, внутрішній туризм стає оптимальним інструментом для підтримки економічної активності.

Внутрішній туризм забезпечує економічну стабільність у країні, зменшуючи залежність від міжнародних ринків і сприяючи розвитку місцевих економік. В умовах глобальної економічної нестабільності він виступає важливим чинником для збереження економічної рівноваги. Завдяки попиту на місцеві туристичні продукти, країна здатна зменшити свою залежність від зовнішніх економічних факторів, таких як валютні коливання або політичні кризи.

Розвиток внутрішнього туризму активізує попит на різноманітні послуги, від готельних і транспортних до культурних і розважальних. Це, в свою чергу, сприяє створенню нових робочих місць у цих сферах, знижуючи рівень безробіття в регіонах [3, с. 227]. Розвиток туристичної інфраструктури, зокрема доріг, транспортних вузлів і культурних центрів, забезпечує загальне покращення умов життя для місцевих жителів.

Однією з важливих переваг внутрішнього туризму є можливість ознайомлення громадян із культурною спадщиною та природними багатствами власної країни. Це допомагає не лише зберегти історичні пам'ятки, а й виховувати почуття гордості за свою націю. Водночас, це підвищує обізнаність населення про необхідність збереження національних традицій, що стає важливим фактором у розвитку патріотичного світогляду [1].

Внутрішній туризм, якщо він організований відповідно до принципів сталого розвитку, може стати важливим фактором у збереженні навколишнього

середовища. Популяризація екологічно чистих маршрутів, розвиток еко-туризму і мінімізація впливу на природу дозволяють забезпечити збереження природних ресурсів для майбутніх поколінь. Це сприяє формуванню більш свідомого ставлення до природи серед туристів і місцевих мешканців.

Не зважаючи на значний потенціал внутрішнього туризму, існують певні виклики, які можуть уповільнити його розвиток.

По-перше, важливим обмеженням є недостатній рівень розвитку туристичної інфраструктури в деяких регіонах країни. Як зазначає О. Любіцева, в багатьох випадках відсутність сучасних доріг, зручного транспорту та готельних комплексів знижує привабливість певних напрямків для туристів [4].

По-друге, низький рівень поінформованості громадян про можливості для подорожей всередині країни є ще однією перешкодою для розвитку внутрішнього туризму. Н. Борецька наголошує, що для туристичної галузі в сучасних умовах важливо зосередитися на організації заходів, що приваблюють конкретні групи споживачів. Це можуть бути: ділові події (саміти, конференції, бізнес-сніданки); освітні заходи (майстер-класи, вебінари); культурні події (концерти, творчі зустрічі, виставки) [2, с. 21]. Такі події допомагають залучити цільову аудиторію та стимулювати розвиток туризму.

По-третє, важливою проблемою є сезонність внутрішнього туризму, коли більшість туристів вирушають у подорожі лише в літній період, що негативно впливає на стабільність доходів підприємств, що працюють у туристичному секторі. Як зауважує Дж. Трайб, для вирішення цієї проблеми слід розвивати туризм у міжсезоння, що дозволить забезпечити сталий потік туристів протягом усього року [5].

Отже, внутрішній туризм має значний потенціал у забезпеченні економічної стабільності та сталого розвитку туристичної галузі, особливо в умовах глобальних обмежень та економічних криз. Він не лише сприяє підтримці місцевих економік і розвитку інфраструктури, але й відіграє важливу роль у збереженні національної культурної та природної спадщини. Розвиток внутрішнього туризму дозволяє зменшити залежність від зовнішніх факторів, створити нові робочі місця та стимулювати соціально-економічний розвиток регіонів. Однак для максимального використання цього потенціалу необхідно подолати низку викликів, таких як недостатній рівень інфраструктури, сезонність та обмежена поінформованість громадян. Тому важливо впроваджувати ефективні стратегії і заходи, що сприятимуть розвитку

внутрішнього туризму, зокрема активізацію просвітницьких кампаній, удосконалення інфраструктури та підтримку екологічно чистих туризмів.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Арсененко І.А., Донець І.А., Донченко Л.М., Непша О.В. Туристичні дестинації України: виклики та можливості в умовах воєнного стану. *Наукові перспективи*. 2025. № 2(56). С.63-73.
2. Борецька Н.П. Розвиток туристичної індустрії в умовах невизначеності. *Наукові дослідження: парадигма інноваційного розвитку: збірник тез наукових праць XI Міжнародної наукової конференції (Прага, Чехія, 30 серпня 2022 року) /ГО «Міжнародний науковий центр розвитку науки та технологій»*. Прага, 2022. С. 20-22.
3. Зарубіна А., Онойко Ю., Щербатюк Н. Сучасні тенденції розвитку внутрішнього туризму. *Економіка та суспільство*. 2023. Вип. 48. URL: <https://economyandsociety.in.ua/index.php/journal/article/view/2227/2150> (дата звернення: 02.04.2025)
4. Любіцева О.О. *Ринок туристичних послуг (геопросторові аспекти)*. К.: «Альтерпрес». 2002. 320 с.
5. Tribe John. *The Economics of Recreation, Leisure and Tourism*. Routledge, 2020. 496 p.

**О.М. Вінніченко**

Мелітопольський державний  
педагогічний університет імені  
Богдана Хмельницького

### ОСНОВНІ ГЕОЕКОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ЗАПОРІЗЬКОЇ ОБЛАСТІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Екологічна ситуація в Запорізькому регіоні, одному з найбільш промислово розвинених в Україні, характеризується низкою проблем: від забруднення атмосферного повітря та водних ресурсів до неефективного поводження з відходами, деградації ґрунтів та питань збереження біорізноманіття.

Попри екологічні проблеми, характерні для індустріалізованої Запорізької



області, у 2023 році спостерігалось позитивне зрушення у вигляді зменшення викидів шкідливих речовин в атмосферу. Це стало наслідком тимчасової окупації значної частини регіону, руйнування підприємств, а також скорочення або припинення їх діяльності через логістичні труднощі та проблеми з енергопостачанням [6,с.176].

Основне джерело забруднення атмосферного повітря в регіоні – це застарілі виробничі процеси та обладнання, які не здатні забезпечити виконання законодавчих вимог щодо граничних рівнів викидів шкідливих речовин. При цьому, ключові підприємства міста експлуатують потужності, побудовані ще в 30-х роках ХХ століття. Не слід забувати і про значний внесок неорганізованих джерел викидів та автомобільного транспорту у забруднення атмосферного повітря. Збільшення кількості автомобілів та погіршення їх технічного стану є причиною підвищеної загазованості в житлових районах міста.

У Запоріжжі регулярно проводяться дослідження стану атмосферного повітря, які свідчать про його стабільно високий рівень забруднення як у промислових, так і в житлових районах. Така екологічна ситуація пояснюється особливостями розташування міста в долині Дніпра, де часто спостерігаються несприятливі для розсіювання викидів метеорологічні явища, такі як температурні інверсії та штилі, що призводить до накопичення забруднюючих речовин. Додатковим фактором є розміщення основного промислового вузла з навітряного боку відносно житлових масивів, що сприяє їхній загазованості [4,5].

Для досягнення значного поліпшення якості атмосферного повітря в області необхідні системні зміни, оскільки існуючі локальні природоохоронні заходи підприємств-забруднювачів є недостатньо ефективними. У цьому контексті, життєво важливою є модернізація промислового комплексу регіону, з особливим акцентом на металургійні підприємства та ті, що працюють у сфері переробки відходів.

Для забезпечення високого рівня захисту довкілля необхідно на загальнодержавному рівні прийняти Закон України «Про інтегроване запобігання та контроль промислового забруднення». Цей закон є важливим, оскільки надасть можливість обласним і місцевим органам влади, а також громадськості, брати участь у формуванні регіональної політики щодо запобігання, зменшення та контролю забруднення, спричиненого господарською діяльністю [2].

Проблема накопичення та переробки відходів залишається актуальною та

становить серйозну загрозу для життя населення та екології, вимагаючи особливої уваги. Високі темпи утворення та накопичення відходів зумовлені застарілою технічною базою та активною урбанізацією. Важливо зазначити, що значна частина цих відходів є небезпечною для навколишнього середовища та здоров'я людини. У той же час, ефективна переробка відходів відкриває перспективи для вилучення значної кількості цінних ресурсів, які можуть бути використані як якісна та доступна сировина.

У сфері управління твердими побутовими відходами Запорізька область стикається з такими ключовими проблемами: по-перше, відсутність сучасних полігонів, оскільки більшість існуючих звалищ не відповідають екологічним стандартам, вичерпали свій ресурс і не мають фінансування для будівництва та експлуатації нових. По-друге, в області немає сміттесортувальних та сміттєпереробних заводів, а роздільне збирання відходів не впроваджено в більшості населених пунктів. По-третє, спостерігається низький рівень обізнаності та екологічної культури серед місцевих жителів щодо питань управління відходами.

З метою подолання проблем у сфері управління відходами необхідно вжити ряд заходів, серед яких: удосконалення технологій та обладнання для запобігання та мінімізації утворення відходів; повернення промислових відходів у виробничий процес для вилучення цінних компонентів та їх повторного використання; а також будівництво сучасних міжрайонних підприємств з переробки та сортування сміття.

Важливою проблемою місцевого рівня є також управління відходами, що виникають внаслідок руйнувань. На сьогоднішній день на території Запорізької області, яка контролюється Україною, відсутні будь-які потужності або обладнання для обробки (переробки) чи знешкодження цих відходів [6,с.177].

Катастрофічні наслідки для екосистеми регіону мав підриг Каховської ГЕС у червні 2023 року. Це призвело до загибелі багатьох видів рослин і тварин, змінило звичні ландшафти та біоценози. Серед іншого, були втрачені важливі водно-болотні угіддя міжнародного значення, що знаходилися в межах Національного природного парку «Великий Луг», через їх повне осушення [1,9].

Катастрофічні наслідки підригу Каховської ГЕС торкнулися й заповідної плавневої частини острова Хортиця, де було осушено близько 85% озер, що призвело до загибелі місцевої рослинності та тваринного світу. Окрім цього, збитки, завдані лише заказнику «Дніпровські пороги» внаслідок цієї трагедії, сягають майже 1,5 мільярда гривень [6,с.177].

Інформація про екологічний стан Приазовського національного природного парку, а також заказників «Коса Обитічна» та «Приморський», які знаходяться в тимчасовій окупації з лютого 2022 року, наразі відсутня.

Неконтрольована вирубка лісів, у тому числі полезахисних смуг та на територіях природно-заповідного фонду, здійснюється на тимчасово окупованій частині Запорізької області. Зважаючи на географічні особливості регіону, це створює ризик виникнення пилових бур у майбутньому [7].

Через військові дії виникає значна кількість пожеж на степових територіях та в полезахисних лісових смугах, що завдає непоправної шкоди унікальним природним комплексам, призводячи до їх знищення.

Зважаючи на триваючу повномасштабну війну та руйнівний вплив бойових дій на довкілля, дії росії мають ознаки екоциду. Для ефективного подолання наслідків кожне екологічне порушення потребує детального вивчення. Масштаби завданої шкоди унеможливають точне прогнозування часу, необхідного для відновлення земель, водних ресурсів та повітря [3,8]. Екологічні питання та їхній вплив на здоров'я кожного українця є однією з ключових проблем післявоєнної відбудови України, що потребує спільних дій для її вирішення.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Гришко С. В., Непша О. В. Вплив воєнних дій на природно-заповідний фонд України та шляхи його відновлення. *Матеріали науково-практичного семінару з нагоди 50-річчя загально-геологічного заказника загальнодержавного значення «Дніпровські пороги» (28 жовтня 2024 року, м. Запоріжжя)*. Чернівці: Друк Арт, 2025. С.47-51.

2. Закон України «Про інтегроване запобігання та контроль промислового забруднення» за №3833-IX від 16 липня 2024 р. *Відомості Верховної Ради*. 2024. № 47. ст. 269

3. Непша О.В., Вінніченко О.М., Єпіфанцев Д.Е., Коваль Д.О., Мешальніков І.О., Мовчан А.О., Циганок О.О., Хомотюк Ю.П. Вплив воєнних дій на ґрунти Запорізької області. *POLISH SCIENCE JOURNAL*. Issue 8(74). 2024). Warsaw: Sp. z o. o. «iScience», 2024. pp.5-9.

4. Непша О.В., Вінніченко О.М., Єпіфанцев Д.Е., Коваль Д.О., Мешальніков І.О., Мовчан А.О., Циганок О.О., Хомотюк Ю.П. Антропогенний вплив на екологічний стан атмосферного повітря Запорізької області. *POLISH*

*SCIENCE JOURNAL* Issue 7(73). 2024. Warsaw: Sp. z o. o. «iScience», 2024. pp.9-13.

5. Прохорова Л.А., Зав'ялова Т.В, Непша О.В. Значення метеорологічного чинника у розподілі забруднюючих речовин повітря міста Запоріжжя. *Географія та екологія: наука і освіта*: матеріали VII Всеукраїнської науково-практичної конференції (з міжнародною участю), м. Умань, 19-20 квітня 2018 р. / відп. ред. О.В. Браславська. Умань: ВПЦ «візаві», 2018. С.179-180.

6. Регіональна доповідь про стан навколишнього природного середовища Запорізької області у 2023 році. Запоріжжя, 2024. 188 с.

7. Цапенко М.О., Непша О.В. Вплив воєнних дій на екологічний стан басейну річки Молочна. *Стратегічні пріоритети розвитку соціально-економічних систем у контексті сучасного наукового виміру*: Матеріали III Міжнародної науково-практичної конференції (Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького, м. Запоріжжя, 25 жовтня 2024 р). Полтава: Видавництво ПП «Астроя». 2024. С.107-112.

8. Nepsha Oleksandr, Hryshko Svitlana, Levada Olga, Prokhorova Larysa, Zavyalova Tetyana. The impact of military operations on the soil cover of Ukraine. *POLISH SCIENCE JOURNAL* Issue 6(72). Warsaw: Sp. z o. o. «iScience», 2024. pp.5-8.

9. Nepsha Oleksandr, Hryshko Svitlana, Prokhorova Larysa, Zavialova Tetiana, Lysenko Valeriy. Environmental Consequences of the Explosion of the Kahovsky Hydroelectric Plant on Biodiversity. *Revista de la Universidad del Zulia*. Vol. 15, № 42. 2024. pp. 163-178. <https://doi.org/10.46925//rdluz.42.09>

**Д.О. Коваль**

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## КЛІМАТИЧНА РОЛЬ КРІОСФЕРИ ЗЕМЛІ

Кріосфера, що походить від грецьких слів «кріо» та «сфера», являє собою нерівномірно розподілену оболонку Землі, де вода перебуває у твердому стані або у вигляді переохолодженої рідини. Цей термін був запропонований у 1923 році польським науковцем А. Добровольським. Кріосфера характеризується температурами, що дорівнюють або є нижчими за нуль градусів Цельсія, і включає різноманітні льодові утворення: льодовики, морський, озерний, річковий та підземний (багаторічна мерзлота) лід, сніговий покрив, крижані хмари (сріблясті хмари), град, ожеледь, іній, паморозь та інші. Ці утворення можуть існувати епізодично, короткочасно, сезонно, протягом багатьох років або навіть століть. Кріосфера простягається у висоту до 100 кілометрів над поверхнею Землі та вглиб земної кори до 4-5 кілометрів в Антарктиді, досягаючи найбільшої товщини в полярних регіонах [3,5] (рис. 1).



Рис. 1. Кріосфера Землі [5]

Кріосфера разом з атмосферою, гідросферою, літосферою та навіть біосферою утворюють колосальний механізм нашої планети. Окремі його частини формують клімат Землі, а зледеніння приймає участь у терморегуляції.

Льодовики сприяють у формуванні деяким видам рельєфу нашої планети, а морські льоди зберігають і переносять колосальну кількість води. А для багатьох організмів лід і сніг є природнім середовищем існування. Так кріосфера взаємодіє з усіма сферами географічної оболонки, а значить має прямий вплив на усі з них (рис. 2).

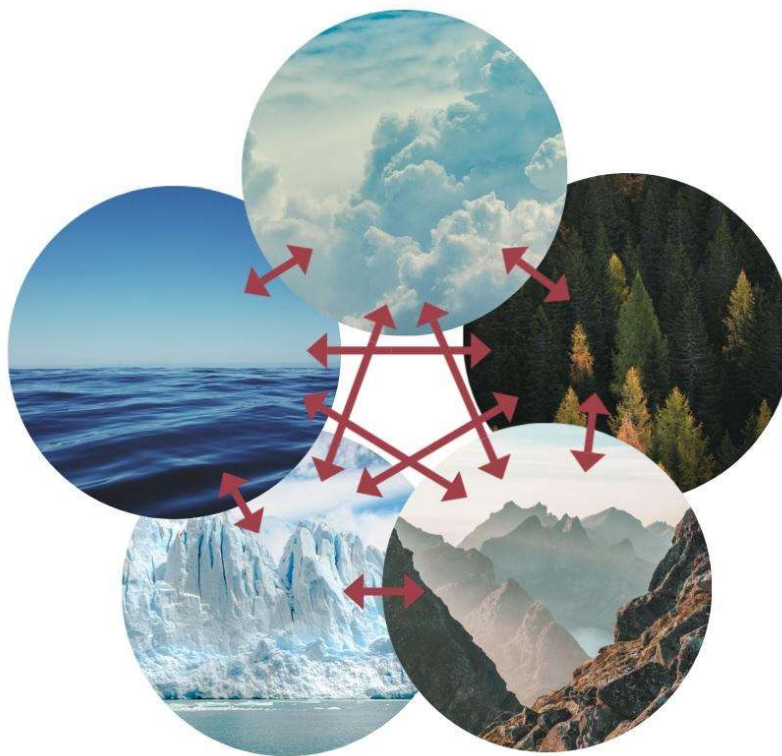


Рис. 2. Взаємозв'язок кріосфери з атмосферою, гідросферою, літосферою та біосферою

Одним із найважливіших аспектів існування кріосфери на Землі є її значний вплив на кліматичну систему планети. Приблизно третина всього тепла, що надходить на Землю з космосу, витрачається на процеси танення льоду та снігу. Це означає, що для забезпечення теплом усіх природних процесів на Землі потрібно лише вдвічі більше енергії, ніж необхідно для перетворення льоду та снігу у воду [1,4].

Виділення тепла під час утворення атмосферного льоду та поглинання тепла при таненні льоду, коли він досягає земної поверхні та переміщується в тепліші широти, є важливими механізмами перерозподілу теплової енергії на нашій планеті. Щорічна кількість тепла, що витрачається на танення снігу та льоду, які накопичилися протягом року, становить приблизно 0,2% від загальної кількості сонячної радіації, що досягає Землі [1].

Рушійною силою процесів, що відбуваються на Землі, є зміни в інтенсивності сонячного випромінювання на верхній межі атмосфери, потоки заряджених частинок та метеорної речовини з навколоземного космосу, рухи літосферних плит, а також виверження вулканів та пов'язані з ними викиди речовин [1].

Протягом періоду від десяти до ста тисяч років наша планетарна система перебуває у стані термічної нестійкості. Температура на Землі зазнає значних коливань, яким властива велика інерційність, що зумовлено впливом океану та материкових льодовиків. Вивчення слідів давніх зледенінь дає змогу дослідити ці довготривалі температурні зміни [2].

На сьогоднішній день суцільний природний лід покриває значну частину земної поверхні, а саме 72,4 мільйони квадратних кілометрів, що становить 14,2% від загальної площі планети та майже половину площі суходолу. Льодова та снігова поверхні мають високий коефіцієнт відбиття сонячного випромінювання (альbedo), що суттєво впливає на радіаційний баланс усієї Землі. Враховуючи широтну зональність як один з фундаментальних принципів організації природних процесів на Землі, а також те, що льодовикові покриви розташовані переважно в приполярних областях, альbedo закономірно розподіляється по земній поверхні, досягаючи середнього значення в 35% [1].

Масштабні льодовикові щити відіграють важливу роль в енергетичних процесах атмосфери та стабілізації температурного режиму планети. Охолоджуючий вплив льодовика на повітря залежить від його розміру. Так, льодовиковий покрив Гренландії здатний знизити температуру повітряного шару завтовшки 1,5 кілометра на один градус Цельсія [1].

Крім того, льодовики виконують функцію регулятора вологості повітря. У місцевостях з недостатньою кількістю вологи льодовики випаровують воду, тим самим насичуючи атмосферу вологою. Навпаки, у більш вологих регіонах надлишкова волога з повітря конденсується на холодній поверхні льодовиків, що призводить до осушення атмосфери [1].

Найбільші льодовикові щити мають значний вплив навіть на загальну циркуляцію атмосфери та атмосферний тиск [1].

Коли теплі повітряні маси контактують зі сніговим покривом, температура повітря не зростає, оскільки тепло витрачається на танення снігу. І навпаки, тепло, акумульоване в сніговому покриві, пом'якшує вплив різких похолодань. Водночас, інтенсивне відбиття сонячної радіації та теплове випромінювання призводять до переохолодження снігової поверхні взимку, що спричиняє

охладження приземного шару повітря. Таким чином, поверхня снігового покриву стає холоднішою за навколишнє повітря. Протягом зимового періоду ця температурна різниця змінюється, досягаючи максимальних значень у січні та лютому. У цей час середня мінімальна температура поверхні снігу та повітря відрізняється на 3,0-4,0°C, а абсолютний мінімум може різнитися на 5,0-10,0°C [1,4].

Охолодження повітряних мас над сніговим покривом призводить до формування дуже холодних повітряних мас. Ці маси циркулюють над Північною Америкою та Євразією, рухаючись у південно-східному напрямку та спричиняючи зниження температури в помірних широтах північної півкулі [3].

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Данова Т.Є. Основи гляціології і моніторинг кріосфери: Навчальний посібник. Одеса: Вид. ПП «ТЕС», 2014. 118с.
2. Данова Т.Є., Прокоф'єв О.М. Палеокліматологія: Конспект лекцій. Одеса: Одеський державний екологічний університет, 2013. 68 с.
3. Матошко А.В. Кріосфера. *Енциклопедія Сучасної України: онлайн-версія/* редкол.: І. М. Дзюба та ін.; НАН України, НТШ. Київ: Інститут енциклопедичних досліджень НАН України, 2014. URL: [URL https://esu.com.ua/article-2058](https://esu.com.ua/article-2058) (дата звернення 17.03.2025)
4. Проценко Г.Д. Метеорологія та кліматологія: Навчальний посібник. К., 2007. 265 с.
5. Cryosphere URL: <https://en.wikipedia.org/wiki/Cryosphere> (дата звернення 17.03.2025)



УДК 338.48

**Колеснікова А.С.,***здобувач вищої освіти першого  
бакалаврського рівня,**спеціальність 241 Готельно-  
ресторанна справа***Пилипенко К.А.,***д.екон.н., професор, професор кафедри  
економіки,**готельно-ресторанного та  
туристичного бізнесу**Мелітопольський державний  
педагогічний університет**імені Богдана Хмельницького, м.  
Запоріжжя*

## **ВПРОВАДЖЕННЯ ТУРИСТИЧНИХ ІННОВАЦІЙ: ВІД ІДЕЇ ДО РЕАЛІЗАЦІЇ**

Сучасний туристичний ринок перебуває в стані постійної трансформації, що зумовлено швидким розвитком технологій, зміною потреб споживачів та глобальними викликами, такими як пандемії, економічні кризи та зміни клімату. У таких умовах інновації стають ключовим інструментом для підвищення конкурентоспроможності туристичних підприємств, залучення нових клієнтів та адаптації до нових реалій.

Інновації в туризмі - це розробка, створення нових туристичних маршрутів, продуктів, видів туризму, технологій обслуговування із застосуванням нових туристичних ресурсів, сучасних досягнень науки та техніки, інформаційних технологій, впровадження яких сприяє економічному розвитку туристичних підприємств, а також дає змогу поліпшити туристичний імідж країни та її регіонів [1].

Інновації в туризмі охоплюють широкий спектр рішень - від цифрових технологій (мобільні додатки, віртуальні тури, онлайн-бронювання) до нових форматів подорожей (екотуризм, гастрономічний туризм, туризм до маловідомих локацій) і навіть зміни в моделі обслуговування клієнтів. Проте, шлях від виникнення інноваційної ідеї до її успішного впровадження є складним

і потребує системного підходу, стратегічного планування та здатності до гнучкого управління змінами.

Таблиця 1

### Класифікацією основних типів інновацій у туристичній сфері

| Тип інновацій                  | Характеристика                                                                                                          | Приклади                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Продуктові інновації           | Нові види туристичних послуг або маршрутів                                                                              | Тури на електровелосипедах, гастрономічні тури, тури в села або маловідомі регіони                                                                                                                                                                                   |
| Маркетингові інновації         | Нові методи просування туристичних продуктів                                                                            | Маркетолог , VR-реклама                                                                                                                                                                                                                                              |
| Організаційні інновації        | Зміни в структурі управління або формуванні співпраці                                                                   | Кооперації з локальними гідами, розвиток зеленого туризму                                                                                                                                                                                                            |
| Техніко-технологічні інновації | Впровадження нової або істотно поліпшеної техніки та технології обслуговування клієнтів, просування і реалізації послуг | Електронні системи бронювання в готелях; Електронні системи продажу авіаквитків; Інтегровані системи управління інфраструктурою готелю; Інтернет-реклама; Е-комерція (в мережі Інтернет), наприклад, створення віртуальних турагентств                               |
| Ресурсні інновації             | Використання нового виду туристичних ресурсів для організації туризму та розробки нових турів і послуг                  | Освоєння нетрадиційних об'єктів показу (наприклад, індустріальний і дігг-туризм (сталкінг), мілітарі-туризм); Будівництво нових інфраструктурних об'єктів (наприклад, для заняття екстремальними видами спорту); Пропозиція ринку нової події (наприклад, фестивалю) |

Джерело: розроблено авторами за даними джерела [2].

Таблиця 2

### Туристичні інновації у світі

| Тип інновації          | Інновації                     | Країна               | Опис                                                                          |
|------------------------|-------------------------------|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| Технологічні інновації | Віртуальні тури (VR/360°)     | США, Франція, Японія | Музеї та туристичні об'єкти створюють VR-екскурсії, які можна пройти з дому.  |
|                        | Розумні готелі (Smart Hotels) | Сінгапур, ОАЕ        | Готелі з голосовим управлінням, роботами-консьєржами, інтернетом речей (IoT). |

| Тип інновації                | Інновації                                | Країна                     | Опис                                                                                          |
|------------------------------|------------------------------------------|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
|                              | Туризм із доповненою реальністю (AR)     | Нідерланди, Великобританія | Мобільні додатки, що «оживляють» історичні місця під час екскурсій.                           |
|                              | Біометричні паспорти та швидкий check-in | Катар, Японія              | Аеропорти використовують розпізнавання обличчя для пришвидшення реєстрації мандрівників.      |
| Сталий та екотуризм          | Глемпінг (glamping)                      | Канада, Нова Зеландія      | Поєднання комфорту готелю та природи — «гламурний кемпінг».                                   |
|                              | Екотуризм до заповідників                | Коста-Рика                 | Відвідування з охороною довкілля, підтримка місцевих громад.                                  |
|                              | Карбон-нейтральні тури                   | Швеція, Ісландія           | Туроператори пропонують компенсувати викиди CO <sub>2</sub> , пов'язані з подорожами.         |
| Цифрові платформи та сервіси | Airbnb Experiences                       | Глобально                  | Онлайн-бронювання унікальних локальних досвідів (прогулянки, майстер-класи тощо).             |
|                              | Google Travel                            | Глобально                  | Планування подорожей: пошук авіаквитків, готелів, збереження маршрутів.                       |
|                              | TripAdvisor AI-помічник                  | США                        | Рекомендації на основі штучного інтелекту з урахуванням уподобань користувача.                |
| Креативні концепції          | «Безлюдні» тури                          | Норвегія, Швейцарія        | Тури в місця з низьким потоком туристів (slow tourism).                                       |
|                              | Мандрівки по кіно-локаціях               | Нова Зеландія, Хорватія    | Подорожі слідами відомих фільмів та серіалів (наприклад, «Гра престолів», «Володар перснів»). |
|                              | Туристичні NFT                           | Дубай, Сінгапур            | Цифрові колекційні сувеніри або квитки у вигляді NFT.                                         |

*Джерело: розроблено авторами*

Інновації є рушієм змін у сфері туризму, оскільки дозволяють:

- покращити якість обслуговування клієнтів;
- підвищити ефективність роботи підприємств;
- залучити нові цільові аудиторії;
- сформувати позитивний імідж компанії або регіону;
- забезпечити стійкий розвиток територій за рахунок нових підходів

(екотуризм, соціальний туризм тощо).

У сучасному глобалізованому світі інновації стають не просто конкурентною перевагою, а необхідною умовою для виживання туристичних організацій.

Процес впровадження інновацій у туризмі складається з кількох основних етапів:

1. Генерація ідеї - формування ідеї нової послуги або рішення, аналіз трендів і запитів клієнтів.
2. Оцінка потенціалу - аналіз ринку, цільової аудиторії, економічна доцільність.
3. Планування впровадження - визначення ресурсів, термінів, залучення партнерів.
4. Тестування/пілот - запуск у тестовому режимі (наприклад, лише в одному місті або регіоні).
5. Повномасштабне впровадження - розширення на інші ринки, просування.
6. Оцінка результатів та вдосконалення - збір зворотного зв'язку, аналіз ефективності.

Отже, інновації в туризмі є важливою умовою розвитку галузі в умовах постійних змін. Вони дозволяють створювати унікальні конкурентні переваги, підвищувати якість обслуговування, залучати нові аудиторії та формувати позитивний імідж як окремих підприємств, так і цілих регіонів чи країн. Подальше дослідження інноваційних процесів у туризмі є перспективним напрямом, що потребує уваги з боку як науковців, так і практиків галузі.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Миронов Ю.Б. Проблеми формування та розвитку інноваційної інфраструктури: виклики постіндустріальної економіки. Матер. IV Міжнар. наук.-практ. конф. «Проблеми формування та розвитку інноваційної інфраструктури: виклики постіндустріальної економіки», Львів, 18–19 травня 2017 р. – Львів: Видавництво Львівської політехніки, 2017. – 1 електрон. опт. диск. С. 771. URL: [https://tourlib.net/statti\\_ukr/myronov10.htm](https://tourlib.net/statti_ukr/myronov10.htm) (дата звернення: 10.04.2025).
2. Чернікова В.І. Особливості інновацій у туризмі. Вісник ДІТБ. 2012. №16. С.89-94 URL: [https://tourlib.net/statti\\_ukr/chernikova.htm](https://tourlib.net/statti_ukr/chernikova.htm) (дата звернення: 10.04.2025).

*М.І. Королько*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет імені  
Богдана Хмельницького

## **ЗАСТОСУВАННЯ НЕСТАНДАРТНИХ МЕТОДІВ ВИКЛАДАННЯ ПІД ЧАС ВИВЧЕННЯ КРАЇН СВІТУ У КУРСІ ГЕОГРАФІЇ 10 КЛАСУ**

Сьогодні, в умовах інтеграції України до європейської та світової спільноти, значно зросли вимоги до формування творчої, ініціативної особистості, що є ключем до успішної адаптації в сучасному світі. Освітній процес вимагає оновлення підходів до навчання, що спонукає педагогів шукати нові, ефективні форми та методи викладання [1,2].

Сучасна шкільна освіта потребує постійного оновлення форм і методів викладання. Особливо актуальним це є для предметів, що передбачають формування просторового мислення, міжпредметних зв'язків і практичних навичок – зокрема, географії. Вивчення курсу «Географія: регіони і країни» в 10 класі відкриває широкі можливості для творчого підходу до організації навчального процесу. Одним із перспективних напрямів є застосування нестандартних методів викладання, які сприяють підвищенню мотивації учнів, розвитку критичного мислення та формуванню картографічних і країнознавчих компетентностей.

Нестандартні методи – це такі методи навчання, які відходять від традиційної лекційно-пояснювальної моделі та передбачають активне залучення учнів до процесу пізнання. До них відносять інтерактивні, ігрові, проектні, проблемно-пошукові, квестові методи, методи візуалізації, інтеграції тощо [5,8].

Основні характеристики нестандартних методів:

- орієнтація на діяльність і співпрацю;
- формування навичок самостійної роботи;
- розвиток аналітичного, критичного та креативного мислення;
- забезпечення міжпредметних зв'язків;
- підвищення мотивації учнів до вивчення географії[2,5].

Використання таких методів особливо ефективно в темах, пов'язаних з країнознавством, де необхідно оперувати різноманітною інформацією щодо природи, природних ресурсів, соціально-економічного та культурного розвитку країн.

Розглянемо приклади практичних підходів до нестандартного вивчення регіонів та країн світу в 10 класі

1. Географічні квести. Квест – це форма гри з елементами пошуку інформації, логічних завдань та орієнтації в просторі. Наприклад, при вивченні країн Європи учням пропонується пройти віртуальну подорож з підказками, завданнями на карті, розпізнаванням прапорів, столиць, визначних місць [4].

2. Проектна діяльність. Учні можуть працювати над проектами, що розкривають особливості окремої країни чи групи країн (економічний потенціал, туристичні ресурси, етнокультурна специфіка). Це формує дослідницькі навички, вміння працювати з джерелами, презентувати результати [3].

3. Рольові ігри та моделювання. Приклад: проведення «туристичної виставки», де кожна група учнів представляє країну, пропонуючи віртуальні тури, культурну програму, особливості кухні. Інший приклад – «засідання ООН», на якому учні виступають від імені різних держав [8].

4. Веб-картографія та цифрові інструменти. Використання Google Earth, картографічних сервісів, онлайн-платформ дозволяє учням досліджувати географічне положення, рельєф, кліматичні умови країн у інтерактивному форматі. Це формує картографічну компетентність [6].

5. Метод віртуальних подорожей. Завдяки відео екскурсіям, 3D-туризму (через YouTube, Google Street View) учні можуть «побувати» в найвіддаленіших куточках світу. Це підвищує зацікавленість, робить навчання емоційне насиченим [7].

Особливо складним для сприйняття є теми з економічної та соціальної географії світу, географії світового господарства так як мають на меті формування цілісного уявлення про глобальні процеси, територіальну структуру світової економіки, що особливо важливо в контексті змін, спричинених науково-технічною революцією другої половини XX століття та процесами глобалізації XXI сторіччя. Все це потребує опанування великого обсягу матеріалу за обмежений час. Це вимагає від учнів міждисциплінарного підходу, знань з економіки, історії, політології.

У такому контексті роль учителя полягає не лише у передачі знань, а у створенні навчального середовища, що стимулює самостійне здобуття знань, активну участь у навчальному процесі. Доцільно використовувати активні методи – діалог, співпрацю, творчий пошук. Особливої уваги заслуговують групові й індивідуальні форми роботи, зокрема лекції, конференції, ділові ігри, уроки-аукціони тощо.

Такий підхід сприяє виявленню здібностей кожного учня, викликає зацікавленість у навчанні, мотивує до пошуку нового матеріалу [4].

Отже, результативність навчального процесу значною мірою залежить від здатності вчителя обрати доцільну форму уроку. Нетрадиційні підходи, зокрема дидактичні ігри, не лише підвищують інтерес учнів до предмета, але й формують їхню самостійність, вміння працювати з різними джерелами інформації. Вони поживляють урок, надаючи йому динаміки [7].

Проте важливо пам'ятати, що дидактичні ігри – лише один з елементів методичного інструментарію. Вони не повинні заміняти собою весь процес навчання, а мають використовуватись у поєднанні з іншими методами.

Нестандартні методи викладання географії в 10 класі під час вивчення країн світу є важливим інструментом оновлення освітнього процесу. Вони дозволяють зробити уроки цікавими, динамічними, наповненими практичним змістом. Такий підхід сприяє не лише засвоєнню навчального матеріалу, а й формуванню в учнів ціннісного ставлення до пізнання світу, міжкультурного спілкування, глобального мислення.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андреева В. М. Методика навчання географії в середній школі. К.: Освіта, 2018. 288 с.
2. Білик Н. І., Довгань Г. Д. Нові підходи до викладання шкільного курсу географії. Львів : Літера, 2019. 144 с.
3. Вішнікіна Л. П. Компетентнісне навчання географії в основній школі: монографія. Полтава : АСМІ, 2017. 407 с.
4. Вішнікіна Л. П. Компетентнісно-формувальний урок географії. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Географічні науки»*. 2016. Вип. 5. С. 83-88.
5. Географія: Україна та світ / Я. Б. Олійник та ін. К. : Знання, 2007. 456 с.
6. Довгань Г. Д. Інтерактивні технології на уроках географії. Х.: Основа, 2005. 126 с.
7. Корнеев В. П. Технології в навчанні географії. Х.: Основа, 2004. 128 с.
8. Кукшин В. Ігрові технології на уроках. Освіта.ua 18.06.2008. URL: <http://ru.osvita.ua/school/method/technol/759/> (дата звернення: 03.04.2025)

**Б.І. Купрій**

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## НЕБЕЗПЕЧНІ ЕКЗОГЕННІ ГЕОЛОГО-ГЕОМОРФОЛОГІЧНІ ПРОЦЕСИ В ЗАКАРПАТСЬКІЙ ОБЛАСТІ

Закарпаття, розташоване на південному макросхилі Карпат, які є частиною Альпійської геосинклінальної області, відрізняється комплексною геологічною будовою (рис. 1).

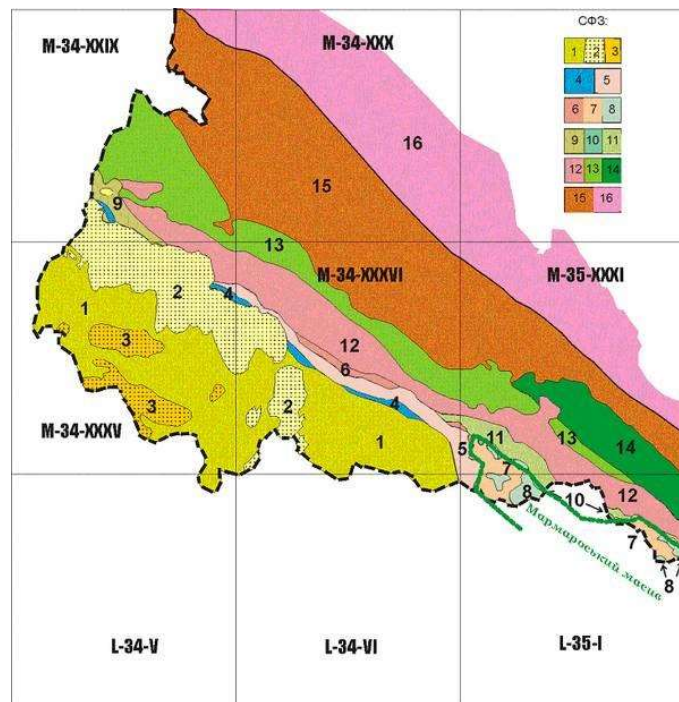


Рис. 1 Схема структурно-фаціального районування території Закарпатського регіону [3]

Умовні позначки: *Закарпатський внутрішній прогин*: 1 – Закарпатський внутрішній прогин, 2,3 – Вигорлат-Гутинське пасмо і Берегівське підняття та «поховані» вулкани. *Пенінська зона скель*: 4 – Пенінська зона (вапняки, аргіліти, пісковики з гравелітами і конгломератами). *Зона мармароських скель*: 5, 6 – Монастирецький і Вежанський покриви. *Мармароський масив*: 7, 8 – Діловецький і Білопотоцький покриви; 9, 11 – Магурський і Рахівський покриви;



10, 15 – Кам'янопотоцький покрив і Кросненська зона; 12, 13, 14, 16 – Поркулецький, Дуклянський, Чорногорський і Скибовий покриви

У межах Закарпатської області, з північного сходу на південний захід, виділяються наступні структурно-фаціальні зони, що належать до Зовнішніх Карпат: Кросненська, Чорногірська, Поркулецька, Дуклянська, Магурська та Рахівська. Проміжну ланку між Зовнішніми та Внутрішніми Карпатами складають Марамороський кристалічний масив, Марамороська та Пенінська стрімчакові зони. Закарпатський внутрішній прогин представлений Мукачівською та Солотвинською улоговинами, на які накладена Вигорлат-Гутинська вулканічна гряда. З півдня до цього прогину прилягає Паннонський серединний масив. Кожен з цих структурних елементів характеризується унікальними особливостями поширення різних типів гірських порід, морфологією, часом формування складчастих і розривних тектонічних порушень, наявністю корисних копалин та формами рельєфу [2,с.16].

В межах території Закарпатської області зафіксовано таку кількість активних проявів екзогенних геолого-геоморфологічних процесів:

- 29 зсувів загальною площею 0,486329 км<sup>2</sup>, з яких 8 зсувів загальною площею 0,083883 км<sup>2</sup> (0,008 км<sup>2</sup>+ 0,075883 км<sup>2</sup>) – новоутворені, а 21 зсув загальною площею 0,402446 км<sup>2</sup> (0,033561 км<sup>2</sup>+ 0,368885 км<sup>2</sup>) – активізовані частково або повністю раніше закартовані древні або сучасні зсуви (всього 30 ділянок активізації);

- 7 ділянок бокової ерозії водотоків загальною довжиною 7800 м (7150 м + 650 м), з яких 3 ділянки загальною довжиною 2400 м - новоутворені, а 4 ділянки загальною довжиною 5400 м - закартовані в попередні роки (приріст довжини на цих ділянках в порівнянні з минулим роком складає 3950 м). Загальний приріст довжини ділянок бокової ерозії в порівнянні з минулим роком складає 6350 м (3950 м + 2400 м);

- 1 селенебезпечний водотік площею 0,209091 км<sup>2</sup> з конусом виносу уламкового матеріалу об'ємом 750 м<sup>3</sup>;

- 13 карстових форм загальною площею 0,197637 км<sup>2</sup>, з яких одна нова площею 0,010915 км<sup>2</sup> та 12 раніше закартованих загальною площею 0,186722 км<sup>2</sup> [1,с.86-87].

На території Закарпатської області закартовано і занесено в кадастр 3305 зсувів загальною площею 385,886677 км<sup>2</sup> (385,802794+ 0,083883 км<sup>2</sup>), 25 карстових лійок загальною площею 0,298 км<sup>2</sup>, 534 ділянки бокової ерозії водотоків загальною довжиною 169,99 км (163,64 км + 6,35 км), 279

селенебезпечних водотоків загальною площею біля 1828 км<sup>2</sup> [1,с.87].

Згідно з інформацією Басейнового управління водних ресурсів річки Тиса, протягом 2023 року на Закарпатті, переважно в гірських районах, через різке погіршення погодних умов та інтенсивні опади, спостерігалось три значні паводки, які мали руйнівний характер. Ці паводки відбулися у періоди 17-20 січня, 27-29 жовтня та 2-6 грудня 2023 року [1,с.87].

Внаслідок зазначених паводків на Закарпатті було додатково пошкоджено 2490 метрів захисних дамб. Загальна довжина берегоукріплень, що зазнали руйнувань, також склала 2490 метрів. Ці споруди призначені для захисту сільських населених пунктів та сільськогосподарських земель у гірській місцевості [1,с.87].

Важливо зауважити, що згадані гідротехнічні споруди вже зазнавали пошкоджень під час паводків попередніх років і досі не були відремонтовані через брак необхідного фінансування.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Доповідь про стан навколишнього природного середовища Закарпатської області за 2023 рік. Ужгород, 2024. 148 с. URL: <https://mepr.gov.ua/diyalnist/napryamky/ekologichnyj-monitoryng/regionalni-dopovidi-pro-stan-navkolysnogo-seredovyssha-v-ukrayini/> (дата звернення: 15.03.2025)

2. Стратегія розвитку Закарпатської області на період до 2027 року. Волинський ресурсний центр, 2024. 192 с. URL: [https://carpathia.gov.ua/storage/app/sites/21/Economics/2024/Strategi\\_2027\\_Transcarpathia.pdf](https://carpathia.gov.ua/storage/app/sites/21/Economics/2024/Strategi_2027_Transcarpathia.pdf) (дата звернення: 15.03.2025)

3. **ХАРАКТЕРИСТИКА РІЧКОВОГО БАСЕЙНУ ТИСИ. НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЛАН УПРАВЛІННЯ БАСЕЙНОМ Р. ТИСА – УКРАЇНА. ГЕОЛОГІЯ ТА ГІДРОГЕОЛОГІЯ.** URL: [HTTPS://CARPATY.NET/?P=13563](https://carpaty.net/?p=13563) (ДАТА ЗВЕРНЕННЯ: 15.03.2025)

*М.М. Малуєв*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **РОЛЬ СВІТОВОГО ОКЕАНУ НА КЛІМАТИЧНУ СИСТЕМУ ЗЕМЛІ В УМОВАХ ЗЛЕДЕНІННЯ**

Океан є величезним резервуаром тепла. Середня температура сучасного Світового океану становить 2,5 °С. Хоча ця температура значно нижча за середню температуру земної поверхні (+15,5 °С), все ж вона значно перевищує точку замерзання [5].

Обсяг теплової енергії, який Світовий океан міг би віддати у випадку глобального зледеніння, можна приблизно оцінити наступним чином. Загальний об'єм Океану складає 1330 млн км<sup>3</sup>, що дорівнює  $1,33 \times 10^{27}$  см<sup>3</sup> [3]. Відомо, що охолодження одного кубічного сантиметра води на 1 °С призводить до вивільнення приблизно 1 калорії тепла. При зниженні температури океанічної води до 0 °С кожен кубічний сантиметр віддає 2,5 калорії тепла.

Помножуючи загальний об'єм води океану (в см<sup>3</sup>) на 2,5 кал, можна отримати кількість теплової енергії, яка виділяється при глобальному похолоданні через зледеніння. Це становить понад  $3,3 \times 10^{24}$  ккал.

Щороку Земля отримує приблизно  $1,68 \times 10^{21}$  ккал сонячної енергії [5]. При цьому запаси теплоти сучасного «холодного» океану перевищують обсяги річного надходження цієї енергії приблизно у 2000 разів. Звісно, ці показники є лише орієнтовними. Через повільне перемішування вод Океану тепло передається до атмосфери та охолоджуваного суходолу значно повільніше, ніж темпи формування льодовиків. Проте варто зауважити, що цей процес має ознаки роботи теплової машини: він стає інтенсивнішим із наростанням температурного контрасту, спричиненого прогресуючим зледенінням [1].

Для ілюстрації здатності океану виділяти тепло не лише протягом років, але і в геологічному масштабі часу, звернемося до палеогеографічних даних. Зміна температур океанічних вод і масштаби його охолодження в мезозойській і кайнозойській ерах показують, що танення льодовиків може тривати тисячі років – цей період узгоджується із тепловою інерцією океану [2,6].

Одним із ключових аспектів впливу на зледеніння є рівень Світового

океану. Зрозуміло, що накопичення льоду на поверхні суші обумовлює зниження рівня океану.

За даними палеогеографії, наприклад, за глибиною врізання річкових долин льодовикового періоду та положенням давніх русел на шельфах, у часи максимального зледеніння рівень океану був майже на 200 метрів нижчим від сучасного. Якщо подивитися на карту, можна побачити, що материкова відмілина (шельф) під час цих періодів повністю звільнялася від води. Загальна площа суходолу при цьому збільшувалася на 28 млн км<sup>2</sup>, що становить близько 20% від сучасної площі суші, переважно у високих широтах, де шельфи найбільші [1,4].

Збільшення площі суходолу призводить до зниження температури на Землі через зимове охолодження її поверхні, що сприяє процесам зледеніння.

Водночас підвищується континентальність клімату, що негативно впливає на накопичення снігу, необхідного для формування льоду. Більше того, танення прискорюється через зростання випаровування снігу та льоду [1]. Таким чином, загальний вплив зниження рівня Світового океану залишається неоднозначним через орографічний ефект: якщо середня висота суходолу в зоні формування льодовиків перевищує рівень безльодової поверхні, це посилює суворість кліматичних умов [1].

Проте порушення балансу між суходолом і морем впливає як на океанічні циркуляційні процеси (зокрема, якщо уявити, що береги збігаються з шельфовими зонами), так і на кліматичні зміни на суші через її збільшену площу. Загальний ефект таких змін передбачити важко. Однак очевидно, що «кліматична машина» нашої планети – складна і тисячоліттями налагоджена система – зазнає серйозних порушень. Це може стати найсерйознішим і, можливо, неминучим наслідком таких перебудов, навіть якщо вони не приведуть до сценарію «білої Землі».

У сучасній науковій літературі значну увагу приділяють дослідженням відповідей Світового океану на процеси глобального потепління клімату. Проте важливо враховувати й можливість протилежного ефекту, тобто впливу похолодання клімату на океанічні системи. З наукової точки зору обидва сценарії розвитку географічної оболонки потребують однаково ретельного аналізу та вивчення.

Зміни в Світовому океані, які можуть бути наслідком похолодання клімату, заслуговують на окремий розгляд. На початкових етапах кліматичного похолодання реакції Світового океану можуть включати такі явища:

- активізація океанічних циркуляцій внаслідок зростання загального термічного градієнта між різними регіонами океану;
- розширення площі арктичного морського зледеніння, що позитивно позначається на газообміні у системі «океан-атмосфера», оскільки в полярних широтах поглинається значна кількість вільного CO<sub>2</sub>;
- посилення контрасту між морським і континентальним типами клімату, оскільки суходіл має меншу теплову інерцію, що спричиняє його швидке охолодження в порівнянні з океаном;
- підняття рівня карбонатної компенсації ближче до поверхні, що призводить до розчинення частини вапняного осаду. Це забезпечує додаткове виділення CO<sub>2</sub> в океанічні води [3,7].

У подальшому, у разі прогресування зледеніння, частина океанічних вод могла б перетворюватися на лід через інтенсифікацію вологообміну. Така трансформація спричинила б евстатичне зниження рівня Світового океану, яке, своєю чергою, призвело б до скорочення площі океанічної території. Особливий вплив матиме це явище на берегову зону через втрату значних частин шельфів, що спричинило б суттєві геоморфологічні зміни [1].

У ряді випадків потенційне зниження рівня Світового океану може зумовити зміни у водній циркуляції, особливо в регіонах з відносно малими глибинами, через які проходять океанічні течії, або навіть призвести до ізоляції окремих його частин [7]. Наприклад, імовірною є ізоляція Північного Льодовитого океану вздовж Фареро-Ісландського порогу та Берингової протоки. Однак ці явища, якщо вони й відбудуться, потребуватимуть багато часу – йдеться про кілька сотень або тисяч років, що робить їх малозначущими для сучасної екологічної ситуації.

Серед актуальних аспектів взаємодії океану та клімату науковці значну увагу приділяють підвищенню рівня Світового океану, який, за даними дослідників, уже зріс на 15 см. Було розроблено сценарії майбутнього підвищення рівня океану внаслідок глобального потепління. У межах найоптимістичнішого прогнозу передбачається збільшення рівня на 56,3 см до 2100 року, тоді як найбільш песимістичний сценарій припускає підвищення аж до 345 см [8,9].

Одним з ключових впливів глобального потепління є зміна термічного режиму верхніх шарів океанської води, що відбувається майже негайно. Проте глибинні шари океану реагують на ці зміни із суттєвим запізненням. Потепління негативно позначається на океанічній циркуляції, адже вона значною мірою

залежить від температурної різниці між теплою і холодною зонами, причому остання стає менш вираженою. Це явище уповільнює процеси тепло- і газообміну в океанічній системі [10].

Іншим важливим наслідком потепління є розширення водного об'єму, спричинене підвищенням температури. Розрахунки показують, що зростання температури води на 1 °С еквівалентне підвищенню рівня океану на 25 см. Зі спостережуваного наразі збільшення рівня океану на 15 см близько 5 см становить саме температурний ефект [9].

Кліматичні зміни також стимулюють інтенсивність випаровування, що призводить до збільшення вмісту вологи в атмосфері, яка відіграє значну роль у посиленні парникового ефекту та впливає на форму опадів. Водночас найважливішим фактором глобального екологічного балансування залишається можливе танення материкового льоду та супутнє підвищення рівня океанів. Дослідження свідчать, що при подвоєнні концентрації CO<sub>2</sub> парниковий ефект здатен вивільнити з льодовикових мас кількість води, здатну утворити шар товщиною від 10,5 до 16,5 мм [8,9].

Зважаючи на те, що деградація льодовикових покривів є процесом зі зворотним позитивним зв'язком, деякі сценарії прогнозують танення материкових льодовиків Північної півкулі та розпад льодовика Західної Антарктиди упродовж 200-500 років. Однак деталі механізмів цього процесу залишаються недостатньо з'ясованими й потребують подальших досліджень [1].

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Данова Т.Є. Основи гляціології і моніторинг кріосфери: Навчальний посібник. – Одеса: Вид. ПП «ТЕС», 2014. – 118с.
2. Данова Т.Є., Прокоф'єв О.М. Палеокліматологія: Конспект лекцій. Одеса: Одеський державний екологічний університет, 2013. 68 с.
3. Пасічник М.Д., Паланичко О.В. Фізична океанологія: навч. посібник. Чернівці : Чернівець. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2019. 124 с.
4. Половка С.Г., Панкратенкова Д.О. Основи палеогеографії : навчальний посібник. Умань, 2015. 107 с.
5. Проценко Г.Д. Метеорологія та кліматологія: Навчальний посібник. К., 2007. 265 с.
6. Сивий М.Я., Дем'янчук П.М. Основи палеогеографії: підручник. Тернопіль: ТНПУ ім. І. Гнатюка, 2022. 404 с.
7. Хільчевский В.К., Дубняк С.С. Основи океанології: підручник. К.:

Видавничо-поліграфічний центр «Київський університет», 2008. 255 с.

8. Climate and climate-related issues for the safety assessment SR-Site  
URL: [https://www.mkg.se/uploads/Ansokan\\_KTL/KTL\\_3/flik\\_15.pdf](https://www.mkg.se/uploads/Ansokan_KTL/KTL_3/flik_15.pdf) (дата звернення: 12.03.2025)

9. Climate Change 2023: Synthesis Report URL: <https://www.ipcc.ch/report/ar6/syr/> (дата звернення: 11.03.2025)

10. Schmitt R.W. 2018. The ocean's role in climate. *Oceanography*. 2018. № 31(2). pp. 32-40, <https://doi.org/10.5670/oceanog.2018.225>

***І.О. Мешальніков***

Мелітопольський державний  
педагогічний університет імені  
Богдана Хмельницького

## **ПРИРОДНІ КОМПЛЕКСИ ОСТРОВА ХОРТИЦЯ**

З географічної точки зору острів Хортиця разом із прилеглими островами знаходиться приблизно на 42°42' північної широти та 37°5' східної довготи, будучи частиною південно-західної зони Східноєвропейської рівнини. Його загальна площа становить близько 3000 гектарів, з довжиною 12 кілометрів і шириною 2,5 кілометра. У деяких місцях скелі досягають 40 метрів у висоту. Це найбільший острів на річці Дніпро [8].

Територія острова Хортиця розташована в степовій зоні, у підзоні різнотравно-типчаково-ковильних степів, з теплим і сухим континентальним кліматом. Її геологічною основою є південний край Українського кристалічного щита.

В геологічній будові острова беруть участь нижньоархейські породи кристалічного фундаменту та перекриваючі їх відклади середнього і верхнього плейстоцену та голоцену [8,9].

Острів Велика Хортиця в геоморфологічному відношенні розташований в межах глибоко врізаної в породи кристалічного фундаменту епігенетичної долини Дніпра і складається з декількох терасових рівнів. Острів Хортиця характеризується трьома головними елементами рельєфу:

1. Круті скелі і схили північної частини.
2. Підвищене плато у центральній частині.

### 3. Зниження на півдні острова – плавні [9].

Центральну плоско-рівнинну частину острова займають штучні лісові насадження, агроценози (сади, поля і городи) та невеличкі поселення (загальна кількість мешканців Хортиця біля 2 тисяч чоловік). Більш-менш незмінними залишилися скелі і балки північної частини Хортиці та плавні, які разом займають біля 25% території острова (рис.1).



Рис. 1. Балки острова Хортиця [7]

Балки та урочища врізаються в береги острова зі сходу і заході. Всього на острові налічується понад два десятки великих і малих балок. Як ім'я новонародженого обумовлює його майбутню долю, так і яскраві назви стали майже символічними у історії острова. На півночі знаходиться Совутина балка, по західному узбережжю пролягли балки Чавунова, Музична, Наумова (рис. 2), Громушина, Каракайка, Генералка, Широка, Корнейчиха, Корнетовська [1].





Рис. 2. Балка Наумова [4]

По східному берегу розкинулися балки Велика Молодняга, Ушвива, Ганнівка, Шанцева, Башмачка, Костіна, Липова, Корнеєва [1]

Острів Хортиця вирізняється своєю геоморфологією, що поєднує підняте плато та долину річки Дніпро. Абсолютні висоти змінюються в широкому діапазоні: від 16-39 метрів на південно-східній околиці до 72-74 метрів у центральній частині, що становить перепад висот до 58 метрів. Загалом, ландшафтне різноманіття Хортиці є унікальним для України, особливо вражаючим з огляду на відносно невелику територію острова [9].

Різнорівні терасні рівні формують загальну поверхню острова Хортиця. Саме поєднання різних форм рельєфу, переважання лесових порід на значній частині території, епізодичні виходи кристалічних порід та наявність піщаних алювіальних нашарувань обумовлюють просторове розташування різноманітних сучасних ландшафтних комплексів, його урочищ та місцевостей, а також відіграють ключову роль у формуванні його багатого біотичного різноманіття.

Плавнева зона о. Хортиця сягає 327 га, що складало до катастрофи 2023 року – 2,3% від загальної площі нерестовищ Каховського водосховища [10].



Рис. 3. Хортиця після руйнування Каховської ГЕС та обміління Дніпра, 23 липня 2023 року [5]

Острів Хортиця, як і вся Запорізька область, розташований у зоні помірно континентального клімату. Характерними особливостями є велика кількість сонячних днів з невеликою хмарністю, високе положення сонця протягом дня та низький вміст вологи в повітрі. Ці фактори призводять до значного надходження сонячної енергії до земної поверхні, що спричиняє сильне нагрівання та висушування як ґрунту, так і повітря. Внаслідок цього клімат регіону є посушливим [8].

Відповідно до ґрунтово-географічного районування, о. Хортиця відноситься до підзони звичайних чорноземів. Але географічні особливості цієї території зумовлюють досить значну різноманітність ґрунтів на порівняно невеликій площі. На острові Хортиця можна виділити 8 типів ґрунтів: чорноземи, чорноземно-лучні, лучно-чорноземні, чорноземоподібні, дернові, алювіальні дерновоглейоваті, алювіальні дерново-глейові та алювіальні болотні. Домінують на Хортиці чорноземи звичайні. Плавневу частину займає комплекс алювіальних ґрунтів, схили долини та балок – чорноземи різного ступеню змитості, а піщані тераси та днища балок – дернові ґрунти. Ґрунти болотних типів займають дуже малі площі [2,3].

Ґрунти острова Хортиця вирізняються значною еродованістю. Основними чинниками, що зумовлюють цей процес, є зимове промерзання ґрунтів, весняне накопичення та танення снігу, літні зливи, значна протяжність і

крутизна схилів, тривале сільськогосподарське використання земель, а також низька стійкість верхніх шарів ґрунту до ерозії. Остання пов'язана з переважанням дрібних пилюватих частинок, невеликим вмістом гумусу та недостатньою кількістю поглинених основ. Еродовані ґрунти мають знижену родючість, втрачають верхній гумусовий шар і характеризуються погіршеною структурою [2,3].

Рослинний світ острова надзвичайно різноманітний і представлений майже всіма типами рослинності, характерними для рівнинної частини України. Флористичне багатство місцевих фітоценозів створює унікальне природне середовище, що має державне та міжнародне значення. Природна рослинність збереглася на 25% території та включає різнотравнозлакові степи, байраки, заплавні ліси, луки й водно-болотні угіддя. Тваринний світ представлений видами, характерними для степових, заплавно-лісових і водно-болотних екосистем. У північній частині острова на площі близько 450 га розташовані листяні та хвойні насадження. Центральна частина (1150 га) використовується для сільськогосподарських потреб: тут розміщені сади, ягідники, городи та орні землі [6,9].

На території острова налічується та охороняється дев'ять природно-комплексів (ПТК): плавневі ліси та луки, справжні та петрофітні степи, скелясті відслюєння гранітів, балки, нагорні діброви, висячі болота, озерні комплекси.

Усі ці природно-територіальні комплекси мають власні структуру та особливості своєрідні компоненти та потребують надійної охорони, як місця збереження гено- і ценофонду заповідника.

Таким чином, на території острова Хортиця (незначного за площею), ми бачимо поєднання природних комплексів та компонентів різних природних зон України з історичними, культуртурними і археологічними пам'ятками різних часів.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Балки Хортиці <https://hortica.zp.ua/ua/nature/landscapes/gully> (дата звернення: 10.03.2025)
2. Ґрунти м. Запоріжжя та о. Хортиця <https://surl.li/djdmhd> (дата звернення: 11.03.2025)
3. Дубова О.В. Еколого-агрохімічна оцінка та фізичні властивості ґрунтів заплавної зони острова Хортиця. *Вісник Запорізького національного університету*. 2008. №2. С.53-59.

4. Ключко Катерина. Скелі та балки острова Хортиця вкрились весняними квітами. 13.04.2024 р. <https://www.061.ua/news/3761750/skeli-ta-balki-ostrova-hortica-vkrilis-vesnanimi-kvitami-fotoreportaz> (дата звернення: 21.03.2025)
5. Представники заповідника: природі Хортиці через руйнування Каховської ГЕС завдано шкоди на 1,5 млрд гривень. <https://www.radiosvoboda.org/a/news-khorthytsya-zbytky-kakhovskahes/32655166.html> (дата звернення: 16.03.2025)
6. Природа острова Хортиця. Колективна монографія / Охріменко С.Г., Шелегеда О.Р., Козодавов С.В., Бусел В.А., Петроченко В.І., Жаков О.В., Муленко М.А., Карпенко Г.О., Василенко С.В., Головаха Р.В. Запоріжжя: Національний заповідник «Хортиця», 2016. Вип. 2. 200 с.
7. Сушко К. І. Острів Хортиця. Історико-публіцистична розвідка. Запоріжжя: Дике Поле, 2001. 200 с.
8. Фізична географія Запорізької області: Хрестоматія / Л.М. Даценко, В.В. Молодиченко, В.П. Воровка та ін. Мелітополь: Вид-во МДПУ ім. Б. Хмельницького, 2014. 200 с.
9. Хортиця  
<https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A5%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B8%D1%86%D1%8F> (дата звернення: 11.03.2025)
10. Nepsha Oleksandr, Hryshko Svitlana, Prokhorova Larysa, Zavialova Tetiana, Lysenko Valeriy. Environmental Consequences of the Explosion of the Kahovsky Hydroelectric Plant on Biodiversity. *Revista de la Universidad del Zulia* Vol. 15. № 42. 2024. pp. 163-178. <https://doi.org/10.46925//rdluz.42.09>

**С.А. Перепечай**

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **СУСПІЛЬНО-ГЕОГРАФІЧНІ АСПЕКТИ МОЛОДІЖНОГО РИНКУ ПРАЦІ УКРАЇНИ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ**

Молодіжний ринок праці є важливим елементом соціально-економічної системи країни, який значною мірою визначає майбутній розвиток держави. В умовах воєнного стану, спричиненого повномасштабною агресією росії проти



України, ситуація на ринку праці молоді набула нових суспільно-географічних характеристик. Порушення демографічного балансу, масова внутрішня і зовнішня міграція, руйнування економічної інфраструктури та зростання безробіття стали викликами, що потребують глибокого аналізу [1,3].

Економічні трансформації в Україні супроводжуються суттєвими змінами у сфері соціально-трудових відносин, що виявляються у ширшому застосуванні ринкових механізмів у процесах формування, розподілу та використання трудових ресурсів. Збалансований розвиток системи зайнятості сьогодні неможливий без оновлення та модернізації ринкової інфраструктури, що дозволить зменшити дестабілізуючий вплив та сприятиме адаптації поведінки різних груп зайнятого населення до вимог ринку праці в умовах воєнного стану.

Проблематика формування ринку праці молоді на сьогодні є надзвичайно актуальною. Молодь, як найбільш мобільна, інтелектуально розвинена та адаптивна частина населення, відіграє ключову роль у соціальних, економічних і політичних процесах. Вона становить вагомий частку працездатного населення країни, характеризується високим попитом на працевлаштування, але водночас молодь потребує особливої підтримки. Оскільки саме регіональний ринок праці виконує важливу функцію у залученні молоді до економіки, питання подолання молодіжного безробіття варто розглядати передусім на місцевому рівні.

Молодіжний ринок праці – це підсистема загального ринку праці, яка охоплює осіб віком переважно від 15 до 35 років. Він має специфічні риси, зокрема високу динамічність, чутливість до економічних змін і залежність від освітнього рівня. У географічному аспекті молодіжна зайнятість розглядається з урахуванням регіональних диспропорцій, доступності освітніх і виробничих ресурсів, мобільності населення [2].

Воєнний стан в Україні кардинально змінив параметри молодіжного ринку праці: Одна з проблем це міграція молоді. Значна частина молодих людей виїхала за кордон або перемістилася в безпечніші регіони України, що спричинило регіональний дисбаланс.

Змінилася структури зайнятості. Зменшилась кількість робочих місць у традиційних секторах (освіта, культура, сфера обслуговування), зросла потреба в ІТ, логістиці, військових і волонтерських напрямках.

Воєнний стан вплинув на освітні виклики молоді. Втрата доступу до якісної освіти, зниження рівня підготовки кадрів, перехід на дистанційне навчання – чинники, що впливають на конкурентоспроможність молоді.

Слід звернути увагу ще на один важливий аспект – психологічні чинники. Тривожність, невизначеність майбутнього, ПТСР – усе це знижує мотивацію до праці та участі в економічному житті.

У період війни ринок праці молоді в Україні зазнав істотних змін. Серед ключових тенденцій:

1. Обмеженість можливостей працевлаштування. Багато підприємств закрилися або зменшили штат, особливо в галузях торгівлі, обслуговування, туризму – сферах, де зазвичай працює молодь [1,3]
2. Зростання дистанційної зайнятості. Фриланс, ІТ, цифровий маркетинг, дизайн, онлайн-освіта стали популярними напрямками працевлаштування серед молоді, з активним використанням міжнародних платформ.
3. Збільшення попиту на робочі професії. Через мобілізацію та еміграцію працівників зріс попит на спеціалістів у будівництві, логістиці, агросфері, виробництві, особливо на тих, хто не має вищої освіти.
4. Волонтерство як старт професійної діяльності. Молоді люди активно беруть участь у гуманітарних ініціативах, отримуючи практичний досвід і нові навички, які можуть стати базою для подальшої кар'єри.
5. Зростання конкуренції на ринку праці. Через внутрішню міграцію та повернення переселенців у більш безпечні регіони посилилась боротьба за робочі місця.

До основних викликів для молоді належать:

1. Втрата робочих місць у традиційних сферах.
2. Складнощі з працевлаштуванням у ВПО та молоді без досвіду.
3. Зменшення рівня заробітної плати.
4. Конкуренція з боку досвідчених працівників [6].

Разом з тим, з'являються й можливості:

1. Участь у програмах перекваліфікації (курси ІТ, маркетинг, мови).
2. Державні та міжнародні ініціативи підтримки молодіжного підприємництва.
3. Варіанти сезонної роботи або працевлаштування за кордоном [1,5].

Рівень молодіжного безробіття суттєво різниться між регіонами. Найвищі показники спостерігаються в прифронтових та деокупованих територіях (Донецька, Луганська, Харківська області), де економічна активність суттєво обмежена. Водночас в західних областях України (Львівська, Івано-Франківська,

Закарпатська) фіксується відносна стабільність, зумовлена припливом внутрішньо переміщених осіб, у т.ч. молоді, та розвитком малого бізнесу [2,3].

Для стабілізації ситуації на молодіжному ринку праці важливо:

1. Розвивати програми підтримки молодіжного підприємництва.
2. Створювати можливості для дистанційної роботи та цифрової трансформації зайнятості.
3. Підтримувати професійну перепідготовку й адаптацію молоді до нових умов.
4. Впроваджувати цільові регіональні програми зайнятості з урахуванням специфіки окремих областей [2,4,5].

Таким чином, суспільно-географічні аспекти молодіжного ринку праці в умовах воєнного стану в Україні є складними та динамічними. Вони поєднують соціальні, економічні, демографічні й просторові чинники, що визначають можливості та виклики для молоді. Успішне подолання кризи потребує комплексного підходу, міжгалузевої координації та цілеспрямованої державної політики.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Аналітичні звіти Міжнародної організації праці (ILO) щодо ситуації в Україні URL: <https://www.ilo.org> (дата звернення: 01.04.2025)
2. Бондаренко І. П. Просторовий аспект зайнятості молоді в Україні. Х.: ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2022. 144 с.
3. Державна служба статистики України. Офіційний сайт URL: <http://www.ukrstat.gov.ua> (дата звернення: 01.04.2025)
4. Зінов'єва І. Д. Молодіжна політика України: виклики та перспективи розвитку. К.: Національний інститут стратегічних досліджень, 2023. 112 с.
5. Стратегія відновлення України 2023-2033 / Кабінет Міністрів України. К., 2023. 76 с.
6. Чабан О. І. Ринок праці України в умовах кризи: молодь як вразлива група. *Соціально-економічні студії*. 2024. № 2(10). С. 45-53.

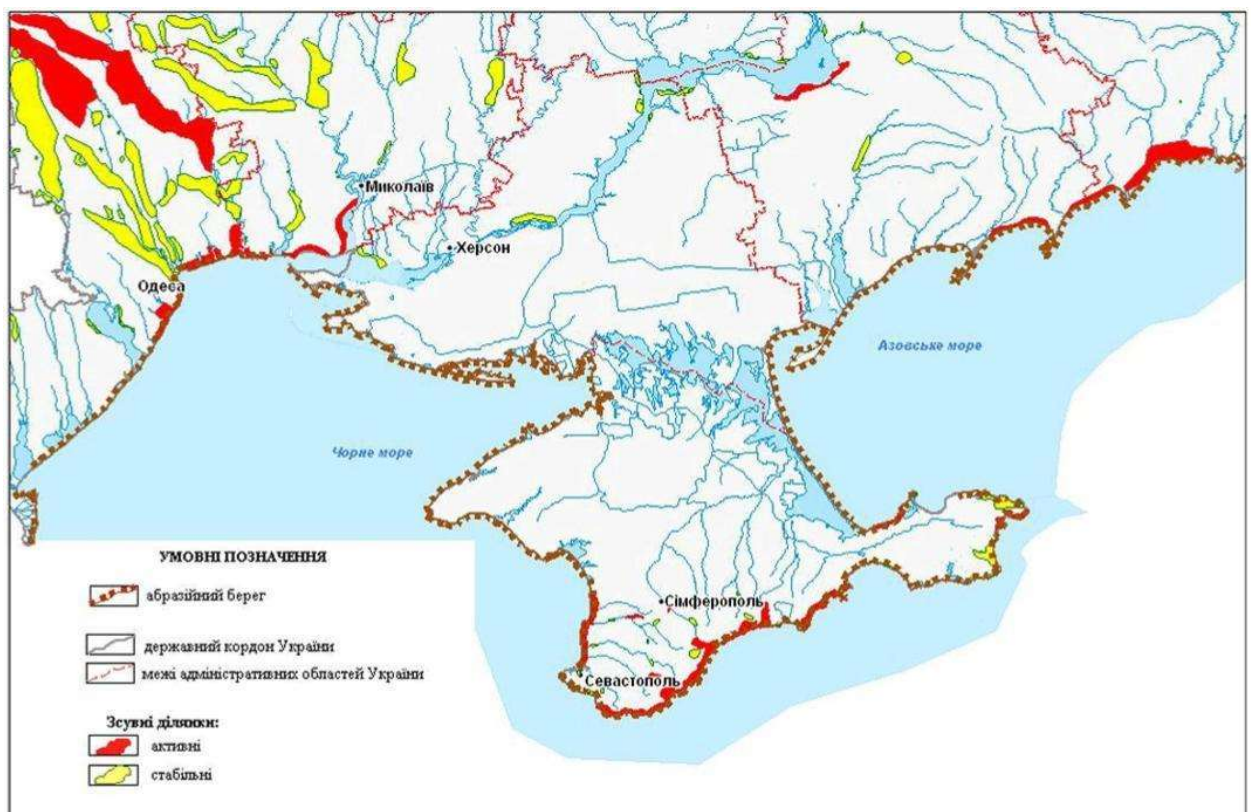
**М. О. Цапенко**

Мелітопольський державний  
педагогічний університет імені  
Богдана Хмельницького

## НЕБЕЗПЕЧНІ ГЕОЛОГО-ГЕОМОРФОЛОГІЧНІ ПРОЦЕСИ АЗОВО-ЧОРНОМОРСЬКОГО УЗБЕРЕЖЖЯ (В МЕЖАХ ТЕРИТОРІЇ УКРАЇНИ)

На узбережжі Чорного й Азовського морів (в Донецькій, Запорізькій, Херсонській, Миколаївській, Одеській областях та Автономній Республіці Крим) спостерігається активний розвиток зсувів та абразії, що зумовлено погодними умовами, рельєфом дна, складом порід та режимом моря. (рис. 1). Це явище особливо небезпечне в районах курортної забудови, де безконтрольне будівництво призвело до деформації схилів, порушення гідрологічного режиму та перезволоження ґрунтів [5, с. 147-148; 7, с. 88; 9, с. 81].

Рис. 1. Карта абразійних берегів в межах України [2, с. 10]



У Донецькій області серйозною проблемою є зсуви: 189 осередків, з яких 91 активно впливає на територію (загальною площею 5 км<sup>2</sup>). Особливо критична



ситуація на узбережжі Азовського моря, де з 1969 року активізувалися 37 зсувів. Абразія, що охоплює 69,7 км берега (32,7 км – активно), ускладнює ситуацію на 21,6 км берегової лінії, де розвиваються зсуви. Посилення абразії призводить до руйнування берега, активізації зсувів та загрожує житлу та господарствам [9, с. 81-84].

У 2021 році на узбережжі Азовського моря в Запорізькій області зафіксовано 205 зсувів загальною площею 3,6 км<sup>2</sup>. Моніторинг охопив 20 ділянок, зокрема активні зони біля Ботієвого, Шевченкового, Приморська та Бердянської коси. У забудованих районах зафіксовано 24 зсуви. Найактивніші процеси спостерігались у Бердянському районі та біля Ботієвого. Найнебезпечнішою виявилась Ботієвська ділянка (1,846 км), де зсуви досягали 0,9 м, спричиняючи відступ берега.

Загальна довжина берегу Азовського моря на території Запорізької області з розвитком абразії, складає 270 км, разом з Азовськими косами, Утлюкським та Молочним лиманами – 390 км. У 2021 році абразія активно руйнувала 100 км узбережжя, ще 21,5 км зазнавали зсувів, з яких укріплено лише 6 км. Середня швидкість абразії – 1,5 м/рік, а відступ берега сягав 0,7-2,7 м. Активізація процесу пов'язана зі щорічним підвищенням рівня моря на 1 см [6, с. 82-83].

Моніторинг екзогенних геологічних процесів у Херсонській області охоплював такі абразійно-зсувні території:

- берегова смуга півострова Хорли (10,5 км) має переважно абразійний характер. У 2018 році спостерігалось незначне відступання плато до 0,07 м/рік на ділянках 1,2 км на північному заході та півдні. Морфометрична зйомка зафіксувала слабе абразійне розмивання північно-західної частини берега;

- на 15-кілометровій абразійній ділянці Чорноморського узбережжя між озерами Устрічне та Кефальне абразія охопила половину берега. У 2018 році максимальне руйнування досягло 3,4 м, середній рівень – до 1 м/рік, площа ушкоджень становила 2750 м<sup>2</sup>;

- лівий абразійно-зсувний схил Дніпро-Бузького лиману між Станіславом і дачами має довжину 6,2 км. У 2011 році швидкість абразії складала 0,38 м/рік на Миколаївщині і 0,44 м/рік на Херсонщині, площа зсувних відторгнень – 2608 м<sup>2</sup>;

- на абразійному березі Утлюкського лиману (ділянка 24 км від Комисарівки до Генічеська) за період з 2010 по 2018 рік брівка плато відступала зі швидкістю близько 0,7 м/рік. Загальна площа відокремленого плато склала – 2900 м<sup>2</sup>, об'єм – 159800 м<sup>3</sup> (17750 м<sup>3</sup>/рік). [8, с. 152-157].

У Миколаївській області активізувалися 15 із 23 зсувів (65%), що охопили 1957 м<sup>2</sup> узбережжя. Із 17,8 км небезпечного берега укріплено 7,8 км (44%). Зафіксовано відокремлення 2205 м<sup>2</sup> плато через абразійно-зсувні та обвальні процеси. Найбільш інтенсивні зміни – між селом Рибаківка та Бузьким лиманом. Абразійно-зсувна смуга від м. Очакова до с. Морського охоплює кілька ділянок:

- відрізок між Тилігульським і Березанським лиманами (16 км) з абразійно-зсувними процесами, де зафіксовано 17 зсувів на площі 853 тис. м<sup>2</sup> (2 впорядковані, 3 плануються, 12 природні);

- узбережжя між Березанським лиманом і мисом Очаків (7,3 км), з яких 4,5 км абразійно-зсувні, а 2,8 км – абразійно-обвальні, з 6 зсувами;

- ділянка від Лагерної коси до західної частини Очакова (2,8 км) з лесовою рівниною та крутими схилами (9–26 м), де спостерігаються абразійно-обвальні процеси;

- на правому березі Бузького лиману (111,5 м) виявлено 71 зсув у 2018 році, з яких 25 активні; у 2007–2011 роках – 97 зсувів, 42 з яких пов'язані з будівництвом;

Ділянка морського узбережжя від тилової частини Лагерної коси до західної околиці м. Очаків, де спостерігається природна абразія, має абразійно-обвальний характер і простягається на 1,1 км [7, с. 89-90].

У 2023 році на 86-кілометровій абразійно-зсувній ділянці узбережжя Чорного моря в межах Одеської області обстежено 74 зсуви: 17 – у природному стані, на 35 проведено повний комплекс протизсувних робіт, на 22 – часткові заходи. Ознаки активізації зафіксовано на 30 з них (41%).

У 2020–2022 роках на узбережжі Чорного моря в межах Одеської області внаслідок абразії та зсувів від плато відокремилось 10 276 м<sup>2</sup> території (в середньому 5 138 м<sup>2</sup> на рік). Найбільші втрати (80% - 8 217 м<sup>2</sup>) зафіксовано між Дністровським і Сухим лиманами. Інші значущі ділянки: Крижанівка – Великий Аджалицький лиман (9% - 900 м<sup>2</sup>), Великий – Малий Аджалицький (5,8% - 598 м<sup>2</sup>) та Малий Аджалицький – Тилігульський лимани (5% - 536 м<sup>2</sup>). Найменші зміни (0,2% – 25 м<sup>2</sup>) спостерігались між Люстдорфською балкою та Крижанівкою.

З 2020 по 2023 рік на абразійно-обвальних ділянках від оз. Бурнас до Будацького лиману та від гирла р. Барабой до Санжійського маяка відокремилась площа 7 231,0 м<sup>2</sup>, що становить 3 615,0 м<sup>2</sup> в середньому на рік [10, с. 116].

Берегова лінія Криму має довжину 715 км, з яких 520 км пошкоджені зсувами та абразією. Відступ південного обриву гір біля Ялти складає 2 мм на

рік. На Південному березі Криму поширені великі лінійні зсуви (460-2500 м завдовжки) на крутих схилах (11-23°), а на південному заході домінують блокові зсуви (18-180 м) на менш крутих схилах (10–22°). На Тарханкутському півострові відзначаються фронтальні зсуви (99-239 м завдовжки). На Керченському півострові зсуви пов'язані з нахилом неогенових вапняків на півночі та лесових порід на заході [1, с. 144-146].

Для запобігання руйнуванню берегової лінії абразією та зсувам ґрунту, що загрожують економічним об'єктам і прибережним територіям, розроблено систему захисних заходів. Вона включає будівництво гідротехнічних споруд та впровадження інженерних рішень, таких як:

- проведення робіт по використанню спеціальних засобів та технологій закріплення ґрунтів;
- встановлення підпірних стін біля основи схилів, схильних до зсувів;
- організація відведення поверхневих вод за допомогою спеціальних каналів і перехоплення підземних вод у верхній частині схилів дренажними канавами;
- встановлення особливого протизсувного режиму, що передбачає створення охоронних зон і обмеження на використання будівель, споруд та господарську діяльність на цих територіях [3, с. 40; 5, с. 153-154].

Отже зважаючи на важливість дослідження впливу геолого-геоморфологічних процесів, було проведено їх аналіз та визначено шляхи вирішення. Однак комплексне розв'язання проблем берегоукріплення, подолання екологічних наслідків, захисту природних ресурсів можливе лише на державному рівні після війни із залученням місцевих ресурсів [4, с. 186].

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Байцар А. Л. Географія Криму : навч.-метод. посіб. Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2014. 358 с.
2. Звіт про НДР за темою № 17/1.1-24 Здійснення оцінки ризиків вразливості прибережних територій до змін клімату. Харків: УКРНДІЕП, 2024. 116 с. URL: <https://mepr.gov.ua/wp-content/uploads/2025/02/Zdijsnennya-otsinky-ryzykiv-ta-vrazlyvosti-prybereznyh-terytorij-do-zminy-klimatu.pdf> (дата звернення: 12.02.2025).
3. Інженерний захист територій, будівель і споруд від зсувів та обвалів. Основні положення: затв. Наказом Міністерства регіонального розвитку, будівництва та житлово-комунального господарства України від 25.04.2017 р. №

96. К.: Міністерство регіонального розвитку, будівництва та житлово-комунального господарства України. 2017. 47 с.

4. Непша О. В. Екзогенні геологічні процеси берегової зони Азовського моря в межах території Запорізької області. *Географія та туризм: Матеріали VII Всеукраїнської науково-практичної Інтернет-конференції Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди* (28 лютого 2024 р., м. Харків) / за заг. ред. Лоцмана П. І. Харків: ХНПУ ім.Г.С.Сковороди, 2024. С. 182-187.

5. Куліков П.М., Петроченко О.В., Кузьмін Р.І. та ін. Проектування, інженерно-біотехнічне впорядкування та експлуатація водоохоронних зон водних об'єктів: навч. посібник / За ред. О.В. Петроченко, В.В. Гребеня, В.К. Хільчевського, А.І. Томільцевої. Київ: Видавничий дім «АртЕк», 2021. 442 с.

6. Регіональна доповідь про стан навколишнього природного середовища Запорізької області у 2023 році. Запоріжжя, 2024. 188 с.

7. Регіональна доповідь про стан навколишнього природного середовища Миколаївської області у 2023 році. Миколаїв, 2024. 196 с.

8. Регіональна доповідь про стан навколишнього природного середовища Херсонській області у 2019 році. Херсон, 2020. 244 с.

9. Щорічна доповідь про стан навколишнього природного середовища в Донецькій області у 2023 році. Краматорськ, 2024. 167 с.

10. Щорічна доповідь про стан навколишнього природного середовища Одеської області у 2023 році. Одеса, 2024. 222 с.

**М. О. Цапенко**

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ПАМ'ЯТКИ ПРИРОДИ ДОЛИНИ РІЧКИ ВІЛЬНЯНКА ЯК ОБ'ЄКТИ КРАЄЗНАВЧО-ТУРИСТИЧНОЇ РОБОТИ В ШКОЛІ**

Краєзнавчо-туристична діяльність є важливою потребою суспільства, оскільки допомагає поєднати навчання з нагальними питаннями соціально-економічного розвитку та культурно-духовного відродження України, а також готує учнів до суспільно-корисної праці та майбутньої професії.

Глибоке розуміння рідного краю неможливе без дослідження його історії, культури, природних особливостей та інших аспектів. Саме такий комплексний підхід до вивчення місцевості є сутністю краєзнавства.

Краєзнавство – це всебічне дослідження конкретної території (регіону, області, міста тощо), що часто здійснюється місцевими жителями. Його головна мета – вивчення природи, економіки, історичного минулого та культурної спадщини рідного краю з метою отримання знань, проведення наукових досліджень, навчання, виховання та застосування на практиці.

Туризм – це активний вид відпочинку, що передбачає подорожі поза межі звичного місця проживання у вільний час. Такі поїздки поєднують у собі відновлення сил, покращення здоров'я, отримання нових знань, заняття спортом та культурні розваги.

Зв'язок між туризмом і краєзнавством є взаємовигідним: туризм розширює знання про рідний край, а краєзнавство використовує туризм як ефективний метод навчання [2, с. 29-31].

Річка Вільнянка, ліва притока Дніпра, починається біля села Зелене, за 3 км від міста Вільнянська, назва якого походить від річки (рис. 1). Вона тече переважно на захід і впадає у Дніпровське водосховище біля південної частини села Вільноандріївки. Довжина річки становить 19,7 км, а площа її басейну – 207 км<sup>2</sup>. Ширина річища коливається від 3-5 метрів до 50 метрів, а глибина – переважно від 2 до 5 метрів. Швидкість течії становить від 0,1 до 0,3 м/с. Річка є типовою рівнинною річкою з переважно сніговим живленням. Береги річки вкриті водною рослинністю, серед якої домінує очерет південний. У річці мешкають такі риби, як короп, карась, краснопірка та пічкур. Будівництво греблі ДніпроГЕС у 1932 році призвело до певних змін у річці. Зокрема, гирло річки та заплава лівого берега були затоплені водами Дніпровського водосховища на 1 км, а в її нижній течії утворилася затока довжиною 4 км. Заплава в нижній частині затоплена. Річище в багатьох місцях перегороджене дамбами, які утворюють каскад ставків [4; 8, с. 37; 9, с. 10-11].



Рис. 1. Річка Вільнянка між м. Вільнянськ і с. Біляївка [4]

Правою притокою річки Вільнянки є балка Вербова, яка в минулому була річкою (Рис. 2). Зміни клімату та посухи на півдні України призвели до її періодичного пересихання, внаслідок чого утворилася балка з кількома ставками в селах Георгіївське, Гнаровське, Новотроїцьке, Грізне та Новогупалівка. Балка, що тягнеться від численних витоків приблизно на 22,41 км у західному та південно-західному напрямку, впадає у Вільнянку за 0,4 км на північ від північно-західної околиці Михайлівки. У 1987 році ця територія площею 10 га була оголошена ботанічним заказником місцевого значення. Свою назву балка отримала ще в 1861 році через велику кількість верб, що росли на її вологому дні. Завдяки помірно континентальному клімату та родючим чорноземно-каштановим ґрунтам, схили балки вкриті різноманітною рослинністю: трав'янистими багаторічниками, напівчагарниками та невеликими кущами, серед яких трапляються рідкісні види, такі як горицвіт весняний та катран татарський [1; 9, с. 9; 10].





Рис. 2. Ботанічний заказник «Цілинна балка Вербова» [10]

У басейні річки Вільнянка розташовані два водоспади. Один із них, Вербовий (також відомий як Гнаровський), знаходиться між селами Гнаровським та Георгіївським на балці Вербова (Рис. 3). Цей водоспад є штучним, оскільки утворився внаслідок будівництва дамби на річці. Він складається з двох каскадів, облицьованих каменем, і бере свій початок зі ставка Гнаровський нижній. У період активного водотоку навесні та восени висота водоспаду сягає 1,6 метра, а ширина – 3,5 метра.



Рис. 3. Водоспад Вербовий (Гнаровський) [6]



На північно-східній околиці села Дерезівка розташований другий водоспад, відомий як Вільнянський або Дерезівський (рис. 4). Як і попередній, він є штучним утворенням, що з'явилося внаслідок спорудження дамби на річці Вільнянка між селами Дерезівка та Гарасівка. Його висота становить 3 метри, а ширина потоку – 1,2 метра. Вода спадає по гранітній основі, що, всупереч штучному походженню, надає водоспаду природної краси [3, с. 12; 7, с. 99-100].



Рис. 4. Водоспад Вільнянський (Дерезівський) [5]

Наші дослідження підкреслюють важливість краєзнавчо-туристичної діяльності в школі як засобу поєднання навчання з актуальними питаннями розвитку суспільства та виховання патріотизму. Дослідження природних об'єктів басейну річки Вільнянка виявило значний потенціал цієї території для використання в освітньому процесі, зокрема на уроках географії.

Річка Вільнянка з її характерними особливостями (довжина, ширина, глибина, швидкість течії, рослинність, фауна, зміни внаслідок будівництва ДніпроГЕС) та її притока – балка Вербова з ботанічним заказником, а також два штучні водоспади (Вербовий/Гнаровський та Вільнянський/Дерезівський) є цінними природними пам'ятками.

Ці об'єкти можуть слугувати чудовою базою для організації краєзнавчих екскурсій, навчальних проєктів та практичних робіт для школярів. Вивчення цих природних особливостей допоможе учням глибше зрозуміти географічні процеси, екологічні взаємозв'язки, а також оцінити природну спадщину рідного краю.



Таким чином, природні пам'ятки долини річки Вільнянка є перспективними об'єктами для активізації краєзнавчо-туристичної роботи в школі, сприяючи всебічному розвитку учнів та їхньому зв'язку з рідною землею. Подальше дослідження та популяризація цих об'єктів може сприяти розвитку місцевого туризму та екологічної свідомості.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Ботанічний заказник «Цілинна балка Вербова». Zruchno.Travel: веб-сайт. URL: <https://zruchno.travel/ObjectEntity/ObjectEntity?idCrm=68befb18-5d19-054d-f71a-58dcb906b604&lang=ua#myNavbar> (дата звернення 23.03.2025).
2. Браславська О.В., Рожі І. Г. Краєзнавство і туризм. Навчальний посібник. Умань : ВПЦ «Візаві», 2022. 307 с.
3. Важненко К., Пітюренко Н. І в степу бувають водоспади. Збірка матеріалів учасників Обласної краєзнавчої конференції учнівської молоді «Краєзнавчі нариси Запорізької землі» у 2017 н. р. Ч. 1. / за ред. Янущенка Д.В., Солохи О.В. Запоріжжя : КЗ «Центр туризму» ЗОР, 2019. С. 8-15.
4. Вільнянка (притока Дніпра). Wikiwand: веб-сайт. URL: [https://www.wikiwand.com/uk/articles/%D0%92%D1%96%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8F%D0%BD%D0%BA%D0%B0\\_\(%D0%BF%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BE%D0%BA%D0%B0\\_%D0%94%D0%BD%D1%96%D0%BF%D1%80%D0%B0\)](https://www.wikiwand.com/uk/articles/%D0%92%D1%96%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8F%D0%BD%D0%BA%D0%B0_(%D0%BF%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BE%D0%BA%D0%B0_%D0%94%D0%BD%D1%96%D0%BF%D1%80%D0%B0)) (дата звернення 23.03.2025).
5. Дерезівка. Водоспад. Україна Інкогніта: веб-сайт. URL: <https://ukrainaincognita.com/zaporizka-oblast/vilnyanskyi-raion/derezivka/derezivka-vodospad#> (дата звернення 23.03.2025).
6. Каскадний водоспад. Velocian: веб-сайт. URL: <https://velocian.com.ua/sights/1358> (дата звернення 23.03.2025).
7. Похилько Д. Водоспади Вільнянського краю. *Краєзнавчі нариси Запорізького краю*: збірник матеріалів Обласної краєзнавчої конференції учнівської молоді (Запоріжжя, 15 листопада 2023 р.). Запоріжжя : КЗ «Запорізький обласний центр туризму і краєзнавства, спорту та екскурсій учнівської молоді» Запорізької обласної ради, 2024. С. 98-102.
8. Регіональна доповідь про стан навколишнього природного середовища Запорізької області у 2023 році. Запоріжжя, 2024. 188 с.
9. Рогатіна Я.О. Мандруємо Вільнянщиною: туристсько-краєзнавчі походи Вільнянським районом Запорізької області. Методичні рекомендації. Запоріжжя : КЗ «Центр туризму» ЗОР, 2019. 24 с.

10. Цілинна балка Вербова. Velocian: веб-сайт. URL: <https://velocian.com.ua/sights/1359> (дата звернення 23.03.2025).

*А.Б. Тимусяк*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет імені  
Богдана Хмельницького

## **ФОРМУВАННЯ КАРТОГРАФІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ГЕОГРАФІЇ**

У сучасних умовах розвитку освіти особливого значення набуває професійна підготовка майбутніх учителів географії, яка передбачає формування у них низки ключових компетентностей. Однією з найважливіших є картографічна компетентність, адже карта – це основний засіб пізнання просторових процесів і явищ у географії. Вміння читати, аналізувати, створювати і використовувати карти є фундаментальним для успішної професійної діяльності вчителя географії. Використання картографічних матеріалів є одним із ключових і водночас специфічних методів викладання географії. Карта виступає основним джерелом просторової інформації, що дозволяє учням формувати цілісне уявлення про розташування географічних об'єктів. Жоден опис чи зображення не здатні настільки точно передати просторову структуру території, як це робить карта [2,3].

Картографічна компетентність – це інтегрована здатність учнів ефективно використовувати картографічні знання, уміння і навички у навчальному процесі та повсякденному житті. Вона включає в себе такі складові:

- розуміння основ картографії, геодезії, топографії та геоінформатики;
- уміння читати, інтерпретувати, аналізувати різні види географічних карт;
- навички створення карт за допомогою традиційних та цифрових інструментів;
- здатність інтегрувати картографічні матеріали в навчальний процес [1].

Картографічна компетентність формується поступово в процесі професійної підготовки, практичної діяльності та самоосвіти.

Картографічний метод займає важливе місце у процесі розвитку географічного мислення школярів, формуючи навички орієнтування та аналізу просторових даних. Уміння працювати з картами необхідне не лише в галузі географії, а й у таких сферах як геологія, ботаніка, промисловість, сільське господарство, міжнародні відносини тощо [3].

Постійна робота з картографічними матеріалами сприяє розвитку пам'яті, мислення, мовлення, а також формує здатність самостійно здобувати географічні знання. Саме тому дослідження методики використання карт у навчальному процесі та формування картографічної компетентності набуває особливої актуальності, зважаючи на складну ситуацію у сфері середньої освіти.

Проблематика використання географічних карт у навчанні є предметом вивчення численних українських та зарубіжних дослідників таких як Я.І. Жупанський, Т.І. Козаченко, Л.Г. Руденко, А.П. Божко, О.В. Шевченко та інші [2].

Використання карт у шкільному курсі географії має вирішувати два головні завдання: сприяти засвоєнню навчального матеріалу з фізичної, економічної географії та історії, а також формувати у школярів картографічні навички, основи просторової грамотності [6].

Шкільна програма передбачає ознайомлення учнів з елементами карт, математичною основою, умовними знаками, типами карт та методами їх аналізу. Учитель географії повинен не лише сам володіти картографічними знаннями, а й уміти формувати їх у своїх учнів. Від рівня картографічної компетентності вчителя залежить якість викладання предмету, ефективність навчання та зацікавленість учнів у вивченні географії.

Для вчителя географії карта є не лише засобом наочності, а й інструментом пізнання. Високий рівень картографічної компетентності дає змогу педагогу:

- ефективно пояснювати просторові зв'язки і географічні закономірності;
- навчати учнів самостійно працювати з картами;
- сприяти формуванню картографічної грамотності у школярів;
- використовувати сучасні цифрові карти та геоінформаційні технології;
- стимулювати інтерес до географії як науки [4,5,6].

Таким чином, картографічна компетентність є необхідною умовою для формування повноцінного образу світу в учнів та розвитку їхньої просторової уяви.

Формування картографічної компетентності майбутніх учителів географії реалізується через:

1. Освітні дисципліни: курси з картографії, геоінформатики, топографії, методики навчання географії [2].
2. Практичні заняття: робота з фізичними та тематичними картами, аналіз просторових даних, складання карт-схем [3].
3. Використання ГІС: впровадження у навчальний процес геоінформаційних систем (QGIS, ArcGIS тощо) для створення і аналізу цифрових карт.
4. Проектна діяльність: виконання індивідуальних і групових мініпроектів, зокрема створення ментальних, історичних, тематичних карт.
5. Польові практики: набуття досвіду збору просторової інформації та її подальшого відображення на карті.
6. ІКТ-компетентність: використання онлайн-карт, мобільних застосунків, геосервісів (Google Earth, OpenStreetMap) [4].

Також важливим є розвиток самостійності студентів, критичного мислення та здатності до креативного застосування картографічних знань у педагогічній практиці.

Серед проблем формування картографічної компетентності варто відзначити недостатню матеріально-технічну базу закладів освіти, обмежений доступ до сучасних ГІС-програм, а також низьку мотивацію студентів до освоєння картографічних технологій.

Перспективними напрямками є модернізація змісту освіти, створення інтегрованих курсів, підвищення рівня цифрової грамотності та розвиток міждисциплінарних зв'язків.

Таким чином, картографічна компетентність є ключовою складовою професійної підготовки майбутніх учителів географії. Її формування вимагає системного підходу, інтеграції сучасних технологій, активного залучення студентів до практичної діяльності та постійного вдосконалення освітнього процесу. Високий рівень картографічної компетентності забезпечує не лише якісне викладання географії, а й формування просторового мислення учнів.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андреева Т. О. Картографічна компетентність у системі професійної підготовки майбутнього вчителя географії. К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2020. 124 с.
2. Гладкий Ю. М., Топчієв О. Г. Методика викладання географії. Одеса: Астропринт, 2017. 240 с.
3. Довгань Г. Д. Картографічна грамотність у шкільному курсі географії. *Географія та основи економіки в школі*. 2019. № 7. С. 3-8.
4. Нагорна О. І. Використання ГІС у навчанні географії: досвід і перспективи. *Інформаційні технології в освіті*. 2021. № 39. С. 105-112.
5. Непша О.В. Методичні аспекти формування картографічної грамотності учнів під час вивчення шкільного курсу географії. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2022. №4. С.106-110.
6. Плахотнік О. В. Формування цифрової картографічної компетентності майбутнього вчителя. *Педагогічні науки*. 2022. № 96. С. 56-62.

**Є.В. Чернов**

Мелітопольський державний  
педагогічний університет імені  
Богдана Хмельницького

## МЕТОДИКА ОРГАНІЗАЦІЇ ТА ВПРОВАДЖЕННЯ НЕСТАНДАРТНИХ ФОРМ НАВЧАННЯ В ШКІЛЬНОМУ КУРСІ ГЕОГРАФІЇ

Постійне вдосконалення освітньої системи зумовлене суспільними змінами. Підвищення якості навчання та виховання учнів залишається пріоритетом у сучасній методиці викладання географії. Реформування шкільної освіти та впровадження нових педагогічних технологій є ключовими для інтелектуального, творчого та морального розвитку учнів. Географія має значний потенціал для сприяння культурному та особистісному становленню школярів, відповідаючи на суспільний запит щодо розвитку особистості, гуманізації освіти та реалізації виховного потенціалу предмета [1,4].

Урок як форма організації навчання є гнучким і включає різноманітний зміст, що дозволяє використовувати відповідні методи та прийоми. На уроці поєднуються фронтальні, колективні та індивідуальні форми роботи, що не лише урізноманітнює навчальний процес, а й приносить учням задоволення від навчання.

Нетрадиційні уроки є однією з форм організації навчання та виховання школярів. Їх ефективність добре відома, оскільки такі заняття наближають навчання до реального життя. Учні із задоволенням беруть участь у таких уроках, оскільки вони вимагають не лише знань, а й кмітливості та творчості. Нетрадиційні уроки сприяють диференціації навчання, організації самостійної пізнавальної діяльності учнів та проведенню фізичних експериментів [3].

У сучасних умовах розвитку освіти дедалі більшої актуальності набуває впровадження нових підходів до організації навчального процесу. Серед них важливе місце займають нестандартні форми навчання, які дозволяють активізувати пізнавальну діяльність учнів, сприяти розвитку критичного мислення, креативності, а також формуванню ключових і предметних компетентностей. Географія як шкільний предмет має великий потенціал для реалізації таких форм.

Під нестандартними формами навчання розуміють такі організаційні форми, які відрізняються від традиційного уроку за структурою, методом подачі матеріалу або типом діяльності учнів. Наведемо приклади таких уроків:

1. Урок-подорож – форма, де учні віртуально подорожують певною країною або регіоном, використовуючи карти, відео, презентації.
2. Географічний квест – учні виконують завдання на станціях, пов'язані з географічними поняттями, орієнтуванням на місцевості, екологічними проблемами.
3. Урок-дослідження – учні аналізують статистичні дані, карти, супутникові знімки, роблять висновки, презентують результати.
4. Ділова гра «ООН: вирішуємо кліматичну кризу» – імітація міжнародного саміту, де учні представляють різні країни, пропонують рішення.
5. Проектна діяльність – наприклад, створення міні-проектів на тему «Моя місцевість у географічному аспекті» [3,6].

Сучасні нетрадиційні технології навчання є інструментом для створення освітнього простору, що сприяє розвитку творчих здібностей учнів. Вони мають великий потенціал для застосування в навчанні географії. Педагогічні можливості та значення нетрадиційних технологій як засобу навчально-виховної

діяльності відзначають у своїх дослідженнях як провідні науковці так методисти загальноосвітніх навчальних закладів. Важливість формування в учнів загальних уявлень і понять природничої спрямованості за допомогою нетрадиційних форм уроків підкреслюють у своїх роботах Л.П. Вішнікіна, Т.С. Япринець та інші. У методичній спадщині цих науковців розроблено теоретичні та практичні засади формування природничих уявлень і понять, наведено конкретні методичні рекомендації щодо проведення нетрадиційних уроків [2,7].

Зниження рівня знань учнів часто пов'язують із якістю уроків: шаблонністю, одноманітністю, формалізмом. Багато вчителів шукають способи мотивації, залучення учнів до активної роботи, урізноманітнення форм подачі нового матеріалу. Відмова від традиційного уроку недоцільна, але використання нестандартних, оригінальних прийомів необхідне для активізації розумової діяльності учнів і підвищення мотивації до навчання. Це не заміна старих уроків, а їх доповнення та модифікація, що підвищує інтерес і сприяє вдосконаленню навчального процесу. На таких уроках учні зацікавлені, їхня працездатність зростає, а результативність уроку підвищується.

Такі форми сприяють підвищенню мотивації до навчання, залученню до практичної діяльності, формуванню навичок співпраці.

Ефективне впровадження нестандартних форм передбачає дотримання певних методичних принципів:

1. Цілеспрямованість – визначення конкретної мети й очікуваних результатів заняття.
2. Принцип науковості та доступності – матеріал повинен відповідати віковим особливостям учнів.
3. Інтерактивність – активне залучення учнів до навчального процесу.
4. Комплексність – поєднання різних видів діяльності: дослідницької, практичної, творчої.
5. Інтегрованість – можливість поєднання знань з географії з іншими предметами (біологією, історією, економікою) [5].

Однак, незважаючи на теоретичну та практичну значущість слід виділити переваги та труднощі використання нестандартних форм. Наприклад до переваг ми можемо віднести – підвищення інтересу до предмета; розвиток навичок роботи з інформацією; покращення комунікативних умінь школярів; формування географічної компетентності.

А до проблемних питань – потребу у значному методичному та матеріальному забезпеченні; обмежений час у межах навчального плану;

недостатня підготовка деяких учителів до впровадження нових форм; потреба в адаптації під кожен клас.

Таким чином, нестандартні форми навчання є важливим інструментом модернізації географічної освіти в школі. Вони дозволяють зробити урок цікавим, практико орієнтованим, сприяють формуванню цілісного уявлення про світ. Ефективне застосування таких форм можливе лише за умов методичної підготовки вчителя, наявності відповідного дидактичного матеріалу та готовності учнів до активної пізнавальної діяльності.

Структура та форми організації навчальної роботи мають принципове значення в теорії та практиці сучасного уроку, оскільки значною мірою визначають ефективність та результативність навчання.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андреева О. В. *Інноваційні методи навчання у шкільній географії*. К.: Освіта, 2020. 144 с.
2. Вішнікіна Л. П. Методичні рекомендації до проведення нестандартних уроків географії. Донецьк : ДонНУ, 2012. 96 с.
3. Гільберг Т. Г. Методика навчання географії. К.: Знання, 2019. 280 с.
4. Державний стандарт базової середньої освіти : затв. постановою Кабінету Міністрів України від 30.09.2020 № 898 URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/898-2020-п> (дата звернення: 02.04.2025)
5. Сорокіна Т. В. Активізація навчальної діяльності учнів на уроках географії. Х.: Ранок, 2018. 128 с.
6. Червона С. П. Нестандартні уроки як засіб формування ключових компетентностей. *Географія та економіка в рідній школі*. 2021. № 3. С. 25-28.
7. Япринець Т. С., Шуканова А. А. Дидактичні умови впровадження інтерактивного навчання географії в школі. *Регіон–2010: стратегія оптимального розвитку* : матер. наук.-практ. конф. з міжнар. участю. Х.: ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2010. С. 364-375.



*Є.М. Шукало*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет імені  
Богдана Хмельницького

## **ТРАНСНАЦІОНАЛЬНІ КАМΠΑНІЇ ТА ЇХ РОЛЬ В УМОВАХ ГЛОБАЛІЗАЦІЇ СВІТОВОГО ГОСПОДАРСТВА**

Глобалізація світового господарства – це процес поглиблення взаємозв'язків між національними економіками, що проявляється у зростанні міжнародної торгівлі, інвестицій, міграції та трансферу технологій. Впродовж другої половини XX століття, а особливо останніми десятиліттями, транснаціональні корпорації (ТНК) стали ключовими учасниками міжнародних економічних процесів, одними із ключових суб'єктів цього процесу, які суттєво впливають на структуру і динаміку світового ринку. У XXI столітті роль ТНК лише зростає, що зумовлює необхідність глибокого аналізу їхньої функції в умовах глобалізації.

Транснаціональні компанії – це великі підприємства, які здійснюють виробничу, інвестиційну та торговельну діяльність у кількох країнах, маючи штаб-квартиру в одній державі (країні базування), але філії, дочірні підприємства або підрозділи за кордоном.

Поширення транснаціональних структур стало можливим завдяки структурним змінам у світовій економіці XIX століття. Промислова революція дала поштовх до формування масового і спеціалізованого виробництва, що забезпечило переваги у конкурентній боротьбі та дозволило отримувати високі прибутки.

За даними ЮНКТАД (2023), у світі нараховується понад 80 тисяч ТНК, які контролюють близько 900 тисяч закордонних підрозділів. Вони забезпечують понад третину обсягу світової торгівлі та близько 25% світового ВВП. Серед провідних галузей діяльності найбільших ТНК домінують фінансовий сектор (23%), нафтогазова промисловість (6%), страхові й сервісні компанії (по 6%), а також виробництво товарів повсякденного попиту (5%) [1]. Це дозволяє ТНК утримувати позиції сили, посилюючи залежність менш розвинених країн [3].

Лідером за кількістю транснаціональних корпорацій залишаються США (540 компаній), далі йдуть Китай (249) і Японія (219). У десятку також входять Велика Британія, Південна Корея, Франція, Індія, Канада, Німеччина та Тайвань

Основні напрямки діяльності ТНК та їх роль в умовах глобалізації.

#### 1. Інтернаціоналізація виробництва

ТНК розміщують виробництво у тих країнах, де наявні сприятливі умови: дешева робоча сила, вигідне оподаткування, доступ до сировини. Це дозволяє знижувати витрати і підвищувати конкурентоспроможність продукції. Наприклад, компанія Apple проектує свою продукцію в США, виготовляє компоненти в Японії та Південній Кореї, а збирає в Китаї.

#### 2. Передача технологій та інновацій

Завдяки ТНК відбувається передача сучасних технологій з розвинених країн у країни, що розвиваються. Це сприяє модернізації виробництва, підвищенню кваліфікації робочої сили та зростанню продуктивності. Разом з тим, виникає ризик технологічної залежності країн-реципієнтів [2].

#### 3. Вплив на ринки праці та зайнятість

ТНК створюють нові робочі місця, особливо в країнах, що розвиваються. Водночас іноді це супроводжується зниженням стандартів праці, експлуатацією дешевої робочої сили та відсутністю соціального захисту працівників. Наприклад, численні розслідування свідчать про порушення трудових прав у фабриках Nike, H&M та інших [3].

#### 4. Економічна та політична влада

ТНК мають колосальні фінансові ресурси, які часом перевищують бюджети окремих країн. Наприклад, дохід компанії Walmart у 2022 році перевищив ВВП таких країн, як Нова Зеландія чи Угорщина [4]. Це дає їм можливість впливати на економічну політику, лобіювати інтереси та формувати глобальні тренди.

#### 5. Уніфікація споживчої культури

Через глобальні маркетингові стратегії ТНК поширюють стандартизовану продукцію (бренди як Coca-Cola, McDonald's, Microsoft), що призводить до уніфікації споживчих уподобань та культурної гомогенізації. З одного боку, це спрощує взаємодію, з іншого – сприяє витісненню локальних традицій і виробників [2,3].

Отже узагальнимо основні переваги й недоліки, що викликані активною діяльністю ТНК.

До основних переваг ТНК належать:

- інвестиції в економіку та можливість уникати бар'єрів при виході на іноземні ринки завдяки прямим іноземним інвестиціям;

- гнучкість у розміщенні виробництва, що дозволяє переміщувати ресурси та технології між країнами;
  - підвищена конкурентоспроможність за рахунок використання дешевої робочої сили або ресурсів;
  - створення робочих місць і розвиток інфраструктури
- Втім, діяльність ТНК має і негативні наслідки:
- вони зосереджують увагу на найбільш прибуткових секторах, витісняючи місцеві компанії;
  - експлуатація природних і людських ресурсів;
  - можуть припинити діяльність у разі кризи, що загрожує економічною нестабільністю та зростанням безробіття;
  - екологічні проблеми [5].

В Україні діяльність ТНК розвивається переважно в таких секторах, як агропромисловість (Monsanto, Cargill), енергетика (Shell, ArcelorMittal), телекомунікації (Kyivstar, Vodafone). Також найпривабливішими для інвестування залишаються харчова промисловість, фінансовий сектор, торгівля та фармацевтика. Сюди надходять капітали переважно з Кіпру, Нідерландів, Німеччини [5].

Присутність ТНК забезпечує доступ до іноземних інвестицій, нових технологій і ринків, але також викликає побоювання щодо витіснення національного капіталу. Згідно з даними НБУ, прямі іноземні інвестиції в Україну у 2023 році склали понад 3,3 млрд доларів США, значну частину яких забезпечили ТНК [5].

Таким чином, транснаціональні компанії є рушійною силою глобалізації, яка формує сучасну економічну систему. Вони прискорюють економічний розвиток, сприяють поширенню інновацій, але водночас несуть потенційні загрози соціального, економічного та екологічного характеру. Ефективна взаємодія з ТНК потребує збалансованої політики, яка дозволяє отримати переваги глобалізації, мінімізуючи її негативні наслідки.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Forbes. Global 2000: The World's Largest Public Companies URL: <https://www.forbes.com/global2000> (дата звернення: 02.04.2025)
2. Human Rights Watch. Reports on Labor Rights URL: <https://www.hrw.org> (дата звернення: 02.04.2025)

3. UNCTAD. World Investment Report 2023 URL: <https://unctad.org/publication/world-investment-report-2023> (дата звернення: 02.04.2025)
4. Дорогунцов С.І. Міжнародна економіка. Київ : КНЕУ, 2021. 412 с.
5. Національний банк України. Звіт про платіжний баланс України за 2023 рік URL: <https://bank.gov.ua> (дата звернення: 02.04.2025)

**УДК 316:001****АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ СОЦІАЛЬНИХ ТА ГУМАНІТАРНИХ  
НАУК*****Gulnar Huseynova***

Nakhchivan Teachers Institute

Doctoral student

[huseynovag110@gmail.com](mailto:huseynovag110@gmail.com)**INTERDISCIPLINARY CONNECTIONS AND THE DEVELOPMENT  
OF STUDENT'S PROFESSIONAL COMPETENCIES: NEW APPROACHES  
AND ANALYSIS**

In the modern era, the rapid acceleration of scientific and technological progress, along with the evolving demands of the labor market, necessitates the implementation of new approaches in the education system. Due to the rapid development of technology and innovation in a globalized world, professional fields are becoming increasingly complex, forming multidisciplinary directions that integrate various fields of knowledge. This process highlights the insufficiency of traditional subject-based teaching models, as real-world problems are often solved using knowledge and methods from multiple scientific disciplines. Therefore, establishing interdisciplinary connections in education plays a crucial role in the development of students' professional competencies.

Interdisciplinary connections enable students to correlate, integrate, and apply knowledge from different fields to solve complex problems. This approach not only allows them to acquire theoretical knowledge but also helps them apply this knowledge in practice. For instance, professionals working in technology and engineering must combine mathematics, programming, and physics to develop innovative solutions. Similarly, individuals in economics and management need to understand statistical analysis, law, and social sciences to adapt to the changing dynamics of the global market. Moreover, specialists in the medical field must possess knowledge in biology, chemistry, informatics, and even ethical considerations.

World experience shows that successful education systems are focused on developing students' interdisciplinary skills. For example, in Finland, curricula are based on a project-based approach that integrates different subjects. In the United

States, the STEAM approach allows students to learn by integrating various fields, starting from school education. Countries like Japan and Singapore create favorable conditions for more effective development of professional competencies by combining interdisciplinary connections with practice-based teaching methods.

The main objective of this research is to demonstrate the significance of the interdisciplinary approach in the modern education system and to provide recommendations for its development.

### **The essence of interdisciplinary connections**

Interdisciplinary connections are an important pedagogical principle that serves to complement knowledge from different subjects and foster the formation of new approaches through the integration of various fields. This concept encourages learners to bring together knowledge from different areas, integrate scientific methods and theories, and develop a comprehensive approach to complex problems. Interdisciplinary connections play a crucial role not only in the education system but also in scientific research and practical activities.

This approach enhances the quality of education while also developing students' logical thinking, creativity, and research skills. Through interdisciplinary connections, students learn to assess knowledge not only within a specific subject but also in a broader context and to apply it in real life. For example, an engineer must use knowledge from physics, mathematics, and programming. Similarly, professionals in the fields of biology and medicine need to integrate knowledge of chemistry, genetics, and computer science.

The essence of interdisciplinary connections is that students do not merely study individual subjects but also learn to establish links between them and apply knowledge and skills in a complex way. This is especially important in innovative educational approaches. In modern times, most education systems develop programs that support interdisciplinary integration. For example, approaches such as STEAM (Science, Technology, Engineering, Arts, and Mathematics) and CLIL (Content and Language Integrated Learning) are applied to help students develop knowledge and skills across multiple domains.

The role of interdisciplinary connections in the education system is not limited to the transmission of knowledge but also strengthens learners' critical thinking, analysis, problem-solving, and creativity skills. This approach enables students to be more competitive and flexible in the labor market.

The main principles of the interdisciplinary education model are as follows:

- **Integration:** Interdisciplinary connections encourage the mutual interaction and integration of different subjects. Students learn a subject not only in its own domain but also in connection with other subjects.
- **Collaboration:** Students develop the ability to work with specialists from various fields.
- **Problem-based approach:** Students integrate practical and theoretical knowledge by facing real-life problems.

Among the advantages of this approach in education are the development of creative thinking, strengthening critical thinking skills, and embracing multidisciplinary approaches.

In particular, the interdisciplinary teaching approach enables students to acquire knowledge from various fields, fostering the development of broader and more complex thinking skills.

The advantage of interdisciplinary education lies in the fact that it does not limit students to gaining in-depth knowledge in only one area. Instead, it offers them the opportunity to become familiar with knowledge and methodologies from different disciplines. For example, an engineering student, alongside technical subjects, also gains knowledge in economics, law, social sciences, and even environmental issues. This equips students with the ability to establish connections not only within specific areas but also across different domains. Such an educational model does not merely prepare students as specialists in a particular field but nurtures them as versatile professionals capable of integrating knowledge from various disciplines.

This approach helps students develop a broader worldview and gain diverse perspectives. Interdisciplinary education allows students not only to enhance their individual critical thinking abilities but also to engage with various ideas and approaches, listen to others' opinions, and synthesize diverse viewpoints to make better decisions. As a result, it fosters the growth of individuals who are more creative, innovative, and sensitive thinkers.

Furthermore, this approach plays a significant role in the development of students' professional competencies. Professional competencies consist of the practical skills and knowledge required to succeed in various fields.

These competencies are not limited to technical and specialized knowledge but also encompass social skills, communication, and collaboration abilities. The application of interdisciplinary approaches in the education system supports students in developing not only specialized knowledge but also social, analytical, and leadership skills. By integrating knowledge from different disciplines, students learn not only

individual competencies but also how to work effectively with people from diverse backgrounds and function successfully as part of a team. This ultimately ensures that they possess higher competencies in the professional world and in their future careers.

### **Factors Influencing the Development of Professional Competencies:**

#### **• Specialization and Practical Experience:**

Students should not only acquire deep knowledge in a specific field but also gain skills from other disciplines. The interdisciplinary approach allows students not only to specialize in their own field but also to obtain information and experience from various other areas.

#### **• Communication and Teamwork Skills:**

One of the most essential skills for the development of professional competencies is communication. Students must develop not only technical knowledge but also the ability to interact with others and work effectively as part of a team.

#### **• Analytical Thinking and Problem-Solving Skills:**

Students should be taught to think independently and to solve complex problems. This cannot be achieved through the teaching of a single subject alone; it requires the integration of knowledge from multiple disciplines.

### **New Approaches and Methods**

In recent years, numerous innovative approaches and methods have been introduced in the field of education. These approaches aim to provide students with more interactive and practical experiences. As part of these methods, the interdisciplinary approach enables students to apply their knowledge within a broader context.

#### **New Teaching Approaches:**

•**Project-Based Learning:** Students integrate knowledge from different subjects to solve real-life problems. This approach provides practical experience and fosters independent thinking.

•**Teamwork and Collaboration:** Interdisciplinary projects teach students to work with professionals from various fields and to combine their knowledge. This also helps them develop collaboration and leadership skills.

•**Use of Technology:** Technologies such as virtual and augmented reality, simulation programs, and online courses allow students to transition between different fields and gain hands-on experience.

### **Conclusion**

The application of interdisciplinary approaches in Azerbaijan's education system ensures that students acquire high-level and modern professional competencies. This



approach helps equip students not only with theoretical knowledge but also with practical skills, fostering the development of independent thinking and the ability to solve complex problems. The wider application of interdisciplinary approaches and the improvement of curricula in the Azerbaijani education system will lead to better results in this field.

## REFERENCES

1. Aidazade K.R., Alieva A.E. The subject of computer science in secondary schools, learning analysis // Problems of the information society. 2019. №1. P. 44-50.
2. Movlaeva A. Requirements for modern teaching of computer science // Scientific works of the Institute of Education of the Azerbaijan Republic. 2022. №4. P. 228-230.
3. Sadigov M. ICT tools used in joint teaching of computer science and mathematics // Scientific works of the Institute of Education of the Azerbaijan Republic. 2021. № 3. P. 147-151
4. Alieva G.Y. The role of applied programs in the methodology of teaching computer science // XXI Republican Scientific Conference of Master's Students May 17-18, 2021. Sumgait: SDU, 2021. P. 242-243

***Retynska S.***

Education and Research Institute «Ukrainian Engineering and Pedagogical Academy» of V. N. Karazin Kharkiv National University

***Pasichnyk M.***

Education and Research Institute «Ukrainian Engineering and Pedagogical Academy» of V. N. Karazin Kharkiv National University

## THE RELATIONSHIP BETWEEN PERFECTIONISM AND THE PSYCHO-EMOTIONAL STATES OF ADULTS

In today's highly demanding and competitive world, people often strive to meet professional, social and personal standards. This contributes to the formation of perfectionism – the pursuit of an ideal, which can serve as a source of motivation, but

often causes chronic stress, emotional exhaustion and anxiety [5]. People not only experience strain while achieving their goals, but also doubt themselves even after success. Family upbringing plays a significant role in the development of perfectionist attitudes: excessive criticism and high expectations of parents can form the belief that love and acceptance are only possible if you are perfect. In adulthood, this manifests itself through self-criticism, fear of mistakes, and the need to constantly prove one's worth.

D. E. Hamachek noted that normal perfectionists set themselves achievable goals, enjoy their work and can be flexible in situations where accuracy is not critical [3]. These people tend to set realistic, achievable goals, and may feel satisfied with the process of achieving results, which helps build self-confidence. Normal perfectionists are usually flexible in their expectations, able to adapt to changes and do not need excessive precision where it is not vital. This allows them to avoid excessive psychological pressure and helps them to maintain emotional balance and develop responsibility without anxious fixation on the ideal.

At the same time, neurotic perfectionists try to achieve unattainable standards, are often dissatisfied with their efforts and cannot afford to relax their requirements [3]. According to Dr Randy Frost, perfectionism is a combination of excessively high standards and a tendency to be overly critical of one's own behaviour, manifested by increased anxiety caused by mistakes and uncertainty about one's own actions and beliefs [2]. Over time, this can affect interpersonal relationships, professional fulfilment and overall psychological well-being.

Thus, depending on its nature, perfectionism can either contribute to the harmonious development of an adult personality or become a source of anxiety, internal conflict and constant dissatisfaction with oneself. This is especially true when the pursuit of high standards becomes obsessive, and self-esteem is completely dependent on achievements and productivity. This type of perfectionism not only deprives a person of the joy of the process, but also gradually exhausts them emotionally. As a result, internal tension can manifest itself in the form of aggressive reactions or internal hostility. Chronic feelings of guilt over one's own 'imperfections' often lead to depressive experiences. In addition, an excessive desire to avoid mistakes can form a motivation to avoid failure, which is manifested in risk avoidance, fear of action, and constant doubt [1]. At the same time, for some people, perfectionism can be a source of intrinsic motivation to succeed, although such motivation is often accompanied by an increased level of anxiety.

That is why the study of the relationship between perfectionism and aggressive states, depression, motivation to avoid failure and motivation to succeed is important for a deeper understanding of its impact on the psycho-emotional state of an adult.

The study involved 40 respondents aged 21 to 55, including 14 men and 26 women. Although the gender aspect was not taken into account, the participants were divided by age into two groups: young adults (21-30 years old) and older adults (31-55 years old) [4]. This division made it possible to take into account possible age differences in the severity of perfectionism and related psychoemotional states. The study was conducted remotely using an online questionnaire created on the Google Forms platform.

To study the features of perfectionism, the Frost Multidimensional Perfectionism Scale (FMPS) was used, which allows one to assess various components of this phenomenon, including the tendency to doubt the correctness of one's own actions, excessive demands on oneself, fear of mistakes, parental expectations, parental criticism, and organisation.

The majority of the study participants demonstrated an average level of perfectionism in all its components. In particular, 75% had an average level of general perfectionism, 70% - concern about mistakes, 90% - personal standards, 85% - parental expectations, 72.5% - parental criticism, 72.5% - doubts about their own actions, and 72.5% - orderliness. Low levels were observed in a small proportion of respondents, and high levels were observed mainly in individual components, including orderliness (17.5%) and general perfectionism (20%).

The level of personal anxiety was studied using the Taylor Anxiety Inventory, which allows assessing the overall level of anxiety as a stable personality trait. Depressive states were assessed using the Differential Diagnosis of Depressive States methodology, which was developed to identify the presence of depression and determine its severity at the time of the study. It allows to differentiate the severity of depression, which makes it possible to more accurately characterise the respondent's psycho-emotional state.

The majority of participants demonstrated an average level of anxiety (62.5%) on the Taylor scale, while a high level was found in 37.5% of respondents. As for depression, according to the Differential Diagnosis of Depressive States, the results were equally distributed between low and medium levels (47.5% each), while only 5% of respondents showed high levels.

Two methods were used to study the motivational sphere: motivation to avoid failure (Ehlers'), which reveals the level of fear of failure and avoidance of risk

situations; motivation to succeed (Ehlers'), aimed at assessing the desire to achieve results and realise personal goals.

The vast majority of participants showed a high level of motivation to avoid failure (60%), while the average level was recorded in 25% and low in 15%. As for the motivation to succeed, the majority of respondents had a medium level (42.5%), a high level - 35%, and a low level - 22.5%.

The Bass-Darki Inventory was used to analyse aggression and hostility, which allows us to identify various forms of aggressive behaviour, including physical, verbal, indirect aggression, resentment, irritation, suspicion, negativism and guilt.

The majority of respondents had a low level of aggression index (62.5%), while hostility was found to be high in 47.5% of participants. The highest scores for physical aggression were recorded in 52.5% at a low level, while indirect aggression and suspicion were mostly at an average level (95% and 67.5%, respectively). Irritation and negativism were mostly at medium levels (85% and 82.5% respectively). In terms of verbal aggression, the majority (72.5%) are at an average level. Feelings of guilt are more often manifested at an average level (75%).

For statistical processing of the research results, the method of correlation analysis (r-Pearson) was used to identify the relationship between the level of perfectionism and psycho-emotional states.

Generalised perfectionism has a strong relationship with anxiety (0.65) and a moderate relationship with depression (0.41), indicating that striving for perfection causes internal tension and emotional exhaustion. Perfectionism is also associated with aggressive reactions (hostility, irritability, negativism) and strong feelings of guilt (0.56). Concern about making mistakes is closely related to anxiety (0.56) and depression (0.46), indicating emotional exhaustion due to fear of making mistakes. Personal standards interact with aggressiveness and guilt (0.36). Parental expectations and criticism cause anxiety and guilt (0.53 and 0.56), as well as hostility and irritability. Doubts about one's own actions lead to anxiety (0.54) and depression (0.5). Instead, organisation has a negative relationship with anxiety and depression (-0.48 and -0.5), which indicates its protective role.

According to the results of the Student's t-test, a statistically significant difference was found between younger and older adults in terms of self-doubt (t-value = -2.02). The average score for younger adults ( $M = 11.23$ ) was significantly higher than for older adults ( $M = 9.13$ ), indicating a more pronounced lack of confidence in their own actions among younger respondents.

The results of the study showed that the majority of participants have an average level of perfectionism, but some aspects of it - in particular, concern about mistakes, parental expectations and criticism - are closely related to increased anxiety, depression and aggressive reactions. This confirms that perfectionism is not an isolated phenomenon, but is closely intertwined with other psycho-emotional states that can be exacerbated by internal pressure and dissatisfaction with oneself. High motivation to avoid failure (60%) and a moderate level of aggressiveness were accompanied by significant hostility (47.5%), indicating internal tension and psychological vulnerability. At the same time, organisation proved to be a protective factor that reduces the intensity of anxiety and depression. Younger adults (21-30 years old) showed a higher level of doubts about their own actions compared to older adults (31-55 years old), which may indicate greater uncertainty at the stage of early adulthood. The obtained results demonstrate the feasibility of an integrated approach to the study of perfectionism in relation to anxiety, depression, aggressiveness and motivational attitudes, since it is their combined effect that determines the level of psycho-emotional well-being of an adult personality.

### LIST OF REFERENCES

1. Burns D. D. The Perfectionist's Script for Self-Defeat. Psychology Today. 1980.
2. The dimensions of perfectionism. Cognitive Therapy and Research / R. O. Frost та ін. Cognitive Therapy and Research. 1990. Т. 14, вип. 5. С. 449–468.
3. Hamachek D. E. Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. Psychology: A Journal of Human Behavior. 1978. Т. 15, вип. 1. С. 27–33.
4. Вовканич Л., Карась С. Аналіз схем вікової періодизації постнатального онтогенезу людини. Спортивна наука України. Львів, 2017. Т. 6. С. 9–17.
5. Фоменко К. І. Перфекціонізм як характеристика особистості, яка прагне до переваги та досконалості. Вісник Національного університету оборони України. 2015. Т. 3. С. 311–316.

***K.O. Kosharny***

***M.V. Pasichnyk***

Educational and Scientific Institute  
"Ukrainian Engineering and  
Pedagogical Academy" of V.N.  
Karazin Kharkiv National University

## **THE IMPACT OF EMOTIONAL BURNOUT ON A STUDENT'S PSYCHOLOGICAL WELL-BEING**

An increasing number of people experience feelings of powerlessness and emotional exhaustion, manifested by fatigue, problems with attention, memory, sleep, decreased self-esteem, anxiety and depression, and in severe cases, suicidal thoughts. This phenomenon, known as the "burnout syndrome" (BS), was first described by G. Freudenberger in the context of working with drug addicts. [2]

Today, the problem of SEW is relevant not only for workers, but also for students, affecting their well-being and interaction with the world. The emotional state of students can be affected by the military situation. The study focuses on the impact of SEW on the psychological well-being of students, studying the relationship between their psychological state and the quality of decisions, actions, and self-perception. The goal is to analyze theoretical materials and apply the methods of V. Boyko and K. Riff to identify this impact.

SEB is defined as chronic physical, mental, and emotional exhaustion, leading to loss of interest. [1,4] Professional burnout includes physical and emotional fatigue, loss of positive feelings, and negative self-esteem. [4] M. Burish considers SEB to be a consequence of prolonged stress, and V. Boyko considers it as defense mechanism in the form of emotional exclusion. [1,4]

There are different models of SEB: one-factor (exhaustion) [5], two-factor (exhaustion + depersonalization) [1], and the most widely recognized three-factor (exhaustion, depersonalization, reduced achievement). [4]

The development of SEB is gradual, starting with tension and progressing to fatigue and apathy. [1] The stages are: cognitive problems, self-isolation and decreased motivation, exhaustion. [1,2,5] Another model includes: "honeymoon", "fuel shortage", chronic symptoms, crisis, "hitting the wall". [5]

The consequences of SEB include psychosomatic and psychological changes (emotional, cognitive, motivational) that affect health. E. L. Maher identifies 12 groups of symptoms. V. V. Boyko describes three stages: tension, resistance, exhaustion. [4]

The risk group includes workers in the "people-to-people" sphere. External risk factors are the following: constant psycho-emotional stress, unstable work organization, great responsibility, psychological negativity, working with a difficult contingent. [4]

There is no single definition of psychological well-being in psychology, making its conceptual aspects a matter of debate. In the modern sense, "well-being" includes abundance, peace, happiness, and a sense of normality. [5]

According to N. Bradburn psychological well-being is defined as a balance of positive and negative emotions, leading to a subjective feeling of happiness and satisfaction with life. O. O. Kronik considers it through the conditions and means of achieving happiness associated with self-perception and self-regulation of motivation. [9]

K. Riff defines psychological well-being as a complex indicator of an individual's desire to achieve positive functioning and the degree to which this is achieved, which is subjectively reflected in the feeling of happiness. Her concept is based on the theories of Maslow, Rogers and others, and includes six criteria: personal development, self-acceptance, environmental management, autonomy, life goals, and positive interpersonal relationships. [6]

There are hedonistic (positive social behavior) and eudaimonistic (self-actualization) approaches to understanding psychological well-being, which requires finding opportunities to combine them.

The structural components of psychological well-being vary in number and content. An analysis of the literature allows us to distinguish four groups of factors: socio-economic (material well-being), socio-cultural (the influence of the environment on beliefs and relationships), biological (genetics, physical health), and psychological (internal determinants, self-actualization, life goals). [6]

According to K. Case's model, social well-being includes social integration, contribution, coherence, fulfillment, and recognition. [3]

K. Riff believes that the distinction between hedonic and eudaimonic concepts is the basis for her multidimensional model of psychological well-being, which includes six components: self-acceptance, personal growth, purpose in life, positive relationships with others, environmental control, and autonomy. [6]

In the study of the impact of emotional burnout on the psychological well-being of students, the methodology of V. Boyka and the questionnaire of K. Riff were used.

According to V. Boyko's method, most students have an average level of severity of emotional burnout phases, which indicates the initial stage of the syndrome formation, which may be imperceptible.

According to the results of the K. Riff questionnaire, 16 out of 22 students showed a low level of psychological well-being, and 6 - an average one. No one showed a high level.

To determine the statistically significant relationship between emotional burnout and psychological well-being, a correlation analysis was conducted (Kolmogorov-Smirnov test and Pearson coefficient). The results showed that an increase in the indicators of "Stress" and "Exhaustion" has almost no effect on the level of psychological well-being. Thus, within the framework of the conducted study, a statistical relationship between emotional burnout and psychological well-being was revealed, however, this topic requires more in-depth research.

### LIST OF REFERENCES

1. Emotional burnout of teachers. Methodological recommendations. / Compiled by: creative group of practical psychologists: Konyakhina A.V., Gavryk I.L., Hrytsenko N.V., Gutenko D.M., Koropchenko N.M., Obravyt O.M., Polyakova V.S., Sukhomlyn L.G., Usyk Y.S., Chorny O.I. – Sumy: Methodological office of the education department of the Sumy district state administration, 2016. - 60 p.
2. Freudenberger HJ Staff Burn-Out / Freudenberger. // Journal of Social Issues. - 1974.
3. Gulyaeva O. V. Factors of psychological well-being in students with disabilities: dissertation, candidate of psychological sciences: 19.00.01 / Gulyaeva O. V. – Kharkiv, 2018
4. Morochoylo N. M. RESEARCH AND PREVENTION OF EMOTIONAL BURNOUT IN UNIVERSITY STUDENTS / Morochoylo N. M.
5. Pidhirna K. V. Emotional burnout syndrome: etiology, stages of development, clinical manifestations, diagnostics and prevention / Pidhirna Kateryna Vyacheslavivna.
6. Ryff CD, Keyes CL The Structure of Psychological Well-Being Revisited // Journal of Personality and Social Psychology, 1995. - P. 7–19.



**Бехтер Анастасія Романівна**

*здобувачка освіти IV курсу*

*Мелітопольського державного педагогічного  
університету імені Богдана Хмельницького*

**Предместніков Олег Гарійович**

*доктор юридичних наук, професор, заслужений  
юрист України*

*завідувач кафедри права Мелітопольського  
державного педагогічного університету імені  
Богдана Хмельницького*

*ORCID: <http://orcid.org/0000-0001-8196-647X>*

## **ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ АКТУАЛЬНИХ ПРОБЛЕМ КРИМІНАЛЬНОГО ПРАВА**

Кримінальне право України є одним з найсуттєвіших складових компонентів національної правничої системи, що визначає й висвітлює правові наслідки для осіб, які вчиняють протиправні дії. Воно встановлює межі кримінальної відповідальності, визначає види покарань, регулює порядок притягнення до відповідальності, а також виокремлює процедурні особливості досудового розслідування та розгляду справ у рамках кримінального провадження. Проте, незважаючи на наявність устаткованої нормативно-правової бази, національне кримінальне право стикається з низкою поточних проблематичних аспектів, що потребують ретельного аналізування та подальшого їх усунення задля забезпечення ефективного функціонування правової системи країни.

Останніми роками українське законодавство в сегменті кримінального права зазнало численних змін внаслідок політичних, соціальних та економічних процесів. Утім, у контексті реформістських рішень зберігається низка викликів, котрі девальвують результативність правозастосування. Соціальна трансформація, міжнародна уніфікація та реорганізація державних інституцій спрямованні на формування модернізованого середовища кримінального права України.

По-перше, нагальна проблематика національної юрисдикційної бази має багатогранний “темперамент”. Вона охоплює як недосконалість чинної законотворчої діяльності, так і складнощі, пов'язані з її практичним

застосуванням. Кримінальний кодекс України від 05.04.2001 р., попри численні зміни та доповнення, все ще містить певні прогалини та суперечності. Це стосується як матеріальних, так і процесуальних норм, які іноді не відповідають реаліям сьогодення та вимогам міжнародної стандартизації. Необхідно зазначити, що основоположними завданнями КК України, визначеними в його ст. 1, є:

- a) охорона прав і свобод людини та громадянина;
- b) захист національних інтересів суспільства та держави;
- c) запобігання кримінальним правопорушенням;
- d) впорядкування правовідносин задля збереження стабільності й законності;
- e) встановлення кримінальної відповідальності за вчинення злочинних діянь (дії та/або бездіяльності) [1].

Пріоритет формують питання адаптації національного кримінального законодавства до актуальних викликів суспільства, як-от: кіберзлочинності, корупції, терористичної діяльності, торгівлі людьми, протиправних дій у галузі екології й фінансового спрямування та інших. Недостатнє врегулювання кіберзлочинності (хакерські атаки, крадіжки персональних даних, онлайн-шахрайство залишаються частково невизначеними або недостатньо охопленими чинним законодавством) призводить до ускладнення діяльності правоохоронних органів у сфері протидії злочинам у кіберпросторі. Відсутність належного регулювання екологічних злочинів (КК України недостатньо враховує тенденції, пов'язані із забрудненням навколишнього середовища та зміною кліматичних умов) сприяє безкарності правопорушників, втраті біорізноманіття та поглибленню економічних збитків унаслідок деградації природних ресурсів. До того ж неоднозначність у кваліфікації злочинів (розмежування шахрайства та зловживання довірою нерідко спричиняє складнощі в судовій практиці) обумовлює ризики винесення необґрунтованих вироків, а також ускладнює забезпечення правової визначеності.

По-друге, однією з найнагальніших перешкод у сфері кримінального права України залишається корупція, незважаючи на вжиття різноаспектних заходів протидії їй. Попри створення спеціалізованих органів, таких як Національне антикорупційне бюро України (НАБУ), рівень корупції у правозастосовній діяльності залишається суттєво високим. Корупція в загальній термінології тлумачиться як зловживання посадовими особами своїм службовим становищем

задля отримання особистої вигоди. У контексті кримінального права неправомірне збагачення може проявлятися в різних формах, зокрема:

- а) хабарництво (отримання та/або надання неправомірної вигоди посадовою особою);
- б) зловживання владою (прийняття незаконних рішень, що сприяють особистій вигоді або вигоді третіх осіб);
- с) використання службового становища (задоволення особистісних інтересів шляхом використання службових можливостей).

Корупція — це одна з найгостріших дилем для стабільності та зростання будь-якої сфери суспільного життя, і кримінальне право України не є винятком, що створює серйозні виклики для правосуддя та забезпечення справедливості. Хабарництво в середовищі кримінального судочинства не лише підриває основи правової держави, а й погіршує ефективність боротьби зі злочинністю, оскільки зловживання владою серед правоохоронних органів і суддівських інстанцій призводить до несправедливості обвинувальних вироків, що порушує фундаментальні права громадян держави. Крім того, корупційна діяльність призводить устаткування можливості уникнення кримінальної відповідальності завдяки хабарям або іншим неправомірним діям. Наслідки корупції мають далекосяжний характер, оскільки знижують рівень довіри до правоохоронних органів, а також усієї судової системи. Громадськість втрачає беззаперечність довіри до справедливості й рівності перед законом [2], що підриває основи демократії, зосібна народовладдя, плюралістичних компонентів, паритетності та свободи. Також, корупція ускладнює проведення належного розслідування кримінальних справ, неодноразово сприяючи покриттю кримінальних правопорушень або уповільненню судових процесів. Таким чином, можна стверджувати, що важливість боротьби з корупцією в галузі кримінального права України є визначальною для досягнення дієвості правосуддя та зміцнення стабільності юридичного устаткування.

По-третє, після здобуття незалежності Україна постала перед необхідністю не лише адаптувати своє кримінальне законодавство до міжнародних стандартів, а й забезпечити результативність співпраці з іншими державами в протистоянні зі злочинністю. Міжнародне співробітництво у сегменті кримінального права є важливим інструментарієм боротьби з транснаціональними злочинами, як-от: тероризм, хабарництво, кіберзлочинність, торгівля людьми та інше. Утім, досягнення ефективної взаємодії напружується низкою соціально-політичних і теоретико-практичних дилем. До того ж ґрунтовним фактором є внутрішнє

реформування кримінального права України, котре повинно враховувати глобальні тенденції та міжнародно-правові вимоги.

Варто зазначити, що одним із головних напрямів транснаціональної інтеграційної діяльності є укладення міжнародних договорів та угод, що регулюють питання екстрадиції, надання правової допомоги та протидії міжнародній злочинності. Україна активно співпрацює з іншими державами-учасницями через численні міжнародні організації, такі як Організація Об'єднаних Націй (ООН), Європейський Союз (ЄС), Інтерпол, а також через двосторонні та багатосторонні угоди.

Незважаючи на численні угоди, все ще наявними є декілька проблемних аспектів, які ускладнюють міжнародне співробітництво України в кримінальній сфері:

а) дипломатичні бар'єри (різносторонні політичні обставини в окремих країнах-учасниках можуть впливати на їхню готовність до співпраці у сфері кримінального права; наприклад, дилемою є екстрадиція осіб, які є політичними біженцями або перебувають під дипломатичним захистом);

б) неузгодженість національної законотворчої бази (специфічні риси кримінального законодавства кожної держави-учасниці формують певні відмінності, що можуть стати перешкодою для повноцінного партнерства; наприклад, в окремих країнах-учасниках можуть не визнаватися певні кримінальні правопорушення або матимуться відмінності у підходах до визначення злочинів);

в) корупційна діяльність (виникнення корупційних дилем на рівні правоохоронних органів і судових інстанцій можуть стати перешкодою результативної співпраці в розслідуванні інтернаціональних кримінальних справ).

Імплементация основ міжнародної стандартизації у кримінальне право України є важливою складовою євроінтеграційних процесів, що устатковує в собі адаптацію національного законодавства до норм Європейської конвенції з прав людини, Конвенції ООН проти корупції, а також стандартів ООН щодо боротьби з транснаціональною злочинністю.

Сутність вищевикладеного зводиться до того, що суттєва кількість нормативно-правових положень КК України залишаються застарілими, а також не здатні дієвого реагування на новітні типи правопорушень, які з'явилися з розвитком модерних технологій, зокрема в галузі кіберзлочинності, фінансових порушень, онлайн-шахрайства. Незважаючи на численні спроби реформування,

проблема гармонізації кримінального права України з європейськими стандартами залишається актуальною. Україна повинна продовжувати адаптування свого кримінального законодавства до міжнародних стандартів, особливо в контексті боротьби з транснаціональними злочинами. Усунення поточних дилем кримінального права України вимагає комплексних рішень, які стануть основою не лише реформування законодавства, а й змін в організації правоохоронної та судової системи, боротьби з корупцією. Тільки за таких умов можна досягти удосконалення сфері кримінального правосуддя та забезпечити справедливе й ефективне судочинство для всіх громадян.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Кримінальний кодекс України від 05 квітня 2001 р. Відомості Верховної Ради України (ВВР), 2001, № 25-26, ст.131. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2341-14#Text> (дата звернення: 28.12.2024 р.);
2. Конституція України від 28 червня 1996 р. Відомості Верховної Ради України (ВВР), 1996, № 30, ст. 141. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/254%D0%BA/96-%D0%B2%D1%80#Text> (дата звернення: 28.12.2024 р.).

***О.В. Бунчук***

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

***М.В. Завгородній***

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

***М.В. Михальчук***

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **АКСІОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ЗДОБУВАЧІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ**

Дослідники розглядають розвиток ціннісних орієнтацій особистості майбутнього вчителя як один із основних шляхів формування професійно-ціннісної самосвідомості. Ціннісні орієнтації утворюються на основі системи цінностей, які в межах даного суспільства виконують близькі функції, мають єдину систему значень і є найважливішим елементом у структурі особистості. В них відображається вибіркоче, суб'єктивне ставлення особистості до об'єктивних умов її життя. Найважливішою функцією цих орієнтацій є функція регулятора зовнішньої поведінки індивіда [1].

Виходячи з аксіологічних ідей, вчені виділяють такі культурно-гуманістичні функції освіти:

- розвиток духовних сил, здібностей та умінь, що дозволяють людині долати життєві перешкоди;
- формування характеру та моральної відповідальності у ситуаціях адаптації до соціальної та природної сфер;
- забезпечення можливостей для особистісного та професійного зростання і самореалізації особистості;
- оволодіння засобами, необхідними для досягнення інтелектуально-моральної свободи, особистої автономії, щастя;
- створення умов для саморозвитку творчої індивідуальності особистості, розкриття її духовних можливостей.

За результатами дослідження сутності поняття цінностей Н. Ткачова доходить висновків, що цінності — це сукупність реальних предметів (знарядь і засобів праці, предметів споживання тощо) і абстрактних ідей, що мають високу значущість для суспільства чи окремої особистості. Цінності виникають під час практичної діяльності людей, коли вони не тільки пізнають властивості природних і соціальних явищ, але й намагаються дати їм оцінку з погляду встановлення їхньої користі для свого життя. Для розвитку особистості вони, з одного боку, є основою для формування індивідуальних життєвих пріоритетів, а з іншого, — виконують функцію регулятора її соціальної взаємодії з іншими людьми. Система індивідуальних цінностей людини є результатом засвоєння нею провідних цінностей суспільства, однак цей процес не може бути механічним перенесенням соціальних цінностей у свідомість людини, а є складним, багатоаспектним процесом [6, с. 35].

Виходячи з означеного вище, ми вважаємо, що позитивна орієнтація на педагогічну діяльність складається з трьох аспектів: ставлення до професії, ставлення до дітей, ставлення до себе як до суб'єкта цієї професійної діяльності. Процес професійного самовизначення включає: розвиток самосвідомості, формування системи ціннісних орієнтацій, моделювання професійного майбутнього, побудова еталонів як ідеального образу фахівця. Ряд дослідників виділяє такий критерій переходу до кожної наступної стадії професійного розвитку як зміна ціннісного ставлення до себе. Розглядаючи психологічний механізм формування професійної самосвідомості, дослідники спираються на загально-психологічний механізм, що визначається неузгодженістю між Я-реальним та Я-ідеальним. Стимулювання педагогом позитивних думок про себе, про можливість зростання; зміцнення у собі намірів виразити себе в професійній діяльності; стати значущим для своїх учнів, сприяти саморозвитку та розвитку своїх учнів; зміцнення на цій основі самоповаги та гідності — важливі риси позитивної Я-концепції вчителя, яка додає йому стійкості в умовах оцінки, що розширюється (присвоєння категорій, проведення викладачів на контрактній основі).

Результати досліджень доводять, що первинна Я-концепція і оцінка себе як професіонала складається у вчителя в перші кілька років роботи, потім шліфується і навіть може переглядатися. З погляду Р. Бернса, вдосконалення шкільної системи треба починати з педагогічної освіти: набагато простіше сприяти позитивній трансформації Я-концепції здобувачів, ніж намагатися на пізніших етапах міняти стиль викладання педагогів. Підготовку вчителів,

особливо педагогічну практику, необхідно організувати таким чином, щоб стимулювати у майбутніх вчителів впевненість у собі. Вивчаючи професійну самосвідомість здобувачів, науковці дійшли висновку, що спільна діяльність та спілкування є вирішальними факторами їх розвитку. Самосвідомість виступає як передумова активного засвоєння здобувачем значимих йому сфер діяльності, основою саморегуляції та самоврядування.

Дослідники передбачають наявність зв'язку між рівнями сформованості освітньої та професійної самосвідомості здобувачів, а також зв'язку між ефективністю навчальної діяльності та успішністю професійного становлення. Розвиток професійної самосвідомості майбутнього вчителя визначається впливом двох факторів: процесом засвоєння здобувачами професійних цінностей, понятійного та концептуального апарату освітніх компонентів психолого-педагогічного циклу; практикою педагогічної діяльності, у якій виявляються та усвідомлюються професійно-значущі властивості вчителя.

Ми вважаємо, що розвиток аксіологічного потенціалу майбутніх фахівців, які мають суб'єктивну ціннісну систему, може бути досягнуто, якщо:

- в освітньому процесі університету передбачено актуалізацію ціннісного змісту освіти;
- в освітньому середовищі ЗВО забезпечується ціннісне самовизначення майбутнього фахівця;
- засвоєння фундаментальних знань та сучасних інформаційних технологій базується на інтеграції інтелектуальних, комунікативних та креативних умінь майбутнього педагога.

Таким чином, сучасна педагогічна наука розглядає аксіологічний підхід як методологічну основу, а аксіологізація стає провідною тенденцією сучасного розвитку вищої освіти. При цьому, аксіологізація – це спосіб реалізації аксіологічного підходу в освіті, компонент гуманізації освіти, оскільки в теорії і в реальній практиці вона визначає склад та ієрархію гуманістичних цінностей освіти, системотворчим елементом яких виступає людина як особистість, як головна цінність; метод, метою якого виступає розвиток креативно-ціннісних властивостей особистості, без яких неможливий акт творчості, самостійної діяльності людини по досягненню високих результатів, значних цілей життя, професійного зростання; система заходів модернізації освітнього процесу, що ведуть до посилення ціннісно-сміслової спрямованості навчання та виховання.



## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Стрельников В. Ю. Развитие личностных смыслов та ціннісних орієнтацій педагога. *Шлях освіти*. 2001. №2. С.11-13
2. Ткачова Н. О. Аксиологічний підхід до організації педагогічного процесу в загальноосвітньому навчальному закладі: Монографія. Луганськ: ЛНПУ імені Т.Г. Шевченка; Х.: Видавництво «Каравела» 2006. 300 с.

**Я. В. Григор'єва**

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ МОРАЛЬНО-ЕТИЧНИХ ЦІННОСТЕЙ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ЗАСОБАМИ УСНОЇ НАРОДНОЇ ТВОРЧОСТІ

З самого початку існування фольклор відіграє важливу роль у вихованні, формуванні національної свідомості дітей молодшого шкільного віку, задоволенні їх пізнавального інтересу, ознайомленні з навколишнім світом, а також у розширенні кругозору молодших школярів. Усна народна творчість наповнює дитину знаннями про життя, показує світ переживань та почуттів людини, вчить розуміти як свій внутрішній світ, так і внутрішній світ інших людей, розуміти причини та мотиви тих, чи інших вчинків, їх моральний смисл. Перші кроки дітей молодшого шкільного віку у розумінні усної народної творчості можуть справити суттєвий вплив на формування особистісних якостей, на моральний розвиток [5, с. 39].

Слід пам'ятати, що розвиток морального рівня особистості залежить і від багатьох зовнішніх факторів: стосунки у сім'ї та побут, робота освітньо-виховних закладів, народні традиції, система суспільного ладу та відносин. Враховуючи це можна сказати, що морально-етичне виховання дітей молодшого шкільного віку є важливим та необхідним для суспільства як засіб соціалізації особистості дитини, а також об'єднання її з громадським життям.

Головною метою Нової української школи є створення ефективних умов для формування моральності та духовності дітей молодшого шкільного віку. Слід зазначити, що в суспільстві існують проблеми, з якими стикаються батьки,

вчителі та й самі учні: недостатня культурно-виховна робота з дітьми; негативний вплив інтернету; відсутність гідних ідеалів для школярів; погіршення морального середовища тощо. Саме тому тісний зв'язок школи з батьками, громадами та підтримка з їхнього боку буде сприяти успішному формуванню морально-етичних цінностей молодших школярів [2].

Роль вчителя у виховному процесі важко переоцінити, саме вчитель має створювати умови та проводити контроль щодо формування морально-етичних цінностей молодших школярів, допомагати їм розвивати свої особистісні якості, надихати та прищеплювати морально-етичні цінності: любов до ближнього, працелюбність, співчуття, відкритість, чуйність, турботливе ставлення до природи та оточуючого середовища, вміння бачити та розуміти свої помилки та пробачати інших.

Науковець В. Манько визначає педагогічні умови як взаємопов'язану сукупність внутрішніх параметрів та зовнішніх характеристик функціонування, яка забезпечує високу результативність навчального процесу і відповідає психолого-педагогічним критеріям оптимальності [5, с. 155].

Проаналізувавши науково-методичну літературу, дидактичні принципи, різноманітні підходи науковців до поняття «педагогічні умови», можна виділити три основні педагогічні умови для ефективного формування морально-етичних цінностей молодших школярів засобами усної народної творчості.

1. Педагогічна умова: створення розвивального середовища (за Л. Виготський, В. Давидов, О. Леонтьєв) – це організований освітній простір, де здійснюється розвивальне навчання, тому розвивальне середовище базується на засадах ситуативності та ґрунтується на взаємодії між усіма учасниками навчально-виховного процесу [3, с. 316].

Дослідник К. Крутій підкреслює, що: «навіть якщо не задаватися метою створення розвивального середовища, дитина все одно буде розвиватися. Різниця лише в тому, що в дитині, яка має більше мотивуючого матеріалу, розвиток відбуватиметься набагато більш динамічно і різнобічно. Тому, навіть створивши для дитини розвивальне середовище, вже відбувається активізація процесів її творчого та інтелектуального розвитку» [4, с. 7].

Враховуючи важливість усної народної творчості у формуванні морально-етичних цінностей молодших школярів, доречним у такому розвивальному середовищі буде створення книжкового куточку для застосовування різноманітних форм та методів роботи: моделювання творів (шляхом занять, бесід, читання, обговорення, розповідання, вигадкування іншого початку,

середини або кінця запропонованого оповідання, перегляд ілюстрацій до творів усної народної творчості, прослуховування музичного супроводу (звуки природи, народні пісні, авторські мелодії).

Розвивальне середовище має забезпечити дітям: індивідуальний розвиток; самовдосконалення; задоволення інтересів дітей; налагодження міжособистісних стосунків.

2. Педагогічна умова: системність та суцільність формування морально-етичних цінностей молодших школярів засобами усної народної творчості. Організація систематичного опрацювання творів усної народної творчості під час уроків і в позаурочній діяльності забезпечує більш успішне формування морально-етичних цінностей та засвоєння морально-етичних норм.

Формування морально-етичних понять – це складний та довготривалий процес. Він вимагає великих зусиль та систематичної роботи по формуванню свідомості та почуттів дитини. Саме тому перед вчителем постає завдання систематичного та цілісного формування морально-етичних цінностей дітей молодшого шкільного віку, залучення їх до активного навчально-виховного процесу.

Психологами доведено, що формування морально-етичних цінностей молодших школярів не є можливим без системного підходу до навчання, розширення кругозору (світогляду), формування відповідних ставлень та позицій до тих чи інших ситуацій, подій, явищ.

Системний підхід до навчання – це поетапний, логічний, послідовний процес навчання дітей, що починається з визначення необхідних компетентностей, розробки навчальних матеріалів, форм та засобів навчання, і закінчується оцінкою ефективності навчання. Принцип систематичності та послідовності навчання спирається на формування нових компетентностей таким чином, щоб нові знання спиралися на засвоєні раніше, які, в свою чергу, є основою для наступних.

Разом з тим, враховуючи позитивні сторони системності та цілісності формування морально-етичних цінностей молодших школярів засобами усної народної творчості, важливо не нав'язувати дітям певних ярликів морально-етичного характеру, оскільки це може призвести до відставання у формуванні морально-етичних норм.

3. Педагогічна умова: застосування етичних бесід після опрацювання творів усної народної творчості. Етична бесіда – одна з головних форм морально-етичного виховання, ефективний словесний метод навчання та виховання.

Відіграє важливу роль в навчально-виховному процесі дітей молодшого шкільного віку, особливо при уважному спостереженні за дітьми та їх діяльністю.

Етична бесіда – це форма виховної роботи, спрямована на формування в учнів умінь і навичок у моральній поведінці, оволодіння загальнолюдськими й національними морально-духовними цінностями. Етична бесіда має проводитися у вільній, легкій, доброзичливій атмосфері, без докорів та критичних зауважень.

Завдяки етичній бесіді дітям молодшого шкільного віку легше зорієнтуватися саме на прикладах позитивної поведінки, навчитися розрізняти «добро» та «зло».

Етична бесіда може проводитися у процесі опрацювання твору усної народної творчості з наведенням позитивних зразків поведінки, після ознайомлення та зіставлення вчинків та їх наслідків, як підсумок - узагальнення моральних уявлень та етичних цінностей. Для формування морально-етичних цінностей дітей молодшого шкільного віку більш доцільним буде використання етичної бесіди після ознайомлення з твором усної народної творчості.

Дослідниця О. Вашуленко вважає, що під час обговорення змісту творів усної народної творчості, а саме народних казок, буде доречно провести етичну бесіду з метою аналізу поведінки і вчинків дітей [1, с. 14]. Головною метою цих бесід являється зіставлення вчинків літературних героїв з поведінкою дітей, на основі чого формуються узагальнені уявлення про правила і норми поведінки людей, система моральних оцінок [1, с. 15].

Отже, дотримання вищезазначених педагогічних умов (утворення розвивального середовища, головною метою якого буде задоволення такої потреби як позитивний емоційний фон для сприймання морального змісту творів усної народної творчості молодшими школярами; системність та суцільність формування морально-етичних цінностей молодших школярів засобами усної народної творчості; застосування етичних бесід після опрацювання творів усної народної творчості) матиме сприятливий вплив на формування морально-етичних цінностей молодших школярів.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Вашуленко О. В. Емоційно-ціннісна складова у структурі читацької діяльності молодших школярів / О.В. Вашуленко // Початкова школа. – 2013. – № 1. – С. 13-17.

2. Концепція Нової української школи [Електронний ресурс]. – URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf>.
3. Костюк І. Формування освітньо-розвивального середовища на уроках літературного читання в початковій школі / І. Костюк. – Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. – Суми. – СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2016. – № 5 (59). – С. 314-323.
4. Крутій К. Л. Предметно-розвивальне середовище як чинник супроводу діяльності дітей / К. Л. Крутій // Дошкільна освіта. – 2008. – № 2 (20). – С. 9-20.
5. Павлик О. Виховні можливості уроків літературного читання / О. Павлик, Н. Білоконна, І. Кравцова. – Початкова школа. – 2015. – № 10. – С. 38-42.

*К. Деремешко*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ОБРАЗ ЖІНКИ В РОМАНАХ ДЖЕЙН ОСТІН**

Джейн Остін — видатна англійська письменниця, яка запровадила реалізм у британську літературу. Її твори визнані шедеврами, вражають витонченістю та характерним британським гумором. Завдяки своїй творчості Остін заслужено отримала звання «Першої леді» літератури, що зберігається й дотепер. Незважаючи на критику, її ім'я залишається широко відомим. Сьогодні жінки активно заявляють про себе в політичному, економічному та культурному житті, демонструючи незалежність, індивідуальність і творчий потенціал. Особлива увага дослідників прикута до образів жінок у романах Остін.

Попри суперечки та критику, спадщина письменниці й надалі викликає зацікавлення читачів і критиків. Її романи не містять політичних або військових сюжетів, хоча її брати були адміралами. Натомість вона змальовує повсякденне життя жінок своєї епохи, даруючи своїм героїням глибину, допитливість і силу характеру. До Остін ніхто не створював у британській літературі такої різноманітності жіночих характерів. Її проза зосереджена на тонких нюансах

стосунків і повсякденності, що дозволяє глибше розкрити внутрішній світ персонажів. Центральною темою її творів є проблема шлюбу [1, с. 49].

На думку Остін, шлюб часто зображується як усталений літературний мотив, що символізує щасливе завершення історії. Проте вона не ідеалізує подружжя, визнаючи, що щасливі союзи — рідкість. Її реалістичний підхід слугує повчальним прикладом для різних поколінь. Моральні питання, а не соціальний контекст, є для неї ключовими. Її романи насичені подіями та глибоким аналізом психології героїв. Новаторський підхід Остін полягає в тому, що її цікавить не соціальний статус персонажа, а індивідуальні риси особистості [2, с. 68].

Центральне місце у творчості Остін займають жінки, а події зображені через їхнє сприйняття світу. Згідно з традиціями XIX століття, авторка зосереджується на дівчатах із заможних провінційних родин. Через їхній досвід вона демонструє шлях морального становлення особистості, що відбувається завдяки подоланню труднощів. Таким чином втілюється ідея просвітницького зростання особистості [5, с. 147].

Жіночі характери у творах Остін багатовимірні. Вони демонструють як силу, так і слабкість. Її проза поєднує елементи чуттєвості та глибокого психологізму. В таких творах як «Гордість і упередження», «Чуття і чуттєвість», «Нортенгерське абатство», «Емма» простежується внутрішній світ героїнь від перших подій до щасливого фіналу. У «Менсфілд-парку» змальовується весь життєвий шлях героїні, а в «Доводах розуму» показано спробу героїні виправити помилки минулого [3, с. 96].

Попри постійну присутність теми кохання та шлюбу, Остін не вважає шлюб головною метою кожної жінки. Роман «Гордість і упередження», який авторка особливо цінувала, спочатку мав назву «Перші враження». Остаточну назву вона обрала, спираючись на репліку з роману Ф. Берні, що підкреслювала ключову ідею твору — подолання первинних помилкових вражень через розум і досвід [4, с. 168].

Хоча її проза не одразу отримала належне визнання, пізніше вона здобула захоплення таких постатей як Колрідж, Сауті, Скотт, а згодом — Вулф, Форстер, Моем та інші. Остін вдалося окреслити основи реалістичного письма XIX століття, що вплинуло на подальший розвиток англійського роману [5, с. 15].

Остін глибоко аналізує вплив оточення, виховання та спадковості на формування характерів. Так, Елізабет Беннет має риси батька, тоді як Лідія — матері. Згодом подібну увагу до спадковості демонструє Джордж Еліот. Герої

Остін зазвичай типові, втілюють характерні риси своєї епохи — мову, манери, поведінку [6, с. 51].

Дарсі — гордий, загадковий, з ознаками байронічного героя, тоді як Елізабет — дотепна та незалежна. Її відмова Коллінзу та Дарсі підкреслює її прагнення до свободи й відмову підкорятися зовнішнім обставинам.

Образи Елінор і Маріанни Дешвуд демонструють різні підходи до життя. Елінор — розважлива, врівноважена, здатна до саморефлексії. Маріанна — емоційна, імпульсивна, схильна до необачних вчинків. Перша викликає захоплення, друга — співчуття.

Фанні Прайс у «Менсфілд-парку» — втілення скромності та вдячності, однак її наївність і поступливість роблять її жертвою тиску з боку родичів. Цей образ подається як ідеалізований, однак Остін прагне зобразити типових жінок свого часу. У її прозі повсякденний роман розвиває традиції роману виховання [6, с.140].

Романи Остін відображають боротьбу героїнь за самореалізацію в умовах, що перешкоджають їхньому розвитку. Незважаючи на наявність романтичних елементів, твори Остін позначені чіткими рисами реалізму. Її внесок у літературу полягає у створенні образу розумної, сильної жінки, яка зайняла гідне місце в англійському романі.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Власова Т.І. Формування гендерних стереотипів в західноєвропейській філософії: монографія. К.: Генеза, 2016. 296 с.
2. Фащенко В. В. У глибинах людського буття. Етюди про психологізм літератури. К.: Дніпро, 1981. 278 с.
3. Bald M. Women Writers of the Nineteenth Century. Cambridge at Univ. Press, 1983. 287 p.
4. Harman C. Jane's Fame: How Jane Austen conquered the world. New York: N.Y. Picador, 2011. 318p.
5. Johnson C. Jane Austen: Women, Politics and the Novel. Chicago and London: the University of Chicago Press, 1998. 186 p.
6. Tomalin C. Jane Austen. London: Viking, 1997. 358 p.

**О. ДЕМЕНЬВА**

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ОСОБЛИВОСТІ АНГЛОМОВНОГО ПОЛІТИЧНОГО ДИСКУРСУ**

Сучасний етап розвитку лінгвістичної науки характеризується появою нових досліджень, що наповнюють її змістовний аспект. Одне з таких досліджень пов'язане із політичною сферою, а саме зі сферою політології. Слід зазначити, що об'єднання лінгвістики та політології дало ґрунт для створення самостійної галузі мовознавства – політичної лінгвістики.

Як зазначає К.Серажим, для сучасної політичної лінгвістики характерні такі риси: (під час вивчення мовних явищ початковою точкою стає мовна особистість); експансіонізм (включення до галузі вивчення лінгвістики низки проблем суміжних наук, що веде до розширення її інтересів); функціоналізм (вивчення мови у дії, у її функціонуванні), експланаторність (прагнення не просто описати мовні факти, а й дати їм відповідне визначення) [2, с. 70-72].

Основним об'єктом політичної лінгвістики є політичний дискурс. Політичний дискурс постулюється як сукупність всіх мовних актів, які є у політичних дискусіях, і навіть правил публічної політики, освячених традицією і перевірених досвідом [1, с.115]. Політичний дискурс має на меті маніпулювати суспільною свідомістю потенційного читача, якщо автором послання є журналіст, або боротися за владу або її утримання, якщо політичне послання передається політиком. У зв'язку з цим політичний дискурс є сферою унікальної лексики та термінології. Необхідно уточнити, яка лексика та термінологія властива політичним текстам.

Вже сама мова, як встановив Е. Косеріу [3, с. 24], є політично навантаженою, оскільки є знаком солідарності з іншими членами суспільства, які вживають ту саму мову. Справді, сучасна політична лексика англійської мови міцно входить у словник загальноєвропейської політичної лексики (зокрема лексики української). Наведемо кілька прикладів таких слів та їх визначень:

Spin-doctor – someone whose job is to give journalists information that makes a politician, or an organization seem as good as possible. Термін «спін-лікар» позначає піарника, політтехнолога, експерта зі зв'язків із громадськістю, пресою, які забезпечують подання інформації в ЗМІ під потрібним кутом зору.



Horse-trading – difficult and sometimes dishonest discussions between people who are trying to reach an agreement. Ця лексема «хорс-трейдинг» чи «торгівля кіньми» у політичному контексті трактується як махінація чи нечесна угода.

Dissident – someone who disagrees publicly with the government, especially in a country where this is not allowed; or with the policy of an organization he belongs to, especially a political party. Термін «дисидент» означає інакодумну людину, а також представника політичної еліти, який дотримується інших політичних поглядів.

Watchdog – a person or organization that works to stop people from doing illegal things in a particular area of business or society. Поява терміна «воч дог» чи «сторожовий пес» у політичному словнику англомовної лексики пов'язані з первісним значенням слова “watchdog” («сторожовий пес»). У політиці цей термін означає особу чи групу осіб, які стежать за тим, щоб компанії, фірми тощо не здійснювали протизаконних чи безвідповідальних дій.

Offshore - an offshore bank or company is not in your own country, but in a country where you pay less tax. «Офшорний» – розташований чи чинний в іншій країні.

Sparring partner – someone who you have regular arguments with, but not in an unfriendly way, especially in politics. Цей термін був запозичений зі спортивного тезаурусу і в політичному контексті має на увазі опонента на диспуті – «спаринг-партнера».

Крім термінології, політичний дискурс відрізняється своєю антропоцентричною природою. У текстах політичної спрямованості антропоніми є основним структурним компонентом побудови дискурсу. Навколо власного імені зосереджуються різні політичні погляди, авторські роздуми, а також відносини споживачів політичного дискурсу до діяльності політика.

Як зазначає Є.Поллок, слова типу Blairmania, Obamania характеризують політичний галас та ажіотаж, пов'язані з іменами зазначених політиків. Саме слово mania, на думку дослідника, має сенс, закріплений у денотаті (психічний розлад, хвороблива пристрасть [4, с. 2]. Важливо відзначити, що слово Obamania утворене англомовним автором як прагнення автора охарактеризувати цілу епоху.

У наступному контексті автор політичного послання повідомляє читачеві інформацію про політику Авраама Лінкольна: But the question was far from solved, and on Nov. 18, Lincoln attacked the Mormon question in a most Lincolnian way.

Instead of ordering an invasion, Lincoln ordered information [4, p. 2].

Привертає увагу антропонім Lincoln і похідна лексема Linconian. На відміну від багатьох політиків, які силою борються з різними релігійними та політичними течіями, Лінкольн відрізнявся своєю демократичністю і делікатністю у вирішенні таких питань. Тому лексема Lincolnian набуває позитивної конотації і символізує чесність, порядність та гуманність. Почате дослідження дозволяє дійти висновку, що лексика політичного дискурсу відрізняється від лексики інших видів дискурсу своєю унікальною термінологією, а також антропоцентричністю. Політична особистість є сполучною ланкою між комунікацією автора з читачем, а політична лексика створює всі умови для вивчення політичної моделі ведення комунікації потенційним споживачем політичного дискурсу

### СПИСОК ВИКРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Магас Н. М. Емоційне забарвлення політичного дискурсу: прагматичний аспект. Типологія мовних значень у діяхронічному та зіставному аспектах. Вип. 28. 2013. С. 115–124.
2. Серажим К. С. Лексика та фразеологія політичного дискурсу. Наукові записки інституту журналістики. Київ. 2021. Т.5. С. 70–72.
3. Coseriu, E. Lenguaje y politica // M. Alvar ed. El lenguaje politico. Madrid, 2007. P. 9–31.
4. Pollock E. The Supreme Court and American Democracy. New York Times. 2012, May 29. P. 2.

*А.І. Дімітрова*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

### АНГЛІЙСЬКІ КАЗКОВІ РЕАЛІЇ ТА ОСОБЛИВОСТІ ЇХ ПЕРЕКЛАДУ УКРАЇНСЬКОЮ МОВОЮ

#### **Актуальність дослідження.**

Казки є важливою частиною національної культури, мови та менталітету. Англійські казкові твори втілюють у собі унікальні культурні реалії, які часто не

мають точних відповідників в українській мові. Переклад таких реалій потребує не лише мовної, але й культурної адаптації. Вивчення особливостей перекладу англійських казкових реалій є актуальним для розвитку літературного перекладу, дитячої літератури та міжкультурної комунікації.

### **Мета дослідження.**

Метою роботи є виявлення специфіки англійських казкових реалій та аналіз способів їх перекладу українською мовою.

### **Завдання дослідження:**

- визначити поняття «казкові реалії» у контексті перекладознавства;
- охарактеризувати типи казкових реалій в англійських текстах;
- проаналізувати перекладацькі стратегії, що застосовуються при передачі казкових реалій українською мовою;
- встановити труднощі, з якими стикаються перекладачі при роботі з англійськими казками.

### **Об'єкт і предмет дослідження.**

Об'єктом дослідження є англійські казкові тексти. Предметом – способи перекладу культурних, мовних та стилістичних реалій в українських версіях казок.

### **Теоретичне підґрунтя.**

Дослідження ґрунтується на теоретичних працях у галузі перекладознавства (А. Федорова, В. Комісарова, С. Влахова та С. Флоріна) і казкознавства (Б. Пропп, М. Новикова). Особливу увагу приділено класифікації реалій, способам їх перекладу, а також ролі культурного контексту у сприйнятті казкового тексту.

### **Основні типи реалій у казках.**

Англійські казки містять такі види реалій:

- Побутові: страви, одяг, житло, особливості дозвілля;
- Географічні: назви місцевостей, природних об'єктів, специфічних явищ;
- Історичні та соціальні: титули, монархічна система, специфічні форми звертань;
- Мовні: ігри слів, каламбури, поетичні рядки, прислів'я тощо.

### **Перекладацькі стратегії.**

Основні методи перекладу реалій:

- Транскрипція / транслітерація: передача іншомовного слова зі збереженням звучання;
- Калькування: буквальний переклад складових частин слова або виразу;
- Описовий переклад: пояснення значення у кількох словах або реченні;

- Адаптація: заміна елемента культури іншої країни на аналогічний у культурі перекладу;
- Опущення: уникнення перекладу у випадку незрозумілості або відсутності відповідника.

#### **Типові труднощі перекладу.**

- Відсутність культурного відповідника в українській мові;
- Втрата казкової атмосфери при адаптації або описовому перекладі;
- Неможливість зберегти гру слів чи риму;
- Ризик надмірної інтерпретації при поясненні.

#### **Висновки:**

Англійські казкові реалії становлять суттєвий виклик для перекладачів через свою культурну специфіку. Для адекватного перекладу важливо не тільки зберегти зміст, але й передати атмосферу, ритм і стиль казки. Ефективна перекладацька стратегія має враховувати вік цільової аудиторії, жанрові особливості та міжкультурні відмінності.

#### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Влахов С., Флорин С. Неперекладне в перекладі. – М.: Международные отношения, 1980.
2. Комісаров В.Н. Теорія перекладу (лінгвістичні аспекти). – М.: Вища школа, 1990.
3. Федорова А.В. Основи загальної теорії перекладу. – СПб.: ЛЕНАНД, 2002.
4. Пропп В. Морфологія казки. – М.: Наука, 1969.
5. Newmark P. A Textbook of Translation. – Prentice Hall, 1988.
6. Baker M. In Other Words: A Coursebook on Translation. – Routledge, 1992.

*А.О. Єложенко*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ІНТЕГРАЦІЯ СУЧАСНИХ ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ НА УРОКАХ УКРАЇНСЬКОЇ МОВИ**

Сучасний світ вимагає сміливих рішень, тому у ХХІ столітті освітній процес у навчальних закладах України зазнав значних змін. Освітняни активно працюють над тим, щоб інтегрувати інноваційні технології у процес викладання. Це стало не просто бажання урізноманітнити освітній процес, а необхідним елементом для його підвищення.

Особливо актуальним є використання таких технологій на уроках української мови.

**Метою цієї публікації** є розробка методичних рекомендацій щодо ефективного застосування ІІІ-інструментів, розкриття потенціалу сучасних цифрових технологій у процесі навчання української мови для підвищення ефективності, мотивації учнів та розвитку ключових компетентностей.

### **1. Місце цифрових технологій в освіті**

ІІІ-технології - не додатковий інструмент, а важлива частина сучасного освітнього процесу, яка проникла в усі його аспекти.

Завдяки сучасним технологіям ми маємо безмежний доступ до освітніх ресурсів. Вони уможлиблюють навчання поза межами класних кімнат, роблячи його можливим з різних точок світу та знижують фінансовий затрати. Якість освіти зазнає покращень. Цьому сприяють використання інтерактивних завдань, візуалізація та мультимедійність, персоналізація навчання, миттєвий зворотній зв'язок [1].

Технології можуть бути адаптовані до потреб учнів з допомогою спеціалізованого програмного забезпечення та персоналізованих навчальних матеріалів.

Освіта в умовах цифрових технологій сприяє розвитку цифрової грамотності як учнів, так і вчителів. Навички ефективного та безпечного використання цифрових інструментів та інформації є критично важливими для успіху в сучасному світі.

### **2. Педагогічні принципи застосування технологій в навчанні**

Використання ІІІ-технологій відкриває перед нами безліч можливостей для того, щоб навчальний процес був більш результативним. Щоб цього досягти, потрібно керуватися певними педагогічними принципами, які допоможуть інтегрувати сучасні технології:

- індивідуалізація та диференціація;
- активність та самостійність;
- наочність та візуалізація;
- інтерактивність та комунікація;
- доступність та інклюзивність;
- послідовність та систематичність;
- безпека та етичність.

Дотримання зазначених педагогічних принципів є ключем до ефективного та результативного використання сучасних цифрових технологій. Їх застосування перетворює ІІІ-інструменти на потужні засоби для розвитку учнів, адже вони — наше майбутнє [2].

### **3. Методичні рекомендації використання цифрових технологій**

В епоху бурхливого цифрового прогресу вчителю української мови недостатньо мати лише глибокі предметні знання. Традиційні методи навчання, хоч і мають свою цінність, не приносять бажаних результатів.

Застосування ІІІ-технологій змінить навчальний процес та зробить його більш цікавим, інтерактивним і креативним. У зв'язку з цим, дане дослідження має на меті проаналізувати основні методичні аспекти інтеграції цифрових технологій у навчання української мови:

1. **Онлайн-ресурси та платформи** (ВШО, Ed-Era, Classroom, Microsoft Teams, Google Meet, Flipitu, Redmenta)[3];
2. **Мультимедійні ресурси** (CANVA, Suno, Gholia, Napkin AI) [4];
3. **Інтерактивні вправи** (Quizlet, Mentimeter, Тренажер з правопису української мови);
4. **Робота над текстами** (Kami, Elai.io, Miro) [5];
5. **Розвиток мовлення** (Lingart, Mova, Gemini/Copilot);
6. **Проектна діяльність** (Padlet, Lenovo Tech Today);
7. **Цифрова грамотність** (Дія.Цифрова освіта, Prometheus, Всеосвіта, НаУрок);
8. **Оцінювання**

Використання новітніх технологій відкриває нам нові можливості для оцінювання навчальних досягнень здобувачів освіти. Ми маємо враховувати

традиційні аспекти, а також специфіку використання цифрових додатків таких як:

- чіткість критеріїв;
- стабільність та послідовність;
- конструктивність;
- багатовимірність;
- прозорість;
- систематичність;
- надійність.

Ключові аспекти персоналізації навчання на уроках української мови:

- використання інтерактивних вправ та тестів, які можна змінювати залежно від результатів навчання;
- дати учням можливість самостійно обирати послідовність вивчення тем та ресурсів для їх засвоєння;
- введення творчих завдань;
- застосування диференційованих завдань;
- ведення портфоліо.

## **9. Персоналізація навчання**

Основа персоналізації навчання - створення освітнього середовища, що враховує індивідуальні потреби, інтереси та стиль сприйняття кожного учня.

Замість звичайного підходу, цифрові технології дають можливість змінювати й адаптувати завдання, створюючи гнучке середовище.

Ключові аспекти персоналізації навчання на уроках української мови:

- використання інтерактивних вправ та тестів, які можна змінювати залежно від результатів навчання;
- дати учням можливість самостійно обирати послідовність вивчення тем та ресурсів для їх засвоєння;
- введення творчих завдань;
- застосування диференційованих завдань;
- ведення портфоліо.

## **4. Аналіз ефективності застосування технологій**

Використання ІІІ-інструментів на уроках української мови не є виключенням, адже головна ціль — позитивний вплив на засвоєння матеріалу та вміння їм оперувати.

Підвищення мотивації учнів та їх зацікавленість полягає у використанні інтерактивних-презентацій, онлайн-тестів, вікторин, демонстрація аудіо та відео матеріалів. Це сприяє кращому запам'ятовуванню.

Онлайн-платформи та застосунки допомагають адаптувати навчання до індивідуальних потреб та підлаштувати темп для кожного учасника освітнього процесу. Завдяки онлайн-тестам та електронним аркушам оцінювання проходить швидко та своєчасно. Це дозволяє своєчасно виявити прогалини у знаннях учнів та можливість вчителю скоригувати навчальний процес.

**Висновки.** Проведене дослідження підтвердило гіпотезу про доцільність інтеграції сучасних цифрових технологій, зокрема ІІІ-інструментів, в освітній процес на уроках української мови.

Аналіз нормативно-правової бази, огляд наукових праць та виявлення педагогічних можливостей ІІІ-інструментів стали підґрунтям для розробки методичних рекомендацій для вчителів. Ці рекомендації, що містять конкретні приклади застосування, педагогічні принципи та поради щодо організації навчання, спрямовані на підвищення мотивації учнів, поглиблення їхніх знань та розвитку мовленнєвих компетентностей [3].

Використання цифрових технологій позитивно впливає на навчальний процес, підвищуючи зацікавленість, поглиблюючи знання, забезпечуючи своєчасне виявлення прогалин, розширюючи доступ до ресурсів, індивідуалізуючи навчання та покращуючи наочність.

Подальші дослідження можуть бути зосереджені на апробації розроблених рекомендацій у практичному навчанні, створенні відповідних навчальних матеріалів та розробці критеріїв оцінювання ефективності застосування ІІІ у викладанні української мови.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Освіторія. Формула успішного навчання: як штучний інтелект перетворює навчання на стиль життя. <https://osvitoria.media/opinions/formula-uspishnogo-navchannya-yak-shtuchnyj-intelekt-peretvoryuye-navchannya-na-styl-zhyttya/>
2. Osvita.ua. ІІІ та STEM: як технології змінюють навчання в Україні.
3. <https://osvita.ua/vnz/reform/94290/>
4. Галина Євладенко. Методичний посібник «Використання інформаційних текомпютерних технологій на уроках української мови та літератури»



5. <https://naurok.com.ua/metodichniy-posibnik-vikoristannya-informaciynih-komp-yuternih-tehnologiy-na-urokah-ukra-nsko-movi-ta-literaturi-302066.html>
6. Освіторія. Подружіться вже з тим III: 16 простих і практичних інструментів
7. <https://osvitoria.media/experience/yak-uchytelyu-podruzhytys-iz-shi-16-prostyh-i-praktychnyh-instrumentiv-2/>
8. Знайшов. III: секретна зброя успішного вчителя
9. [https://znayshov.com/News/Details/shi\\_sekretna\\_zbroia\\_uspishnoho\\_vc\\_hytelia](https://znayshov.com/News/Details/shi_sekretna_zbroia_uspishnoho_vc_hytelia)

**Єфремов Р. К.**

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **РОЛЬ КОЗАЦТВА У ВИЗВОЛЬНІЙ БОРОТЬБІ XVI – ПЕРШОЇ ПОЛОВИНИ XVII СТ.**

Козацтво в XVI – першій половині XVII століття відігравало ключову роль у національно-визвольному русі українського народу. Воно стало не лише військовою силою, але й соціальним феноменом, що сформував нову політичну свідомість у суспільстві.

Однією з найважливіших функцій козацтва було захист православної віри та українського населення від релігійних переслідувань. У період активної католизації та унії козаки виступали оборонцями традиційної віри та церкви, що сприяло збереженню національної ідентичності [1, с. 42].

Крім того, козаки постійно захищали українські землі від набігів кримських татар та турецьких загарбників. Саме вони створили потужну систему оборони на південному прикордонні, що забезпечувала безпеку населенню Наддніпрянщини [2, с. 67].

Козацтво також виступало як політична сила, яка прагнула до автономії українських земель у складі Речі Посполитої. Багато козацьких повстань мали на меті не лише покращення становища козаків, але й розширення прав усього українського населення [3, с. 103].

У результаті козацьких війн відбулося зміцнення козацької організації, сформувалася політична еліта, що у подальшому стала основою для створення Української козацької держави під проводом Богдана Хмельницького [4, с. 88].

Отже, козацтво в зазначений період несло на собі не лише військові функції, але й стало провідником ідей визволення, захисту віри, територіальної цілісності та культурної ідентичності українського народу.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Гуржій О. Історія українського козацтва. – Київ: Наукова думка, 2006. – 312 с.
2. Сас П. Козацтво в українській історії. – Львів: Світ, 2004. – 260 с.
3. Субтельний О. Україна: Історія. – Київ: Либідь, 2001. – 512 с.
4. Яковенко Н. Нарис історії України з найдавніших часів. – Київ: Генеза, 1997. – 384 с.

**Качурак Святослав,**

студент II курсу спеціальності «Агрономія»  
ВСП Івано Франківський фаховий коледж  
ЛНУП

Науковий керівник: **Сворак Любомир,**  
викладач вищої категорії

Івано-Франківського фахового коледжу  
Львівського національного університету  
природокористування

email: [lybomur.svorak@ukr.net](mailto:lybomur.svorak@ukr.net)

### ІНФОРМАЦІЙНА ВІЙНА ТА ЇЇ ВПЛИВ НА ГРОМАДСЬКУ ДУМКУ В УКРАЇНІ

У ХХІ столітті інформація стала не менш вагомою зброєю, ніж традиційні засоби ведення війни. В умовах збройного конфлікту між Росією та Україною, інформаційна війна вийшла на передній план як інструмент впливу на громадську думку, маніпуляції масовою свідомістю та формування відповідної політичної атмосфери.

Ця стаття є спробою дослідити суть інформаційної війни, механізми її впливу на громадську думку та специфіку її проявів в українському контексті з 2014 року по сьогодні.

В сучасному світі це поняття трактують по різному. Для прикладу у Вікіпедії зазначено, що «Інформаційна війна (англ. information warfare) — викладення інформації у спосіб, який формує у суспільстві чи групі людей потрібну точку зору, громадську думку, хід взаємодоповнюючих логічних думок, вичерпну систему поглядів щодо окремих питань на користь організатора інформаційної пропаганди. Як наслідок, відбувається усвідомлення окремих фактів чи подій у потрібному для маніпулятора світлі, формування потрібного світогляду чи життєвої позиції стосовно питань, у яких раніше були протиріччя чи незрозуміння.»[1]. Інші автори трактують цей термін дещо відмінно, «Інформаційна війна є викладом інформації у спосіб, який формує у суспільстві чи групі людей потрібну точку зору, громадську думку, систему поглядів щодо окремих питань на користь організатора інформаційного нападу.» [2]. Автор трактує це поняття в наступному контексті - Інформаційна війна — це систематичне застосування інформаційних технологій, засобів масової інформації та соціальних мереж для дезінформації, деморалізації та маніпулювання противником або суспільством загалом.

Відповідно до цього виникає потреба в визначенні основних методів ведення інформаційної війни. Серед основних виділяємо наступні:

1. Дезінформація — поширення неправдивої або спотвореної інформації.
2. Пропаганда — цілеспрямована ідеологічна обробка населення.
3. Інформаційне замовчування — приховування або ігнорування важливої інформації.
4. Тролінг і бот-атаки — маніпулювання громадською думкою через соцмережі.
5. Психологічний вплив — викликання страху, тривоги або ненависті через ЗМІ, тощо.

Відповідно до методів ведення війни ми змушені констатувати, що інформаційна війна РФ проти України розпочалася задовго до подій Революції Гідності. В той же час із 2014 року інформаційна війна вийшла на принципово новий рівень. Противник почав активно використовувати медійні канали, соціальні мережі та навіть культурні інструменти для впливу на українське суспільство та міжнародну аудиторію. В подальшому так звані ІІСО

(інформаційно-психологічна операція), які є елементами формування потрібної думки в суспільстві лише ставали більш продуманими та вузько орієнтованими на певні групи населення нашої країни. Як типові приклади ІПСО до початку повномасштабного вторгнення можна привести «нарратив громадянської війни», дискредитацію армії та волонтерів, фальсифікацію виборчих процесів за допомогою deepfake-технологій, а також використання теми «руського міра» як ідеологічного підґрунтя для легітимізації агресії. Окремим моментом потрібно згадати і про антивакцинаторський рух, який активно поширився у 2020-2021 роках. [3].

У період повномасштабної російсько-української війни, основою якої є потужна інформаційно-пропагандистська складова, наша країна зіткнулася із новими викликами у галузі інформаційної безпеки. Адже, на сучасному етапі глобалізації, інформаційна безпека є базовим принципом забезпечення спроможності країни подолати виклики зовнішньої агресії. Це пов'язано з тим, що інформаційна війна має суттєвий вплив на формування громадської думки в Україні. Цей вплив особливо відчутний у регіонах з обмеженим доступом до якісної та неупередженої інформації. Часто люди сприймають інформацію з першого джерела, не перевіряючи її достовірність. Це створює сприятливий ґрунт для поширення фейків та маніпуляцій, які посилюють суспільну поляризацію. У таких умовах зростає кількість конфліктів у родинях, трудових колективах та громадах на основі політичних поглядів і ставлення до війни. Крім того, інформаційні атаки спричиняють емоційне виснаження — інформаційна перенасиченість, постійний стрес від негативних новин, занепокоєння за майбутнє. Це сприяє зниженню критичного мислення та підвищує вразливість до маніпуляцій. У тривалій перспективі це може знижувати рівень громадянської активності, провокувати зневіру в демократичних процесах та підтримку радикальних ідей.

Відмітимо, що соціальні мережі, такі як Facebook, Telegram, YouTube і TikTok, стали основними платформами для ведення інформаційних атак. Вони дозволяють не лише швидко поширювати пропаганду, а й персоналізувати її — націлюючи певні меседжі на конкретні групи населення за допомогою алгоритмів і аналітики поведінки користувачів. Тішить те, що у українців доволі висока здатність розпізнавати дезінформацію. Зокрема, «за словами директорки Internews Network Джилліан МакКормак, фактична здатність українців розпізнавати дезінформацію не змінилася порівняно з попередніми трьома

роками (дослідження проведено у 2024 році) - 75% правильно відповіли на одне або більше з трьох запитань, що стосуються розпізнавання дезінформації.

Разом з тим МакКормак зазначила: «Порівняно з минулим роком, більша кількість українців була схильна вірити наративам, які посилювалися Росією з метою підірвати моральний дух в Україні. Хоча більше третини українців сказали, що знають про такі сервіси фактчекінгу, як StopFake, «Детектор медіа», «Без брехні» та «По той бік новин».

Згідно з цьогорічним опитуванням, українці продовжують найбільше довіряти друзям (76%) та родині (85%) як джерелам новин та інформації. Більшість також довіряє колегам (60%) та соціальним мережам (55%)».[4]

У відповідь на активізацію інформаційних операцій противника Україна посилила боротьбу з дезінформацією — створено Центр протидії дезінформації при РНБО, заблоковано проросійські медіа (наприклад, телеканали “112 Україна”, “NewsOne” та “ZIK” [5]). Держава також впровадила нові законодавчі ініціативи у сфері інформаційної безпеки, зокрема щодо протидії кібератакам та фейковим інформаційним кампаніям.

На рівні громадянського суспільства спостерігається активізація ініціатив, спрямованих на підвищення медіаграмотності. Проєкти, як-от "MediaIQ", "Фільтр", "StopFake", "Detector Media", а також співпраця з міжнародними ініціативами (наприклад, Baltic Centre for Media Excellence) відіграють значну роль у навчанні громадян навичкам критичного мислення, перевірки фактів та ідентифікації маніпуляцій [6]

В українських школах та університетах з'являються освітні курси з медіаграмотності, проводяться тренінги для вчителів, журналістів та державних службовців. Активно впроваджуються онлайн-курси на платформах Prometheus та EdEra. Результати цих ініціатив позитивно впливають на здатність громадян розпізнавати фейки, проте їх охоплення все ще обмежене. Однак слід визнати, що інформаційна безпека досі залишається фрагментарною. Відсутність чіткої координації між державними органами, залежність багатьох українських ЗМІ від політичних або олігархічних інтересів, а також низький рівень довіри до влади — усе це створює вразливість до зовнішнього впливу.

З огляду на це, надзвичайно важливо розвивати комплексну національну стратегію інформаційної безпеки, яка передбачатиме як захист, так і проактивну інформаційну політику на міжнародній арені. Не менш важливо — продовжувати розбудову цифрової дипломатії, формувати позитивний

міжнародний імідж України та сприяти поширенню правдивої інформації про війну, культуру та демократичні процеси в країні.

Фактично підводячи підсумок повинні констатувати, що інформаційна війна є невід’ємною частиною сучасного конфлікту, і її вплив на суспільство неможливо недооцінювати. Україна, яка стала об’єктом масштабної інформаційної агресії, змогла частково нейтралізувати загрози, однак повноцінна перемога в інформаційному просторі вимагає системного підходу. Необхідно поєднувати державні й громадянські зусилля, інвестувати в освіту, медіаграмотність, підтримку незалежних медіа та міжнародне партнерство. Лише за цих умов українське суспільство зможе ефективно протистояти дезінформації, зміцнити національну єдність і забезпечити свій інформаційний суверенітет у XXI столітті.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Інформаційна війна. /Вікіпедія. Вільна енциклопедія.// URL:[https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%86%D0%BD%D1%84%D0%BE%D1%80%D0%BC%D0%B0%D1%86%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%B0\\_%D0%B2%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%B0](https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%86%D0%BD%D1%84%D0%BE%D1%80%D0%BC%D0%B0%D1%86%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%B0_%D0%B2%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%B0) версія від 30 грудня 2024.
2. Основа війни РФ з Україною - глобальна інформаційна війна багатомільярдної вартості//URL:<https://www.lrt.lt/ua/novini/1263/2337564/osnova-viini-rf-z-ukrayinoiu-global-na-informatsiina-viina-bagatomil-iardnoyi-vartosti?srsId=AfmBOooezrwIEKPCpIT2x5v81XU4MoAjFfrIWAR4YV0kcpAt2I-mvpTk>
3. Дослідження дезінформації у 2021 році – головне/EUvsDISINFO// URL:  
<https://euvdisinfo.eu/ua/%d0%b4%d0%be%d1%81%d0%bb%d1%96%d0%b4%d0%b6%d0%b5%d0%bd%d0%bd%d1%8f-%d0%b4%d0%b5%d0%b7%d1%96%d0%bd%d1%84%d0%be%d1%80%d0%bc%d0%b0%d1%86%d1%96%d1%97-%d1%83-2021-%d1%80%d0%be%d1%86%d1%96-%d0%b3/>
4. Українці почали краще розпізнавати фейки, але найбільше довіряють родині та друзям/УКРІНФОРМ// URL:<https://www.ukrinform.ua/rubric-society/3924587-ukrainci-pocali-krase-rozpiznavati-fejki-ale-najbilse-doviraut-rodini-ta-druzam.html>

5. Санкції проти «каналів Медведчука». Хронологія подій (ОНОВЛЮЄТЬСЯ)/ДЕТЕКТОРМЕДІА//

URL <https://detector.media/infospace/article/184580/2021-02-04-sanktsii-proty-kanaliv-medvedchuka-khronologiya-podiy-onovlyuietsya/>

6. StopFake//Медіаграмотність//

<https://www.stopfake.org/ru/category/mediagramotnost/>

***В.В. Кулініч***

Студентка 1-го курсу 314-ст  
Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького  
(науковий керівник:  
д-р філософії, асистент  
Помазан Д. Ю.)

## **ПРОБЛЕМАТИКА ФЕМІНІСТИЧНОМУ РУХУ В РАДЯНСЬКІЙ УКРАЇНІ: ІСТОРІОГРАФІЧНИЙ ВИМІР**

Сучасні дослідження феміністичного руху в радянській Україні акцентують увагу на складності взаємодії між офіційною ідеологією та реальним становищем жінок. У працях останніх десятиліть простежується тенденція до критичного переосмислення ролі радянської влади у формуванні політики рівності статей, а також впливу державного фемінізму на реальний соціальний статус жінок.

Доречно зауважити, що питання еволюції статусу жінки доволі широко представлено в історичній науці. Існує ряд робіт, які напряду пов'язані з нашою тематикою [3, 4]. Однак, найбільш поширена, ця тема в більш комплексних та загальних дослідженнях. Частіше усього, подібні працю пов'язані із загальною історією трансформації ролі української жінки.

На початкових етапах радянської влади проголошувалася рівність жінок і чоловіків, що знаходило відображення у політиці масового залучення жінок до праці та громадської діяльності. Проте, починаючи з 1930-х років, відбувається зсув у бік традиційних уявлень про роль жінки як матері та берегині сім'ї.

Радянська влада активізує пропаганду сімейних цінностей, водночас зберігаючи ідеологічну риторику про рівність статей. [2, с. 211-213]

Ідеологічним підґрунтям радянської політики щодо жінок була марксистська теорія, яка трактувала рівність статей як похідну від класової боротьби. У межах цієї концепції гендерна нерівність розглядалася не як самостійна соціальна проблема, а як частина ширшої системи експлуатації, що мала зникнути разом із приватною власністю. Відповідно, залучення жінок до виробництва і суспільного життя розглядалося радше як економічна необхідність, ніж як свідома боротьба за права жінок. Попри риторику про емансипацію, марксистське трактування жіночого питання не заперечувало усталених гендерних ролей, а лише адаптувало їх до потреб радянської держави [3].

Попри офіційну риторику рівності, радянська жінка перебувала у специфічній ідентифікаційній пастці. Їй доводилося балансувати між образом «трудової героїні» та традиційною роллю берегині сім'ї. Ідеологія створювала парадокс: з одного боку, жінка мала бути активною учасницею суспільного життя, а з іншого – відповідати традиційним уявленням про материнство та домашній затишок. Це формувало подвійний тягар, який позначався і на сприйнятті жінками власної ідентичності. [6]

У радянській Україні відсутність автономного жіночого руху зумовлювала те, що жіноче питання повністю перебувало під контролем державної ідеології. Будь-які ініціативи, що виходили за межі офіційного дискурсу, трактувалися як ворожі чи антирадянські. Жінка не мала змоги формувати власну суб'єктність або вимагати змін, що виходили б за межі дозволеного державою. Навіть у культурному середовищі фемінізм сприймався як буржуазне, «західне» явище, що нібито не відповідало радянському типу мислення. У результаті такої політики склалася ситуація, коли жінка формально була рівною, але фактично залишалася в тіні. Її ідентичність не визначалася нею самою, а була нав'язана державою через шаблонні образи «героїні праці», «мудрої матері» та «вірної товаришки». Саме ці архетипи стали частиною колективної пам'яті, яка й досі впливає на уявлення про гендерні ролі в пострадянському суспільстві [1;5].

У сучасній історіографії дедалі частіше акцентується увага на психологічних аспектах цього явища. Дослідники підкреслюють, що подвійне навантаження і постійна потреба відповідати протилежним очікуванням призводили до кризи ідентичності, втрати почуття власної цінності та глибокого емоційного вигорання. В умовах, коли жінка не могла відкрито артикулювати



свої потреби, внутрішній конфлікт загострювався, що й досі позначається на жіночому досвіді в Україні. Показово, що радянська модель фемінізму фактично нівелювала голос самої жінки як суб'єкта змін. Жіноча участь у суспільному житті визначалася не з потреб жінок, а з інтересів держави, що прагнула максимізувати продуктивність та посилити контроль над усіма сферами життя. У такій системі не було простору для дискусії про сексуальне насильство, домашню працю чи права жінок у приватному просторі — ці теми були табуйовані або зведені до індивідуальних «недоліків» чи «антисоціалістичних відхилень» [5, с. 211-212].

Після здобуття незалежності Україна успадкувала не лише інституції, але й глибинні культурні матриці, зокрема образ «ідеальної жінки» як тихої, витривалої, жертвної. Розбудова справжнього феміністичного дискурсу у пострадянському контексті виявилася складною, оскільки вона вимагала деконструкції усталених міфів і переосмислення радянського спадку. Саме тому сучасні дослідження й активістки все частіше звертаються до аналізу радянської гендерної політики не лише як історичного явища, а як такого, що й досі впливає на структуру влади, політичну мову та соціальні очікування в Україні.

Разом з тим, сучасні історики виявляють у радянському жіночому досвіді не лише пасивне прийняття нав'язаних ролей, а й приховані форми спротиву, самовираження та пошуку особистісної автономії. Таке бачення дозволяє вийти за межі стереотипного уявлення про радянську жінку як повністю підконтрольну державній ідеології постать і відкриває нові можливості для осмислення індивідуального жіночого досвіду в умовах тоталітарного режиму. Відповідно, сучасна історіографія ставить під сумнів уніфіковані, ідеологічно зумовлені наративи та надає голос тим, хто тривалий час залишався на маргінесі офіційної історії.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Лабур О. В. Радянська історіографія про «звільнення жінки» в Україні 20–30-х рр.: перетворення ідеї в догму // Сторінки історії. – 2009. – Вип. 28. – С. 121–129.
2. Олійник Н. В. Жіноче питання в умовах соціально-економічного реформування суспільства у другій половині XIX – на початку XX ст. // Суспільно-політичні процеси на українських землях: історія, проблеми, перспективи : зб. матеріалів Всеукр. наук.-практ. конф., 20 трав. 2011 р. – Суми : СумДУ, 2011. – Ч. 1. – С. 211–213.

3. Орлова Т. В. Війни XX століття і українське жіноцтво у дзеркалі історіографії // Сторінки історії. – 2008. – Вип. 27. – С. 136–144.
4. Романишин Л. Український жіночий рух у контексті національного відродження наприкінці XX – початку XXI ст.: історіографія проблеми // Україна – Європа – Світ. – 2012. – Вип. 10. – С. 347–353. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ues\\_2012\\_10\\_41](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ues_2012_10_41).
5. Смоляр Л. О. (ред.) Жіночі студії в Україні: Жінка в історії та сьогодні : монографія. – Одеса : Астропринт, 1999. – 440 с.
6. Томчук Л. В. У світлі жіночої ідентичності // Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Філологія. – 2009. – Вип. 21. – С. 105–108.

***М. М. Маслова***

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ВПЛИВ ЄВРОІНТЕГРАЦІЙНИХ ПРОЦЕСІВ НА СИСТЕМУ ЦІННОСТЕЙ СУЧАСНОГО УКРАЇНСЬКОГО СТАРШОКЛАСНИКА**

У контексті сучасних глобалізаційних викликів та активних євроінтеграційних прагнень України особливої актуальності набуває вивчення змін, що відбуваються у світогляді молодого покоління. Старшокласники як соціально активна частина молоді перебувають на етапі формування власної системи цінностей, яка визначає їхні життєві пріоритети, поведінкові моделі та майбутню громадянську позицію. Євроінтеграційні процеси зумовлюють нові соціокультурні орієнтири, які стають предметом осмислення молоді.

Сьогодні надзвичайно важливо дослідити, як саме інтеграція до європейського простору впливає на ціннісну сферу старшокласників, які зміни в системі їхніх життєвих орієнтирів викликає контакт з європейськими нормами, свободами та освітніми моделями. Такий аналіз дає змогу не лише зафіксувати динаміку трансформацій, але й виявити потенційні виклики у процесі формування гармонійної, громадянсько свідомої особистості.

Аналіз науково-методичної літератури доводить, що чимало як вітчизняних (К. Артюшина, Н. Безлюдна, Н. Бондаренко, І. Гуменна, Г. Груць, С. Золотухіна, Н. Ігнатенко, О. Іонова, Я. Казимир, Т. Маланчук, О. Сахань, В.

Семиченко, С. Стеблюк, Н. Ткачова), так і зарубіжних науковців (F. Asderaki, C. Borca, M. Crego, G. Domilescu, M. Schratz, V. Soriano, W. Veugelers) активно досліджують європейські цінності та ціннісні орієнтири у своїх роботах.

**Метою цієї публікації** є виявлення особливостей впливу євроінтеграційних процесів на систему цінностей учнів 9-11 класів ЗЗСО та визначення провідних цінностей старшокласників, утворених внаслідок процесу євроінтеграції нашої країни.

Найважливішим документом, що регламентує процес європейської інтеграції нашої країни, є Угода про асоціацію між Україною, з однієї сторони, та Європейським Союзом з іншої сторони (2015р.), яка визначає євроінтеграційний вектор розвитку України в усіх сферах діяльності, включаючи політичну, економічну, соціальну, культурну та освітню [6]. Одним із ключових результатів руху України в бік ЄС є посилення орієнтації на демократичні цінності, верховенство права, захист прав людини та розвиток громадянського суспільства. Європейські стандарти поступово стають орієнтиром для реформ у державному управлінні, освіті, правовій системі та інших важливих сферах суспільного життя.

Крім того, євроінтеграція сприяє оновленню суспільної свідомості, формуванню європейської ідентичності та активізації прагнення до соціальних змін серед громадян, особливо молоді. Відкритість до європейського освітнього, інформаційного і культурного простору розширює горизонти особистісного розвитку, сприяє професійному зростанню та формує критичне мислення. Усе це в комплексі посилює потенціал України як демократичної, проєвропейськи орієнтованої держави.

Такі зміни не можуть не відображатись на системі ціннісних орієнтацій громадян. У нашому суспільстві міцно закріплені євроінтеграційні прагнення, які супроводжуються широкою підтримкою вступу України до ЄС. Ці настрої виражаються в бажанні ототожнювати європейські цінності з такими фундаментальними принципами, як соціальна справедливість, свобода, демократія, суспільний порядок та економічний добробут. Численні дослідження, проведені як українськими ([3], [1], [4]), так і міжнародними науковцями ([7], [8]), підтверджують цю тенденцію.

Дослідження Д. Бибик підкреслюють зростаючу важливість загальнолюдських, моральних і духовних цінностей учнівської молоді, які переважають над матеріальними. Вона наголошує, що в умовах воєнного стану українська учнівська молодь все більше цінує своє життя, здоров'я та добробут

близьких. Цінності молоді орієнтовані на свободу висловлювань, незалежність у прийнятті рішень, а також на можливість реалізувати себе через навчання й організацію дозвілля [2, с. 51].

Наше власне дослідження підтримки європейських цінностей серед учнів 9-11 класів ЗЗСО підтверджує той факт, що старшокласники позитивно оцінюють євроінтеграцію України, усвідомлюють важливість європейських цінностей та підтримують їх впровадження в освітній процес [5, с. 256].

За результатами цього дослідження, більшість старшокласників (53,6%) позитивно оцінюють інтеграцію України до Європейського Союзу, що свідчить про їхнє сприятливе ставлення до цього процесу. Найбільш зрозумілими для них є європейські цінності, такі як свобода (78,4%), права людини (76,3%), рівність (62,9%) та толерантність (61,9%). Водночас такі принципи, як верховенство права (43,3%), солідарність (13,4%) та антирасизм (11,3%), залишаються менш зрозумілими і потребують глибшого висвітлення в освітньому середовищі.

Свобода (59,8%), права людини (54,6%) та справедливість (50,5%) були визначені старшокласниками як найважливіші для них цінності. Учні також переконані, що європейські цінності сприяють їхньому розвитку, оскільки 70,1% респондентів вважають, що їх впровадження створює більше можливостей для освіти та працевлаштування. Це підтверджує їхнє бачення євроінтеграції як позитивного впливу на особисте та соціальне життя.

Підтримка європейського виміру в освіті залишається на високому рівні серед старшокласників, оскільки 83,5% висловлюють підтримку розвитку цієї сфери. Такі результати демонструють усвідомлення молоддю важливості європейських цінностей для їхнього майбутнього, як частини прогресивної та справедливої держави.

**Висновки.** Підсумовуючи зазначене вище, доходимо висновку, що більшість учнів 9-11 класів не лише позитивно оцінюють євроінтеграцію, а й активно підтримують впровадження європейських цінностей в освітній процес, що свідчить про високий рівень їхньої громадянської зрілості та готовності до європейського співіснування. Таким чином, вплив євроінтеграційних процесів на систему цінностей сучасного українського старшокласника є надзвичайно важливим, оскільки саме в цей період формується світогляд молоді, орієнтований на демократичні принципи, свободу, толерантність і громадянську свідомість, що є основою для розвитку проєвропейського суспільства.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Акуленко, Л., Балакірєва, О., Волосевич, І., Дмитрук, Д., Костюченко, Т., Лациба, І., Павлова, Д., Шуренкова, А. Світове дослідження цінностей в Україні. Український центр європейської політики. Київ. 2020. 216с. URL: [https://ucep.org.ua/wp-content/uploads/2020/11/WVS\\_UA\\_2020\\_report\\_WEB.pdf](https://ucep.org.ua/wp-content/uploads/2020/11/WVS_UA_2020_report_WEB.pdf) (дата звернення: 16.04.25).
2. Бирик, Д. Ціннісні орієнтації учнівської молоді України в умовах воєнного стану. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*. 2022. № 26, кн. 1. С. 43-54. DOI: 10.32405/2308-3778-2022-26-1-43-54.
3. Всеукраїнське соціологічне дослідження «Українське суспільство та європейські цінності». 2017. 44с. URL: <http://library.fes.de/pdffiles/bueros/ukraine/13570.pdf>. (дата звернення: 16.04.25).
4. Котенський, А. Чому українці підтримують європейський вибір, – дослідження. Львівський портал. 2021. URL: <https://portal.lviv.ua/news/2021/10/01/chomu-ukraintsi-pidtrymuiut-ievropejskyjvybir-doslidzhennia>. (дата звернення: 16.04.25).
5. Маслова М.М., Гончарова О.А. Ціннісні пріоритети учнівської молоді в контексті євроінтеграційних процесів. Актуальні питання сучасної педагогіки: творчість, майстерність, професіоналізм: *матеріали VI Міжнародної науково-практичної конференції*, (Комунальний заклад вищої освіти „Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія” Полтавської обласної ради, 21.03.2025) / [редактор-упорядник: Т. В. Кулікова] Кременчук: Методичний кабінет, 2025. С. 253-257.
6. Угода про Асоціацію між Україною, з однієї сторони, та Європейським СУоюзом, Європейським співтовариством з атомної енергії і їхніми державами-членами, з іншої сторони. URL: [https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/984\\_011#Text](https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/984_011#Text) (дата звернення: 16.04.25).
7. Buhbe, M. How Ukrainians perceive European values. *Main Results of an Empirical Survey*. Berlin, Germany. 22p. 2017. URL: <https://library.fes.de/pdf-files/id-moe/13731.pdf>. (дата звернення: 16.04.25).
8. Walter, L., Mayer, S.J., Dollmann, J., Jacobsen, J., and Meth, A. High levels of support for European Union accession in Ukraine during the war in 2022. *An analysis based on the ReUP study*. DeZIM. insights Working Papers 6, Berlin: German Center for Integration and Migration Research. 2022. 13p.

**Ю. В. Мельникова**

здобувачка вищої освіти  
другого (магістерського) рівня  
спеціальності 053 Психологія  
Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького  
науковий керівник:  
кандидат психологічних наук,  
доцент Шевченко С.В.

## **ОСОБЛИВОСТІ НАДАННЯ КОНСУЛЬТАТИВНОЇ ДОПОМОГИ З ПИТАНЬ КАР'ЄРНОЇ РЕАЛІЗАЦІЇ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ**

Унаслідок повномасштабної війни в Україні значно зросла кількість внутрішньо переміщених осіб (ВПО), які зіткнулися з соціальною нестабільністю, втратою професійної ідентичності, розривом соціальних зв'язків та новими викликами щодо адаптації. За даними Міністерства з питань реінтеграції тимчасово окупованих територій, станом на 2023 рік в Україні зареєстровано понад 5 мільйонів ВПО. Це явище набуло не лише демографічного, але й глибоко психологічного характеру, актуалізуючи потребу у фаховій консультативній допомозі, зокрема у сфері професійної самореалізації.

Кар'єрна реалізація виступає ключовим чинником інтеграції особи в нове середовище. Як зазначає Бурлачук В. Н., професійна активність забезпечує базові потреби особистості, сприяє стабілізації самооцінки, зміцненню психічного здоров'я та відчуття сенсу життя [2, с. 114].

Мета цього дослідження полягає у теоретичному вивченні психологічних особливостей надання консультативної допомоги ВПО щодо питань кар'єрної реалізації.

Правовий статус ВПО визначений Законом України «Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб» [1], де зафіксовано, що такі особи були змушені залишити місце проживання через збройний конфлікт. Переміщення має серйозні наслідки для психоемоційного стану — особа переживає втрату життєвих орієнтирів, соціального капіталу, професійного середовища. За спостереженнями Кучер І. П., основними бар'єрами є не лише

юридичні труднощі, а й психологічні: емоційне виснаження, тривожність, зниження мотивації [4, с. 36].

Кар'єрна реалізація у контексті психологічного функціонування постає як чинник, що сприяє адаптації до нових умов, зменшенню дезадаптації та зростанню рівня суб'єктності. Вона передбачає можливість реалізувати власні цінності, здібності та прагнення через працю. Особливої актуальності ця потреба набуває у кризовій ситуації, коли індивід позбавлений звичних умов життя [2, с. 118]. Зайнятість виконує функції не лише матеріального забезпечення, а й соціалізації, структуризації часу, створення нових зв'язків, що знижує ризик ізоляції та психоемоційного виснаження.

У процесі консультування ВПО особливу роль відіграє створення безпечного простору для висловлення емоцій, переживань і рефлексії над втраченим. За Мельничук Л. І., стабілізаційна робота з клієнтами має передувати будь-якому кар'єрному плануванню [5, с. 67]. На цьому етапі доцільно використовувати техніки дихальної релаксації, тілесно-орієнтовану терапію, вправи на повернення в "тут-і-зараз".

Психологічні бар'єри працевлаштування часто пов'язані з низькою самооцінкою, втратою контролю над життям, страхом невдачі, відсутністю бачення перспективи [3, с. 48]. Важливо диференціювати індивідуальні труднощі й оцінювати ресурси клієнта: рівень освіти, попередній досвід, соціальну підтримку. Консультант має допомогти клієнту усвідомити сильні сторони, набутий досвід, побачити можливості трансформації труднощів у нові компетенції.

Методичний арсенал консультанта включає когнітивно-поведінкові техніки, методи позитивної психотерапії, арт-терапію, психоосвіту. Зокрема, ефективними є техніки рефреймінгу, побудова майбутніх сценаріїв, вправи на посилення впевненості у собі. Психодіагностичні методики (Holland, Kuder) дозволяють окреслити професійні інтереси клієнта та обрати релевантні напрямки [2, с. 120]. Застосування технік самопрезентації, тренінгів з розвитку емоційного інтелекту, навичок тайм-менеджменту також відіграє позитивну роль.

Менторство в умовах внутрішнього переміщення виступає інструментом підтримки, що поєднує емоційну стабілізацію з розвитком професійної ідентичності. Успішний ментор здатен передати моделі адаптації, посилити мотивацію, а також сприяти створенню нових соціальних зв'язків [7, с. 97]. Особливої ефективності досягають групові формати менторства, воркшопи,

зустрічі професійних спільнот. Дані ООН (2022) свідчать про зростання рівня працевлаштування серед учасників таких програм на 35%.

Таким чином, психологічне консультування ВПО потребує індивідуального, емпатійного та інтегративного підходу, що враховує складність травматичного досвіду. Забезпечення кар'єрної реалізації є не лише засобом економічної стабільності, але й потужним інструментом психічної реабілітації, відновлення цілісності «Я» та життєвої перспективи.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Бурлачук В. Н. Основи психологічного консультування. Київ: Логос, 2019. 192 с.
2. Закон України "Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб". Відомості Верховної Ради України, 2014. № 44. Ст. 2044.
3. Зозуля О. Ю. Кар'єрне зростання в умовах кризи: психологічний супровід. Дніпро: Університет, 2021. 104 с.
4. Кучер І. П. Соціальна адаптація ВПО: виклики та перспективи. Чернівці: Рута, 2021. 112 с.
5. Мельничук Л. І. Психологія травматичного досвіду. Львів: Новий Світ, 2022. 130 с.
6. Янковська Т. О. Психологічна підтримка осіб, які зазнали втрати житла. Харків: Права людини, 2020. 88 с.

***О.К. Мірошніченко***

М914/1 сг

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

### **УТВОРЕННЯ ТА ФУНКЦІОНУВАННЯ НІМЕЦЬКИХ НАЦІОНАЛЬНИХ РАЙОНІВ В УКРАЇНІ У 1920-Х РОКАХ: ПОЛІТИЧНІ, СОЦІАЛЬНО- ЕКОНОМІЧНІ ТА КУЛЬТУРНІ АСПЕКТИ**

#### **Анотація:**

Доповідь присвячена аналізу процесу створення та діяльності німецьких національних районів в Українській СРР у 1924–1930 рр. Розглядаються



передумови політики коренізації, механізми адміністративно-територіальної реформи, а також соціально-економічні й культурно-освітні наслідки для німецьких громад. На основі архівних даних і статистики демонструється, як радянська влада намагалася поєднати прагнення до централізованого контролю з ідеологією інтернаціоналізму та підтримкою «неросійських» кадрів .

### **Вступ:**

У 1920-х роках радянська національна політика пройшла етапи «коренізації» та формування національних районів, що мало сприяти зближенню націй і розв'язанню «національного питання» в умовах будівництва соціалізму . Особливу увагу привернуло створення національних адміністративно-територіальних одиниць для німецьких громад – однієї з найбільших неслов'янських спільнот України.

### **Політичні передумови коренізації**

Після XII з'їзду РКП(б) (квітень 1923) було офіційно затверджено курс на «коренізацію» – просування кадрів корінної національності, введення діловодства й культурних закладів мовою місцевого населення . В Україні це вилилось у масову українізацію та паралельно – у створення національних районів, які мали стати інструментом інтеграції німецького населення в радянську систему.

### **Утворення німецьких національних районів**

Нормативна база: Постанова РНК УСРР від 24 серпня 1924 р. «Про виділення національних районів і рад» встановила мінімальні норми населення – 10 0

Перші райони: 11 червня 1924 р. ВУЦВК і РНК УСРР утворили утворення Пришибського, Молочанського, Чернігівського та Петропавлівського районів на території Катеринославської губернії . До жовтня 1925 р. офіційно функціонували також Ландауський (Карл-Лібкнехтівський), Люксембурзький та Зельцький райони.

Динаміка: На кінець 1926 р. в Україні діяло вже 12 національних районів (7 німецьких) та понад 150 національних сільрад . Формування тривало до початку 1930-х років, коли загальна кількість німецьких районів зросла до семи.

### **Соціально-економічні й культурні аспекти**

#### **1. Економіка та кооперація**

- Під час НЕПу німецькі колонії відновили кооперативні товариства, але до 1929 р. їх заборонили як «куркульські» .
- Земельне питання вирішувалося нерівномірно: хоча колоністам

обіцяли додаткові наділи, на практиці вони отримували значно менше землі, ніж втратили на початку 1920-х .

#### Культурно-освітня політика

- Відкрито понад 600 німецьких шкіл, кількість яких зросла до 625 у 1926 р., але не завжди забезпечувалося викладання виключно рідною мовою і на всіх рівнях освіти .
- Створено мережу педагогічних і технічних училищ (Пришибське, Молочанське, Ландауське тощо), хати-читальні, бібліотеки; видавалися 18 газет і журналів німецькою мовою .

#### Політична інтеграція й представництво

- Німці отримали квоти у місцевих радах, виконкомах та партійних органах, що сприяло зростанню довіри до радянської влади у 1925–1928 рр.
- Проте часті перевірки і звіти вищих партійних інстанцій засвідчили низьку ефективність сілрад, мовну невизначеність та бюрократичні перешкоди в роботі районних органів .

#### Висновки:

Утворення німецьких національних районів стало одним із ключових елементів радянської національної політики 1920-х років. З одного боку, це дозволило забезпечити представництво німецького населення в органах влади та розвинути систему освіти і культури рідною мовою. З іншого – радянська бюрократія, зміна економічних пріоритетів та поступова централізація влади обмежували реальні можливості автономії. Уже до кінця десятиліття спостерігався поступовий відхід від коренізаційних заходів і посилення централізованого контролю, що в кінцевому підсумку призвело до ліквідації частини національних районів на початку 1930-х років.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Сто років тому більшовики з Москви запустили політику українізації, щоб зміцнити свою владу в Україні... // Babel. : <https://babel.ua/texts/58047>
2. Історія та культура України. Реферат // Osvita.ua. : <https://ru.osvita.ua/vnz/reports/culture/11286/>
3. Історія українізації. Частина 5: Відродження національних меншин // AR25.org. : <https://www.ar25.org/article/istoriya-ukrayinizaciyi-chastyna-5-vidrozhennya-nacionalnyh-menshyn.html>

***Нагієва Е.Е***

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького  
Науковий керівник – к.психол.н.,  
доцент кафедри психології  
Шевченко С.В

## **КАЗКА ЯК ТЕРАПЕВТИЧНА ПРАКТИКА: ДОПОМОГА ЖІНКАМ У ПЕРІОД АДАПТАЦІЇ ПІСЛЯ ЕМІГРАЦІЇ**

Сучасні військові конфлікти, зокрема війна в Україні, призвели до масової вимушеної еміграції. Жінки, які були змушені залишити свої домівки, часто опиняються в умовах високого рівня стресу, соціальної ізоляції, втрати стабільності та впевненості в майбутньому. Їх адаптація до нового середовища ускладнюється психологічною травмою.

У ситуаціях вимушеної еміграції люди змушені мобілізувати зусилля, які часто досягають меж або навіть перевищують їхні адаптаційні можливості. Одночасно з цим, глибоке відчуття загрози власному життю та безпеці близьких стимулює прагнення подолати виклики, що виникають. Саме поєднання цих факторів підкреслює необхідність і значущість кваліфікованої психологічної допомоги [1, с. 165].

Тяжкість посттравматичного стресового розладу та соціально-психологічної дезадаптації у жінок – вимушених переселенок, коли вони переживають стійкі кризові стани внаслідок психотравмуючої ситуації, призводить до: розвитку тривожно-депресивної та фобічної симптоматики; Ворожість, почуття гніву, нав'язливі хворобливі спогади про те, що сталося; Уникати всього, що пов'язано або пов'язане з психологічною травмою; відчуження і скорочення соціальних контактів і спілкування; порушення соціально-психологічної адаптації [1, с. 167].

Гармонійно організована психологічна підтримка може значно полегшити процес адаптації вимушених переселенців до нових соціальних і культурних

умов, а також сприяти їх успішній інтеграції в громаду. Ефективний психологічний супровід має бути спрямований на мобілізацію внутрішніх ресурсів особистості, формування навичок самодопомоги та подолання стану залежності й інфантильності, що часто виникають під впливом травматичних життєвих обставин і симптомів посттравматичного стресу.

Казка як терапевтична практика набуває особливої значущості у контексті підтримки жінок, які переживають період адаптації після еміграції. Сам процес переїзду до іншої країни нерідко супроводжується глибокими внутрішніми кризами: втратою відчуття стабільності, безпеки, соціального статусу, звичного кола спілкування, а також емоційною ізоляцією. Усе це може спричинити глибокі психоемоційні труднощі – тривожність, депресивні стани, почуття розгубленості й самотності. Жінки, які емігрують, часто не тільки переживають ці почуття самі, а й водночас змушені залишатися сильними для своїх дітей і близьких, що додає додаткового психологічного навантаження. Саме тому виникає нагальна потреба в м'якому, але дієвому психотерапевтичному методі, який би дозволяв жінці поступово й без тиску працювати зі своїми переживаннями – і таким методом може стати казко терапія [2, с. 144].

Казка, як художній і психологічний феномен, має глибоко символічну структуру. У ній використовуються архетипи – універсальні образи, які живуть у колективному несвідомому, відповідно до теорії К. Г. Юнга. Героїня казки часто проходить шлях ініціації: вона стикається з труднощами, переборює їх, змінюється й досягає нової якості буття. Такий сюжет може стати потужним джерелом натхнення й моделювання внутрішніх процесів для жінки, яка переживає період трансформації після еміграції. Вона не лише читає чи слухає казку – вона проживає її, переносить на себе досвід героїні, відкриває в собі приховані ресурси, сили, потенціал [2, с. 147].

Особливу роль відіграє не тільки пасивне сприймання готової казки, а й активне створення власної. Коли жінка творить особисту історію у формі казки, вона має змогу через метафору висловити ті емоції, які важко артикулювати безпосередньо. У вигаданих персонажах, ситуаціях і світах приховуються її страхи, спогади, мрії та прагнення. Створення власної казки активізує процес самопізнання, допомагає налагодити діалог зі своїм внутрішнім світом, переосмислити досвід еміграції не як втрату, а як важливий життєвий етап, що відкриває нові можливості [3, с. 51].

Казкотерапія добре поєднується з іншими психотерапевтичними методами, зокрема арт-терапією, психодрамою та пісочною терапією. Після

прослуховування або прочитання казки, з метою закріплення її змісту на свідомому рівні, клієнту можна запропонувати зобразити найбільш емоційно насичений момент у малюнку, інсценізувати сюжет, або ж відтворити історію за допомогою ляльок чи фігурок у пісочниці. Ефективним доповненням до казкотерапії є використання метафоричних асоціативних карт – у випадках, коли клієнту складно самотійно вигадати сюжет, йому пропонують витягти 6 карток та на їх основі створити послідовну історію [3, с. 52].

Ще один підхід до створення терапевтичної казки полягає у наданні клієнту структурованого алгоритму для старту – наприклад, 6–7 незавершених речень, які слід дописати, або перелік типових казкових елементів (будинки, річка, гора, печера, герой, перешкода, помічник тощо), на основі яких складається сюжетна лінія [3, с. 52].

Казки виступають символічним відображенням давніх ритуалів і життєвих переходів. Проходячи крізь труднощі, головний герой трансформується, досягає нового рівня усвідомлення і особистісного зростання. Таким чином, казка сприяє психологічному дозріванню, допомагає осмислити способи подолання життєвих проблем і, проектуючи казкові події на власний досвід, людина здатна змінити своє життя на глибшому, якіснішому рівні [4, с. 2].

Казкотерапія також має значний потенціал у груповому форматі. Жінки, які беруть участь у спільному створенні чи обговоренні казок, знаходять у цьому підтримку, взаєморозуміння, прийняття. У колективному просторі зникає відчуття ізоляції, натомість з'являється відчуття приналежності до спільноти. Така форма роботи особливо важлива для емігранток, адже дає змогу налагодити нові соціальні зв'язки, зменшити тривожність, підвищити самооцінку.

Важливо також відзначити культурну функцію казки. Казки, які жінка пам'ятає з дитинства, що зберігають національні традиції та образи, є своєрідним «містком» між її минулим у рідній країні та новим життям. Через них зберігається відчуття ідентичності, поваги до свого коріння. У новому культурному середовищі така внутрішня стабільність є дуже важливою – вона дозволяє інтегруватися, не втрачаючи себе [4, с. 2].

Образ героїні казки виступає як модель особистісного зростання. Часто це тендітна, але смілива дівчина, яка, незважаючи на всі труднощі, долає перешкоди, знаходить союзників, перемагає зло й отримує заслужену винагороду. Для жінки, яка опинилася у складних життєвих обставинах, такий образ стає проекцією її потенційного «я» – сильної, витривалої, мудрої. Це надихає, додає впевненості, пробуджує віру в себе [4, с. 2].

Отже, казкотерапія як форма психологічної підтримки є не лише ефективним методом для подолання емоційної кризи, а й засобом зміцнення особистісного ядра, відновлення цілісності, жіночої гідності та сили. В умовах еміграції, де жінка стикається з множинними викликами, казка стає простором, у якому можна не лише втекти від реальності, а й знайти шляхи до її прийняття й перетворення. Її терапевтична дія м'яка, але глибока, адже вона торкається не тільки розуму, а й душі.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Данилюк І. В. Казкотерапія як метод психологічного впливу на особистість. Психологічний часопис. 2019. № 6. С. 161-173.
2. Замелюк М. І. Майстер-клас «Майстерня казкотерапії». Вектор пошуку в сучасному освітньому просторі: матеріали IV обласної науково-практичної конференції (15 лютого 2018 р. м. Луцьк). Луцьк, Волиньполіграф, 208 с.
3. Замелюк М. Казкотерапія як засіб активізації творчого потенціалу особистості. Підготовка конкурентоздатного фахівця дошкільної та початкової освіти: реалії й перспективи: матеріали II Міжнар. наук.-практ. Інтернет-конф. (м. Луцьк, 25–26 черв. 2015 р.) / за заг. ред. проф. Пріми Р. М. Луцьк: ПП Іванюк. П., 2015. С. 50-53.
4. Кльоц Л. Можливості казкотерапії у подоланні психічної травми. Житомирщина педагогічна. 2022. № 2(26). С. 1–5.

**Оганян.А.Т**

Ніжинський державний  
університет імені Миколи Гоголя  
Науковий керівник – канд. іст. наук,  
доц. Потапенко.М.В,  
кафедри історії України

### ПОЛІЕТНІЧНІСТЬ НІЖИНА – ЯК УНІКАЛЬНИЙ ЧИННИК ДЛЯ РОЗВИТКУ МІСТА НА ТЕРЕНАХ ЛІВОБЕРЕЖЖЯ

Україна протягом своєї історії пережила численні перипетії, від руських часів до сьогодення, в тому числі земля Чернігово-Сіверська, зокрема й славетне

місто Ніжин, де народилися, живи й вирували люди різних культур та життєвих доль. Нині, Ніжин є звичайний та тихим провінційним містом, який зберігає та культивує свою полікультурну спадщину, що створює неабияку строкату історію зі своїми видатними уродженцями.

Проблема тема полягає в тому, що наразі громадськість по всеукраїнському масштабу є мало обізнаною щодо поліетнічної історії цього міста, тому завданнями цієї роботи є висвітлення та ознайомлення з монументальною спадщиною міста.

Ніжин є одним із найдревніших міст України, поряд із Києвом та Черніговом та датується 993-им роком, а у «Повісті временних літ» вперше згадується у 1078 році, як «Нежatina Нива» [7].

Сама ж історія поліетнічності офіційно починається із наданням магдебурзького права за сприяння місцевих поляків у 1625 р., що у поєднанні із вигідним географічним розташуванням між численні торгові шляхи з Річчю Посполитою, Московським царством, Османською імперією та Персією зробило Ніжин місцем для невпинної торгівлі та численних ярмарків, що сприяло перетину людей різних етносів та культур, де міжкультурний діалог ніколи не викликав конфліктів [4]. Внаслідок чого у 1657 році Богдан Хмельницький запросив греків до Ніжина надавши їм привілеї у торгівлі, у 1675 році вони заснували колонію, де мали самоврядування до 1872 року. За цей період грецька спільнота збудувала численні церкви, зокрема Іоана Богослова, Всіх Святих та ін., заснувавши школи, училище, кав'ярню, банк, магазини, торгові ряди, госпіталь, кладовище, аптеку імені Михайла Лігди, яка нині є аптекою-музеєм та навіть заснували власну дворянську династію Тернавіотів, де навіть 2 покоління цього роду правило Ніжином, тому Ніжин інколи називають «маленькою Грецією» та завдяки грецьким купцям бренд «ніжинський огірок» розповсюдився по всьому старому світу, на честь якого у 2005 встановили пам'ятник, що є один із перших пам'ятників присвячений овочу у світі [2].

За зразком греків, у 1711 р. з'явилися перші вірмени. А вже у 1730-х роках відомий вірменський купець Ян Карапет, який походив із Гезлева (Євпаторії) створив у місті Ніжин велику транзитну торгову базу, через яку купці з Персії, Османської імперії та інших місць вели активну торгівлю, це було обумовлено тісними зв'язками Карапета з вірменськими купцям Євпаторії та Криму загалом. Торгівля була східними товарами, як шовк, вино, мило, ладан, бакалія, прянощі, тканини, а експортували хутра [10, 603]. У 1736 році він отримав підозру щодо у шпигунства на користь Кримського ханства (васала Османської імперії) під час

російсько-турецької війни. У 1732 році єзуїт Мельхіор Гермес, який володів вірменською мовою та мабуть й сам був вірменином, запропонував створити в Ніжині вірменсько-католицький місіонерський осередок. В ході чого, він навіть отримав дозвіл від імператриці Анни на будівництво в місті вірменсько-католицького костюлу, задля задоволення релігійних потреб вірменських купців. Але, будівництва храму не відбулося, внаслідок підозри про шпигунство Яна Карапета [6].

Єврейська громада також залишила свій слід у вигляді будівель колишніх готелів та 10 синагог, зокрема Золотницького та Шнеєрсона, де Ребе Дов-Бер Шнеєрсон бен Шнеури Залман, був єврейським релігійним діячем та фундатором хасидизму, внаслідок чого центр світового хасидизму перейшов у м.Ніжин, нині його могила є місцем щорічних паломництв, поряд з якою збудоване комплекс єврейського кладовища та діюча синагога [1].

Із зведенням у 1820 р. за проектом італійського архітектора Луїджі Руски Гімназії вищих наук імені князя Безбородька, починається нова хвиля культурного збагачення Ніжина представниками французького, білоруського, ерзянського, німецького, шведського та інших народів [8].

Хоча у багатогранній історії міста були й темні сторінки в історії, як єврейські погроми 1881, 1905 та 1919 р., які є безперечним мінусами поліетнічності [3;5].

Але є й плюси, зокрема спадщина визначних персоналій в історії Ніжина, які були із різних міст світу, нині на базі яких встановлюються та розбудовуються міжнародні зв'язки із закордонними містами. Наприклад меценати брати Зосими які залишили неабиякий слід в історії міста, походили з міста Яніна, з яким у 2002 р. встановлені дипломатичні стосунки, як міста-побратими [9].

Хоча, протягом різних епох у місті були і є представники різних етносів від греків, вірмен, сербів та волохів та до ассирійців, калмиків й чувашів, але переважною більшістю населення завжди становили українці. Тому, у місті Ніжині функціонує 8 громадських організацій, задля об'єднання та консолідації національних меншин.

Ніжин – багатий край, із славним минулим і світлим майбутнім. В якому переплітаються різні народи й культури, в якому й зростають великі сини та доньки українського народу, а історико-культурна спадщина цього краю оберігається в його автентичній архітектурі.



## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. «МИ - УКРАЇНЦІ!» - проєкт, в якому звучать голоси багатонаціонального Ніжина. Ніжинська міська рада. 25.11.2022. URL: <https://nizhynrada.gov.ua/news/novini/mi-ukrajinci-proyekt-v-yakomu-zvuchat-golosi-bagatonacionalnogo-nizhina>
2. ГРЕКИ В НІЖИНІ. Бібліотека Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя. 2001. URL: <http://lib.ndu.edu.ua:8080/dspace/bitstream/123456789/262/1/Греки%20в%20Ніжині%20202.pdf>
3. Лейберов О. “Огради жизнь, имущество и честь русских людей, и всю истстрадавшуюся Россию...” – жовтневі події 1905 року в Ніжині. Наукова електронна бібліотека періодичних видань НАН України. URL: <http://dspace.nbuv.gov.ua/bitstream/handle/123456789/22594/17-Leiberov.pdf?sequence=1>
4. Морозов О. Біля витоків польської громади. Ніжинська старовина. 2002.
5. Потапенко М. “Живі заздять мертвим”. До історії єврейського погрому в Ніжині у 1919 р.. Наукова електронна бібліотека періодичних видань НАН України. URL: <http://dspace.nbuv.gov.ua/bitstream/handle/123456789/22594/17-Leiberov.pdf?sequence=1>
6. Потапенко М. Вірмени Ніжина. 2025.
7. Старовинні міста України. Ніжин. НАЦІОНАЛЬНА ІСТОРИЧНА БІБЛІОТЕКА УКРАЇНИ. 17.06.2020. URL: <https://nibu.kyiv.ua/exhibitions/301/>
8. Хроніка подій із життя Ніжинської вищої школи (1805 - 2000 рр.). Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя. URL: <http://www.ndu.edu.ua/index.php/ua/zagalna-informatsiya/khronika-podij>
9. Яніна (Грецька Республіка) Ιωάννινα (Ελληνική Δημοκρατία) Jannina (Greece). Ніжинська міська рада. URL: <https://nizhynrada.gov.ua/nmr/pro-misto-about-city/mizhnarodni-zv-yazki/mista-pobratimi/yanina-grecka-respublika-ioannina-elliniki-dimokratia-jannina-greece>
10. Հայ Միյունք Հանրագիտարան. Վիքիդարան. 2003. URL: [https://hy.wikisource.org/wiki/Էջ:Հայ\\_Միյունք\\_հանրագիտարան\\_2003.djvu/597](https://hy.wikisource.org/wiki/Էջ:Հայ_Միյունք_հանրագիտարան_2003.djvu/597)

**К.В. Пуліна**

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## MAIN TRANSLATION STRATEGIES FOR MOVIE TITLES

Film and cartoon titles play a crucial role in attracting an audience and conveying the essence of a film. A well-translated title can intrigue viewers, reflect cultural nuances and contribute to the film's success in foreign markets. However, translating movie titles is a complex task that involves more than just linguistic accuracy. Cultural differences, marketing strategies and audience expectations all influence the choice of translation techniques. A title that works well in one language may not have the same effect in another, requiring translators to make creative and strategic decisions [2, p. 35].

The approach to title translation varies significantly between cultures, influenced by linguistic structures, cultural values and audience expectations. Understanding these differences is crucial to creating effective translations that resonate with local audiences.

First of all, there are **linguistic considerations**. Different languages have unique linguistic features that can affect the translation of titles. For example, languages with gender-specific nouns, such as Spanish or German, may require adaptations to maintain grammatical consistency. For example, In Spanish, *The Lion King* becomes *El Rey Leon*, where the definite article 'El' is required to conform to the grammatical rules of the language and means masculine gender. English titles, on the other hand, may offer more flexibility, allowing for straightforward translations without regard to gender. This difference highlights the importance of understanding the grammatical structure of the target language when translating titles. Second, there are **cultural references** and **sensitivity**. Cultural references play an important role in how titles are perceived. An American film title full of pop culture references may not translate well in a Ukrainian or Japanese context. For example: *The Hangover* ---> *Похмілля у Вегасі* (Ukrainian). This adaptation provides context, as the original title's humor may not resonate universally. The phrase 'hangover' may not be as easily understood in cultures where alcohol consumption is less common or culturally significant. In contrast, titles in countries with rich folklore, such as Japan, often incorporate local myths or legends. For example, *Spirited Away* was translated into *Мандри духів* in Ukraine, emphasizing

the mystical elements familiar to Ukrainian audiences. Also, **market preferences** should be considered. Audience expectations and market preferences have a significant impact on the translation of a title. Some cultures, may prefer a humorous title, while others may prefer more serious or straightforward translations. For example, the title of the cartoon *Finding Dory* ---> *У пошуках Дорі* (Ukrainian). This title emphasizes the narrative journey, which appeals to both cultures. In addition, **impact of globalization** should be taken into account. As globalization continues to shape the film industry, the need for culturally sensitive translations becomes even more important. Films must strike a balance between universal themes and local cultural relevance to ensure, that titles appeal to diverse audiences. For example, the film *CoCo*, which explores Mexican traditions, retains its original title in many languages, but also includes localized promotional materials that highlight the cultural significance of the *Day of the Dead*, making it relatable to audiences worldwide.

Film titles serve multiple functions: they provide insight into the content of the film's content, set expectations and act as a marketing tool. When translating titles, professionals must balance accuracy, cultural relevance and commercial appeal. The choice of translation technique depends on factors such as genre, target audience and linguistic differences between the source and target languages [3, p. 102].

There are several common strategies for translating film and cartoon titles, each with its own advantages and challenges. Let us consider the main ones.

**Literal Translation.** Literal translation involves directly translating the words from the source language into the target language, while retaining the original meaning. This method works well when the title consists of universal words or phrases that do not require cultural adaptation. For example, *Beauty and the Beast* ---> *Красуня та чудовисько* (Ukrainian), *Finding Nemo* ---> *У пошуках Немо* (Ukrainian), *The Green Mile* ---> *Зелена миля* (Ukrainian). However, literal translation may not always capture the intended emotional or cultural nuances, leading to less effective titles.

**Transcription (Transliteration).** Transcription is the process of adapting the pronunciation of the original title into the target language while maintaining its recognizability. This method is often used for franchise or well-known films brands. For example, *Shrek* ---> *Шрек* (Ukrainian).

**Adaptation (Cultural Substitution).** Adaptation modifies the title to meet the cultural expectations of the target audience. This approach is used when the original title contains puns, idioms or references that are unfamiliar to the target culture. For example, *Despicable Me* ---> *Нікчемний я* (Ukrainian), *Моана* ---> *Ваяна* (Ukrainian) (due to copyright issues in some European countries).

**Explication (Adding Information).** Sometimes, additional words are added to clarify the meaning of the original title and make it more appealing to local audiences. For example, *Frozen* ---> *Крижане серце* (Ukrainian), *Zootopia* ---> *Зоомполіс* (Ukrainian).

**Localization.** Localization goes beyond translation by completely adapting a title to match the cultural and linguistic expectations of the target audience. This process often results in entirely new titles that may bear little resemblance to the original. For example, *The Hangover* ---> *Хлонці зі стволами* (Ukrainian). While localization can make a title more appealing to local audiences, it risks losing the original meaning.

**Creative Translation (Reinterpretation).** Some film titles are completely reinterpreted to make them more appealing to potential audiences. This strategy is often used when a direct translation would not be effective in capturing the essence of the film. For example, *Cloudy with a Chance of Meatballs* ---> *Мінлива хмарність, часом фрикадельки* (Ukrainian) (alternative humorous translation), *Tangled* ---> *Рапунцель: Заплутана історія* (Ukrainian).

Thus, the choice of translation technique has a significant impact on how a film is perceived in different markets. A well-translated title can make a movie more attractive, while a poorly translated title can lead to confusion or lack of interest. Factors such as humor, idioms and cultural references must be carefully considered to produce an effective translation. Translators often work closely with marketing teams to ensure that titles appeal to the relevant audience. In some cases, several versions of a title will be tested before the most effective one is chosen. Understanding these strategies helps translators create titles that are not only accurate, but also appealing and marketable.

## REFERENCES

1. Baker M. In Other Words: A Coursebook on Translation. London: Routledge, 1992. 320 p.
2. Newmark P. A Textbook of Translation. Prentice Hall International, 1988. 311 p.
3. Venuti L. The Translator's Invisibility: A History of Translation. London: Routledge, 1995. 353 p.
4. Демченко Н.С. Тенденції перекладу сучасних англомовних фільмонімів на українську мову // Young Scientist, № 12.1 (52.1), 2017. С. 25-29.

*Є. В. Проценкова*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ ФОРМУВАННЯ АНГЛОМОВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ В УЧНІВ СТАРШИХ КЛАСІВ ЗЗСО**

Сучасна парадигма освіти орієнтована на розвиток ключових компетентностей учнів, серед яких чільне місце посідає іншомовна комунікативна компетентність. У зв'язку з інтеграційними процесами в освіті, глобалізацією інформаційного простору та потребою у володінні англійською мовою як засобом міжкультурної комунікації, питання ефективного формування англomовної компетентності набирає актуальності. Особливої ваги це набуває у старших класах закладів загальної середньої освіти, коли мовна підготовка має стати інструментом практичного спілкування, самоосвіти й академічної мобільності.

Аналіз науково-методичної літератури засвідчує стійкий інтерес дослідників до проблеми формування іншомовної компетентності в учнівської молоді. Зокрема, методику проєктного навчання у сфері іншомовної освіти розкрили Дж. Дьюї, Т. Хедж, в Україні — Г. Гудима та Ю. Слодиницька. Метод фліп-класу детально описаний у працях Дж. Бергмана, А. Семса та адаптований до викладацької практики Т. Тоненчук, Н. Цинтар та О. Мудрою. Концепцію CLIL започаткували Д. Марш і А. Маллер, її адаптацію в українському контексті здійснила М. Захаревич. Таксономія Блума як інструмент структурування навчального процесу активно застосовується у практиці викладання, зокрема у дослідженні Ю. Панасюк. Проте, вважаємо, що окреслена нами проблематика потребує додаткового опрацювання у зв'язку з мінливими умовами сьогодення та стрімким розвитком методики викладання іноземних мов як науки. Саме тому **метою** цієї публікації є висвітлення особливостей формування англomовної компетентності учнів старших класів ЗЗСО за допомогою інноваційних технологій, а також узагальнення відповідних технологій, запропонованих вітчизняними та зарубіжними науковцями.

Наведемо нижче найбільш популярні на сьогодні технології формування англомовної компетентності в учнів старших класів ЗЗСО, запропоновані як зарубіжними, так і вітчизняними науковцями.

1. Проектна діяльність (Project-Based Learning), що стимулює учнів до самостійного пошуку інформації, розвитку критичного мислення, колаборації та використання англійської мови в реальних життєвих ситуаціях. Учні працюють у командах над створенням презентацій, відео, брошур чи виступів, орієнтованих на автентичні завдання, що вимагають мовленнєвої взаємодії. Така діяльність передбачає не лише застосування мовних знань, а й розвиток комунікативних стратегій, планування, дослідницьких навичок. Методика проектного навчання була адаптована до викладання іноземних мов Дж. Дьюї, а у сучасному українському освітньому просторі її активно розробляють та впроваджують Г. Гудима та Ю. Слодиницька. Зокрема, результати дослідження вищезазначених мовознавиць підтверджують ефективність проектної технології у формуванні не лише мовної, а й соціокультурної компетентності. Науковиці зазначають, що учні краще запам'ятовують лексику та граматичні структури, коли ці знання застосовуються в реальних комунікативних проектах, орієнтованих на конкретну аудиторію. [1, с. 107-108].

2. Метод фліп-класу (Flipped Classroom), який передбачає самостійне опрацювання теоретичного матеріалу вдома за допомогою відео, інтерактивних презентацій та онлайн-курсів, а практичну діяльність — на уроці у формі speaking club, дебатів або рольових ігор. Це дозволяє використовувати навчальний час максимально ефективно, активізувати усну мовленнєву практику, сприяти автономному навчанню. Учні отримують більше часу для спілкування англійською в класі, що позитивно впливає на їхню впевненість та мовленнєву спонтанність. Цей підхід набув популярності завдяки дослідженням Дж. Бергмана та А. Семса, а в Україні адаптацією до умов вітчизняних освітніх закладів займаються Т. Тоненчук, Н. Цинтар та О. Мудра. Технологія фліп-класу, за дослідженням цих науковиць, сприяє розвитку навичок автономного навчання, дозволяє диференціювати завдання, а також стимулює формування міжособистісної взаємодії у форматі парної та групової роботи. Авторки наукової статті підкреслюють важливість ретельної підготовки мультимедійного контенту та логіки побудови уроку, де значна роль відводиться інтерактивному обговоренню [4, с. 390].

3. CLIL (Content and Language Integrated Learning) — інтегроване вивчення предмета й мови. Наприклад, уроки географії або біології англійською

мовою стимулюють природне засвоєння мовного матеріалу та розширюють словниковий запас учнів. Цей підхід формує умови для занурення в автентичне мовне середовище, сприяє розвитку міжпредметної компетентності та підвищенню мотивації у вивченні іноземної мови. CLIL також підтримує розвиток вищих когнітивних умінь, зокрема аналізу, узагальнення та аргументації. Цей метод був запропонований Д. Маршем і А. Маллером у 1994 році, а серед українських науковців його розвиває М. Захаревич. Дослідження М. Захаревич доводить, що інтегроване навчання предмета й мови позитивно впливає на успішність учнів не лише у сфері мовної компетенції, а й у засвоєнні предметного змісту. Мовознавиця робить акцент на важливості міждисциплінарного планування та залучення автентичних матеріалів [2, с. 610].

4. Таксономія Блума (Bloom's Taxonomy) — класифікація освітніх цілей, розроблена Б. Блумом у 1956 році та оновлена Д. Кратволом та Л. Андерсоном у 2001 році, яка структурує процес навчання за шістьма когнітивними рівнями: знаємо, розуміємо, використовуємо, аналізуємо, оцінюємо та створюємо. У контексті формування англomовної компетентності в говорінні вона дозволяє системно будувати мовленнєву діяльність учнів: від простого відтворення лексики (знаємо) до створення аргументованих монологів та участі в дебатах (створюємо). Завдяки використанню цієї моделі вчитель може розробити завдання, які відповідають різним рівням складності, формуючи поступовий розвиток мовленнєвих умінь та критичного мислення учнів. В Україні елементи таксономії активно інтегруються в методику навчання іноземних мов, зокрема у праці Ю. Панасюк, яка адаптує таксономію Блума для планування та проведення уроків англійської мови. Дана науковиця звертає увагу на потенціал таксономії Блума в контексті формування вищих когнітивних навичок учнів. Застосування цієї технології в навчанні англійської мови дозволяє створювати багаторівневі завдання, орієнтовані на розвиток критичного мислення, аналітичних та творчих умінь. У статті також наведено приклади практичних завдань на кожному з рівнів таксономії, що можуть бути адаптовані до уроків англійської мови в старших класах. [3, с. 25-27].

**Висновки.** Застосування інноваційних методик і технологій має значний потенціал для покращення мовленнєвої підготовки учнів старших класів. Використання проєктної діяльності, фліп-класу, CLIL та таксономії Блума дозволяє тим, хто навчається, не лише розвивати мовні навички, а й формувати критичне мислення, автономність, вміння працювати в команді та використовувати англійську мову як засіб пізнання та самовираження.

Впровадження зазначеного вище сприяє реалізації концепції Нової української школи, реалізації кращих практик ЄС та інтеграції української освіти у європейський простір.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Гудима Г., Слодиницька Ю. Використання методу проєктів під час викладання англійської мови. *Наукові записки. Серія: Філологічні науки*. 2024. № 2 (209). С. 106-111. DOI <https://doi.org/10.32782/2522-4077-2024-209-16>
2. Захаревич М. Методика CLIL в контексті інтегрованого підходу у вивченні іноземної мови. *Наука і техніка сьогодні. Серія: Педагогіка*. 2024. № 12(40). С. 607–641. DOI:10.52058/2786-6025-2024-12(40)-607-641
3. Панасюк Ю. Особливості використання таксономії Б.Блума у контексті розвитку когнітивних навичок студентів на заняттях з англійської мови у вищих навчальних закладах. *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету. Серія: Філологія*. 2023. № 60. С. 24-27. DOI <https://doi.org/10.32841/2409-1154.2023.60.2.5>
4. Тоненчук Т., Цинтар Н., Мудра О. Переваги «перевернутого навчання» у викладанні англійської мови для професійного спілкування. *Збірник наукових праць «Сучасні дослідження з іноземної філології»*. 2023. № 2 (24) . С. 385-395. DOI: <https://doi.org/10.32782/2617-3921.2023.24.385-395>

**А.С. Рудакова**

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

### ВПЛИВ ІНТЕРАКТИВНИХ ТЕХНОЛОГІЙ НА ЗАСВОЄННЯ ЛЕКСИКИ В ПРОЦЕСІ ВИВЧЕННЯ АНГЛІЙСЬКОЇ МОВИ

У сучасних умовах трансформації системи освіти, зумовленої інтеграційними процесами, цифровізацією та глобалізацією, актуалізується питання вдосконалення методів навчання іноземної мови. Одним з найважливіших аспектів мовленнєвої компетентності є лексична складова, яка потребує ефективних підходів до її засвоєння. У зв'язку з цим зростає роль інтерактивних технологій, які сприяють активному залученню здобувачів освіти



до процесу пізнання та комунікації, формуванню мотивації, розвитку креативного мислення та мовної гнучкості.

**Метою цієї публікації** є аналіз впливу інтерактивних технологій на процес засвоєння лексики під час вивчення англійської мови, а також обґрунтування їхньої ролі в оптимізації навчального процесу й підвищенні мотивації учнів.

Інтерактивні комп'ютерні середовища, зокрема мережа Інтернет, створюють умови для реалізації принципів особистісно-орієнтованого навчання. Вони дозволяють адаптувати навчальний процес до індивідуальних потреб тих, хто навчається, забезпечити вибір темпу роботи, формати подання інформації, а також створити ситуації, в яких здобувачі освіти можуть реалізувати мовленнєві дії у максимально наближених до реальності умовах [1, с. 206].

Сучасні інтерактивні методи охоплюють різноманітні форми: ігрові, проєктні, дослідницькі, кейс-метод, мозковий штурм, дебати, рольові та симуляційні ігри. Особливу увагу слід приділити цифровим ресурсам, які дозволяють урізноманітнити процес навчання лексики. Онлайн-платформи, такі як Quizlet, Wordwall, LearningApps, Kahoot!, Padlet, сприяють багаторазовому повторенню лексичних одиниць у цікавій формі, візуалізації нової інформації, а також інтеграції ігор у навчальний процес [2, с. 63].

Ефективність використання інтерактивних технологій підтверджують результати сучасних емпіричних досліджень. Зокрема, згідно з даними, отриманими під час експериментального навчання учнів середньої школи, виявлено, що учні, які працювали з інтерактивними методами, показали вищі результати у тестуванні лексики, ніж ті, хто навчався за традиційними методиками. Такий ефект пояснюється тим, що інтерактивні форми активізують емоційну, мотиваційну та когнітивну сфери учнів, що сприяє кращому засвоєнню лексичних одиниць [3, с. 57].

Особливу роль у вивченні лексики відіграє контекстуалізація, яка забезпечується через рольові ігри, моделювання ситуацій, комунікативні вправи. Використання цих методів створює умови для практичного застосування лексики, що покращує її запам'ятовування та здатність до перенесення в нові комунікативні ситуації [5, с. 148]. Крім того, інтерактивні вправи підвищують рівень автономії учня, дозволяючи йому самостійно оцінювати власні досягнення та планувати подальше навчання.

Варто також зазначити, що цифрові технології дозволяють здійснювати диференціацію навчання та персоналізацію освітнього процесу. Наприклад, завдяки платформі Quizlet учні можуть створювати власні картки для вивчення

слів, обираючи зручний темп та спосіб повторення. Це сприяє розвитку стратегічного мислення і відповідає вимогам компетентнісного підходу до навчання [6, с. 219].

Значущим також є дослідження Ясіна Бабазаде (2024), проведене серед понад 200 підлітків віком 12–17 років у місті Ноксвілл (США), що продемонструвало позитивний вплив цифрових інструментів на процес засвоєння лексики. У ході змішаного дослідження (анкети, тести, інтерв'ю) з'ясовано, що використання додатків з елементами гейміфікації (ігри, флеш-картки, інтерактивні вправи з миттєвим зворотним зв'язком) сприяє на 20% вищим результатам у запам'ятовуванні лексики порівняно з традиційними методами. Учні зазначали підвищену мотивацію, інтерес до предмета та активність під час занять. Водночас деякі респонденти вказували на потребу у чіткому педагогічному супроводі при використанні цифрових ресурсів [4, с. 14].

Результати проведеного автором дослідження, що охопило 18 учнів 10–11 класів загальноосвітнього закладу, підтвердили доцільність використання інтерактивних технологій у навчанні лексики. Опитування передбачало відповіді на запитання: «Які методи вивчення слів вам запам'ятовуються найкраще?», «Чи допомагають вам вивчати лексику ігри, картинки, флеш-картки, тести в додатках (Wordwall, Quizlet)?», «Як ви оцінюєте свою активність на уроці при використанні інтерактивних завдань?». 89% респондентів відзначили, що краще запам'ятовують лексику в процесі ігрової взаємодії та роботи з візуальним контентом. 83% вказали, що інтерактивні платформи значно підвищують інтерес до уроку, а 78% оцінили власну активність як «високу» при роботі з інтерактивними вправами. Таким чином, можна зробити висновок, що інтерактивне середовище позитивно впливає на когнітивну й емоційну залученість учнів у процес вивчення англійської мови, підвищуючи ефективність засвоєння нової лексики.

**Висновки.** Підсумовуючи, слід зазначити, що інтерактивні технології навчання виступають потужним інструментом оптимізації процесу засвоєння лексики. Їх впровадження дозволяє підвищити якість іншомовної освіти, сприяє формуванню стійких лексичних навичок, розвитку особистісно-орієнтованої взаємодії в навчанні. Подальші дослідження у цьому напрямі можуть бути зосереджені на порівняльному аналізі ефективності окремих типів інтерактивних платформ, а також на вивченні впливу цих технологій на формування міжкультурної комунікації та мовної автономії учнів.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андреев Д. Я. Вивчення іноземної мови засобами електронних освітніх середовищ. *Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент*. 2015. Вип. 17. С. 199–207.
2. Бондаренко О. В. Цифрові технології у процесі навчання англійської мови. *Інформаційні технології і засоби навчання*. 2021. Т. 81, № 1. С. 60–66.
3. Паламарчук О. Ю. Роль інтерактивних технологій у формуванні лексичних навичок учнів. *Молодий вчений*. 2022. № 4. С. 55–59.
4. Babazade Y. The Impact of Digital Tools on Vocabulary Development in Second Language Learning. Knoxville, TN: Language Learning Research Centre, 2024. 32 p.
5. Richards J. C., Rodgers T. S. Approaches and Methods in Language Teaching. Cambridge : Cambridge University Press, 2014. 270 p.
6. Thornbury S. How to Teach Vocabulary. Harlow : Pearson Education Limited, 2002. 185 p.

**М.В Савченко**

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

### РАДЯНСЬКЕ ВТОРГНЕННЯ В АФГАНІСТАН, ЯК ЧАСТИНА ХОЛОДНОЇ ВІЙНИ

До 1978 року Афганістан був нейтральною країною, що не була членом ніякого блоку, з початку 70х республіка.[4] Але 27-28 квітня 1978 р відбувся підтримуваний СРСР військовий переворот, відомий як Саурська революція. Президент М.Дауд був страчений разом з його родиною. До влади прийшла Народно Демократична Партія Афганістану (НДПА). Ця партія спиралася майже виключно на підтримку СРСР і всередині країни була непопулярна крім як серед міської інтелігенції.[2] Всередині партія ділилася на дві фракції «Хальк» (народ) і «Парчам» (прапор) ці фракції ворогували між собою. Головою фракції «Хальк» був Хафізула Амін , а головою «Парчаму» був Бабрак Кармаль. Конфлікт між фракціями призвів до захоплення влади Х. Аміном і втечею Кармаля. Амін проводив політику типову для комуністичного диктатора.[4][3]

Були націоналізовані всі промислові підприємства, проводилися спроби колективізації і створення аналогів радянських колгоспів. Проводилася секуляризація освіти і культури, і переслідування мулл і імамів багато з яких було заарештовано і піддано тортурам. Інші представники політичної опозиції включно з фракційними ворогами також зазнавали репресій. По всій території країни були встановлені блокпости на яких стояли співробітники організації КАМ (робітнича контррозвідувальна організація). Ця спецслужба, відповідальна за катування сотень і тисяч жителів Афганістана. Ці заходи зробили режим непопулярним серед місцевих жителів, оскільки він кидав виклик традиційному способу життя. Репресії серйозно дратували навіть колишніх прихильників режиму і хаос в країні ріс по наростаючій. Бійці місцевої армії розбігалися і разом з невдоволеними селянами і релігійними активістами організовували спротив режиму Аміна.

До осені 1979 року армія Аміна нараховувала лише 5000 осіб лояльних і певну кількість силовиків КАМ і поліції на додачу. Загалом боєздатність і моральний дух урядових сил був критично низьким. В СРСР ситуація спричинила крайнє невдоволення бо падіння режиму Аміна могло викликати ланцюг подій, що призвели б до появи опозиції СРСР в радянських республіках Центральної Азії. Через це почалися розмови про втручання. Брежнєв зайняв позицію коливання, голова уряду Косигін виступив проти, але три головні фігури голова КДБ Андропов, голова міноборони СРСР маршал Устінов і міністр закордонних справ Громико підтримали втручання. КДБ розробило інформаційний вкид про те що Амін є агентом ЦРУ і хоче розмістити військові бази США на території Афганістану.[4][3]

Ця інформація не могла бути правдою як мінімум з двох причин:

1. Амін був комуністичним фанатиком, що вважав кумирами Фіделя Кастро і Єрнесто «Че» Гевару і тому подібних діячів, через що він вороже ставився до США і не надто добре до Пакистану;
2. США не захотіли б ставити на агонізуючий режим, що впаде через кілька місяців в найліпшому випадку.

Реальні ж причини вторгнення були в непевності, щодо майбутнього Афганістану і страх перед тим, що ісламизм може поширитися на Центральну Азію, а звідти і взагалі на всі мусульманські регіони СРСР і викличе повноцінну громадянську війну в СРСР. Таким чином всі доводи про те, що СРСР може бути втягнутий в важке і довге протистояння з партизанами, були відкинуті і владні кола вирішили ризикнути.

Масла в вогонь підлило вбивство президента Афганістану Нур Мохамеда Таракі який займав чисто формальну посаду, але мав хороші відносини з Брежнєвим і через це генсекові вдалося подати операцію як відновлення нормального стану. Спочатку спецслужби спробували отруїти Аміна, а коли це не вдалося вирішили організувати повноцінний блискавичний переворот. Перед цим Амін сам запросив радянські війська на свою територію через те, що вже по суті почався колапс його режиму.

25 грудня 40-ва армія СРСР почала вторгнення під гаслом «надання міжнародної допомоги» Амін не хвилювався, бо вважав, що СРСР тут згідно з планом підтримки його режиму. 27 лютого під контролем советів вже був Кабул. В той же день 700 спецпризначенців одягнених в форму Афганської армії зайняли стратегічні об'єкти в Кабулі і знищили вузол зв'язку, що дало можливість відрізати Аміна від його лояльних військ. В 19:15 радянський спецназ зайняв палац Таджбег. Аміна було вбито. Найбільш вирогідно диктатор був вбитий під час штурму палацу, але в офіційному зверненні до нації було заявлено, що він страчений «революційним трибуналом за свої злочини». Головою Афганістану було поставлено Бабрака Кармалю, представника ворогуючої фракції «Парчам». Кармалю одразу офіційно запросив допомогу СРСР, чим «легітимізував» інтервентів.

Міжнародна спільнота зреагувала на вторгнення доволі активно. США і країни НАТО, а також Мусульманська ліга висловили протест проти вторгнення. Президент США Джиммі Картер зняв з розгляду в Сенаті договір SALT 2 і відкликав посла в СРСР. Китай також виказав протест проти агресії СРСР і почав постачати зброю повстанцям.[1] США також боялися, що СРСР може вторгнутися в нестабільний Іран і спровокувати ще більшу кризу в тому числі отримавши доступ до Перської затоки. В Вашингтоні вирішили збільшити військову допомогу Пакистану, єдиній стабільній країні в регіоні, після падіння Ірану. ЦРУ розробило план під кодовою назвою «Циклон», який заключався в тому, щоб за допомогою спецслужби Пакистану ISI забезпечити опір всім необхідним. Сполучене Королівство теж почало масові поставки зброї до моджахедів в тому числі протиповітряні ракети і зенітні гармати. США також постачали зенітні ракети RedEye і Stinger, що нанесло суттєві втрати спочатку майже безкарним гелікоптерам Радянської Армії.[1][4]

Для протидії Опору совети використали тактику «випаленої землі» або «осушити море» (знищення сіл і вигнання населення, щоб знищити базу підтримки партизан). Але жорстокість і масова різня населення, як і

використання хімічної зброї і термобаричного засобу «Буратіно» лише посилили міжнародну допомогу партизанам, збільшення їх підтримки в самому Афганістані і засудження СРСР світовою спільнотою. Радянські війська і сили безпеки Афганістану зчинили немало військових злочинів і масових вбивств цивільних жителів. [1]

В таких умовах і складнощах пов'язаних санкціями, керівництво СРСР почало перемовини про вивід військ. Але спочатку вони почали спроби скоротити присутність, керуючи лише авіацією, а також забезпечуючи артилерійську підтримку армії ДРА. Але ефективність була сумнівною. В той же час до влади прийшов молодий генсек СРСР М.Горбачов, який взяв курс на «перебудову» тобто покращення умов життя і лібералізацію авторитарного режиму СРСР. В план входило і покращення відносин з Заходом і подальша військова присутність в Афганістані не корелювалася з ідеями миру. Тому почали роботи з планування виводу. Кармаль розуміючи подальші ризики пішов у відставку. Новим головою країни став Мохамед Наджибула, колишній голова ХАД (служби контррозвідки). Він перестав переслідувати релігійних діячів, легалізував інші партії і спробував налагодити діалог з моджахедами і Пакистаном.

У 1988 році армія СРСР почала вивід військ з Афганістану. План пройшов загалом мирно, але в Пендшерській ущелині відбувалися сутички з Ахмадом Масудом місцевим лідером Моджахедів і одним з найнепримиренніших командирів Опору. СРСР провели операцію «Тайфун»- масовану ракетну атаку ракетами «Луна М» і «Скад», а також артилерійські і авіа нальоти на позиції Масуда, але вбили більше цивільних ніж бійців. 15 лютого 1989 року остання колона Радянської Армії вийшла з Афганістану. [4]

Режим же встановлений СРСР в Афганістані остаточно дискредитувавши себе впав у 1993 році.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. American Archive «Soviet-Afghan War» (1979-1980) [Електронний ресурс] <https://americanarchive.org/exhibits/newshour-cold-war/afghanistan>
2. BBC «Soviet Invasion in Afghanistan» [Електронний ресурс] <https://www.bbc.co.uk/bitesize/guides/zwp86fr/revision/2>
3. Britannica Soviet invasion in Afghanistan [Електронний ресурс] <https://www.britannica.com/event/Soviet-invasion-of-Afghanistan>
4. Office of the historian, foreign service institute US department of State

«The Soviet Invasion of Afghanistan and the U.S. Response, 1978–1980»  
 [Електронний ресурс] <https://history.state.gov/milestones/1977-1980/soviet-invasion-afghanistan>

*А.О. Самбур*

Мелітопольський державний  
 педагогічний університет  
 імені Богдана Хмельницького

## ЕЛІПТИЧНІ КОНСТРУКЦІЇ В АНГЛІЙСЬКІЙ МОВІ ТА ЇХ СТРУКТУРНО-ФУНКЦІОНАЛЬНІ ОСОБЛИВОСТІ

Проблема еліпсису завжди викликала інтерес у мовознавців, літераторів, письменників, журналістів. В художній літературі автор завжди намагається наблизити мову персонажів до розмовної. Цей синтаксичний прийом використовується ще й для того, щоб примусити читача домислити опущену фразу і таким чином залучити в творчий процес. Еліптичні речення широко використовуються в художній літературі як стилістичний засіб, який надає тексту динамічності, більшої виразності, експресивності.

За визначенням українського науковця А. Загнітка [1, с. 76], еліптичні речення – «неповні речення, в яких уява про пропущений член речення безпосередньо встановлюється із власного змісту та будови, насамперед зі значення та форми синтаксично залежного слова. Еліптичні речення (від ст.-гр. *elleipsis* “нестача”, “пропуск”) надзвичайно емоційно насичені, експресивно забарвлені: *Попрощався – й на-двір* (І. Гнатюк) – пропущено *поспішив, кинувся, пішов, побіг*; *У Львові – нове товариство* (з газ.) – пропущено *створилося, постало*».

Найбільш поширений еліпсис – це скорочення дієслівного словосполучення в реченні, усунення дієслівного компонента без відшкодування його в контексті. Еліпсис характерний для порівняно невеликого числа широко вживаних груп словосполучень, в яких існують одноманітні форми залежних слів, а панівне слово належить до певної семантичної групи дієслів, наприклад: дієслова руху та інші.

Звісно ж, доцільно еліпсис розглядати як категорію стилістичну. Справді, в діалогічній мові ми маємо не опущення будь-якого члена речення, а його

закономірну відсутність. Еліпсис застосовується тільки до такого роду випадків, де є не відсутність будь-якого члена речення (зрозумілого із ситуації висловлювання), а умисне опущення будь-якого члена речення в певних стилістичних цілях. Наприклад: See you tomorrow! Had a good time? Will not do. You say that!

У цих реченнях відсутні різні члени речення. Відсутність членів речення у вищенаведених прикладах викликане різними причинами. У перших двох прикладах відсутність підмета і частини присудка зумовлена ситуацією, в якій відбувається спілкування і яка дозволяє такого роду побудову. У третьому прикладі відсутність підмету викликана деякою недбалістю, яка є взагалі характерною для усного живого спілкування. Цікаво, що ця недбалість викликається іноді й швидким темпом живого розмовного мовлення. Останній приклад викликаний збудженим станом мовця, про що свідчить знак оклику, який графічно нагадує про відповідне інтонаційне оформлення зворушливого висловлювання.

Слід зазначити, що відбір виразних засобів англійської мови ще недостатньо проведений і аналіз цих засобів ще далеко не закінчений. Тут ще багато неясного, так як критерії відбору та аналізу ще не встановлені. Тому серед виразних засобів художньої мови часто згадують всякого роду еліптичні звороти без урахування того, де, в яких умовах і для яких цілей вони використовуються. Однак, еліптичні звороти — цілком узаконена норма в усній розмовній мові. Речення типу «Where to?» як питання, поставлене співрозмовнику після повідомлення останнього «I'm leaving tomorrow», являє собою норму мови і не є особливим виразним засобом мови. Це норма усного типу мовлення. Але еліптичний зворот може стати стилістичним прийомом при певних умовах.

Будь-яке еліптичне речення слід трактувати як трансформ речення нееліптичного, що утворений за допомогою трансформації еліпсиса або «стирання» (deletion), сутність якої полягає в заміні експліцитного варіанту будь-якого слова або слів нульовим варіантом того ж слова. Цій операції еліпсиса може бути піддано будь-яке слово — як знаменне, так і службове.

Згідно з дослідженнями, можна стверджувати, що найбільш частим опущеним елементом є присудок, особливо в українській мові. В англійській мові обставина в еліптичній конструкції опускається частіше у порівнянні з українською мовою [2, с. 77].



| Мова       | Підмет | Присудок | Додаток | Обставина |
|------------|--------|----------|---------|-----------|
| Українська | 21%    | 62%      | 10%     | 7%        |
| Англійська | 12%    | 48%      | 19%     | 21%       |

Види неповних речень за своєю структурою і складом дуже різноманітні. Розглянемо найпоширеніші типи неповних речень на прикладах.

**Питальні речення без підмета:**

Been here long? (Have you ...) - Yes, two hours already.

You actually leaving tomorrow? (Are you ...)

**Неповні відповіді.** Це неповні відповіді на спеціальні питання, які містять той член речення, до якого відноситься питання:

Where are you going to? - To the stadium.

What time is it? - Six o'clock.

**Речення без підмета і дієслова-зв'язки:**

Very glad to meet you. (I'm ...)

Much obliged to you. (I'm ...)

**Неповні питання і питання-прохання:**

Mind if I come along with you? (Would you ...)

See what I mean? (Do you ...)

**Неповні відповіді на загальні питання:**

Are you fond of skating? - Very.

Is that clear? - Quite.

**Без допоміжного дієслова:**

See you tomorrow. (I shall ...)

Hope I did not disturb you? (I ...)

**Речення без формального підмета:**

Ten o'clock and no sign of him. (It's ...) No use asking him about it. (It's ...)

Seems to me, boys, you are all wrong. (It ...)

**Речення без підмета і присудка:**

How about an ice-cream?

Tea for you, Jane? - No more, Mary.

**Слова-речення і фрази-речення:**

Are you willing to go to the cinema with us? - Of course!

Are you tired? - By no means [3].

Отже, неповні речення в англійській мові не використовуються в офіційній промові і на письмі, але досить часто вживаються в діалогічному мовленні.

Еліптичні речення за своєю структурою та складом дуже різноманітні, проте їх вживання стилістично обмежене. Відсутність якогось члена речення обумовлено властивою розмовній мові ситуативністю, наявністю таких невербальних засобів спілкування як жести, міміка, різні предмети і інше.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Загнітко А. Український синтаксис: теоретико-прикладний аспект. Донецьк, 2009. [с. 61–76.]
2. Ліпатов В. М., Гладуш Н. Ф. Еліптичні речення в англійській та українській мовах. Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, *Studia philologica*. 2014. [с. 75–78.]
3. Types of elliptical sentences. URL: <https://englandlearn.com/grammatika/nepolnye-predlozheniya>

*Сіденко Є.В.*

Здобувачка вищої освіти  
1 курсу магістратури ,  
Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького ,  
кафедра історії та археології,  
наук.керівник-доцент Шкода.Н.А.

### РУХ СПРОТИВУ НА УКРАЇНСЬКИХ ЗЕМЛЯХ У РОКИ ДРУГОЇ СВІТОВОЇ ВІЙНИ

Рух спротиву на українських землях у роки Другої світової війни був складним і багатограним явищем, що охоплював широкий спектр політичних сил, ідеологій та форм боротьби. Його учасники мали різні цілі, але були об'єднані прагненням чинити опір зовнішнім окупантам — нацистській Німеччині та сталінському Радянському Союзу.

З початком німецько-радянської війни у 1941 році, після нападу Німеччини на СРСР, територія України опинилася в центрі масштабного протистояння. Боротьба розгорнулася не лише між двома арміями, а й між численними групами

спротиву. Рух опору охоплював як радянське підпілля і партизанські загони, так і українські націоналістичні сили, польське підпілля, а подекуди — навіть кримськотатарські, єврейські та інші ініціативи.

З початком німецько-радянської війни у червні 1941 року, після того як нацистська Німеччина напала на Радянський Союз в межах операції «Барбаросса», територія України опинилася у самому епіцентрі воєнних дій. Оскільки Україна мала стратегічне значення — як через свій економічний потенціал (ресурси, сільське господарство, промисловість), так і через географічне розташування — вона стала одним із головних театрів воєнних дій на Східному фронті [4].

Після швидкого просування німецьких військ більша частина українських земель була окупована вже до кінця літа 1941 року. Ця окупація супроводжувалася масовими репресіями, терором проти цивільного населення, особливо євреїв, комуністів, представників радянської адміністрації та всіх, кого підозрювали у нелояльності до німецької влади. Водночас сталінський режим у відступі також не залишав по собі нічого, що могло б дістатися ворогу — запроваджувалась тактика "випаленої землі", масові депортації, страти «неблагонадійних» осіб [2].

У таких умовах на українських землях почав розгортатися широкомасштабний рух опору, який включав у себе різноманітні політичні сили, етнічні групи та ідеологічні напрямки. Це був не єдиний фронт опору, а мозаїка різноспрямованих рухів, які часто мали власні — іноді суперечливі — цілі та інтереси.

Радянське підпілля почало формуватись із перших днів окупації. Його осередки склалися переважно з комуністичних активістів, які залишилися на окупованих територіях, а згодом — і з перекинутих із тилу агентів НКВС та інструкторів. Їхнє завдання полягало у зборі розвідданих, підривної діяльності, організації саботажу та підтримці радянських партизанів. Поступово виникали радянські партизанські загони, які діяли переважно у північних та центральних регіонах, де було більше лісів. Вони отримували підтримку від Москви — як матеріальну, так і організаційну [1].

Окрім радянських сил, активну боротьбу проти окупантів вели українські націоналістичні організації, зокрема ОУН (Організація українських націоналістів), яка розділилася на два крила: ОУН(М) — під проводом Андрія Мельника, та ОУН(Б) — під проводом Степана Бандери. Спершу частина націоналістів намагалася співпрацювати з німцями у сподіванні здобути

автономію чи незалежність, однак дуже швидко з'ясувалося, що німецька окупаційна політика не передбачає жодного суверенітету для України. Натомість німці розпочали репресії і проти українських патріотичних організацій. Це змусило націоналістів перейти до збройної боротьби проти окупаційної адміністрації, що згодом вилилося у створення Української повстанської армії (УПА).

Одним із головних компонентів радянського спротиву було створення партизанських загонів у тилу німецьких військ. Радянські партизани, як правило, діяли на північних та північно-східних територіях України, у лісистій місцевості, що сприяла веденню бойових дій у тилу ворога. Їх підтримувала Центральна штаб-квартира з Москви, звідки надходили інструкції, зброя, провізія та радіозв'язок. Найбільш відомими радянськими командирами були Сидір Ковпак, Олексій Федоров та Микола Попудренко. Їхні загони проводили диверсійні операції на залізницях, підривали мости, знищували німецькі гарнізони, збирали розвіддані. Однією з найбільших операцій став Карпатський рейд Сидора Ковпака у 1943 році. Проте радянські партизани не завжди користувалися підтримкою місцевого населення, зокрема через примусову мобілізацію, жорстокість у боротьбі з іншими формуваннями та каральні акції проти "підозрілих" селян.

Водночас, на західноукраїнських землях, які до 1939 року входили до складу Польщі, активізувався український націоналістичний рух. Основною силою цього спротиву стала Організація українських націоналістів (ОУН), що у 1940 році розкололася на два крила — ОУН(М) Андрія Мельника і ОУН(Б) Степана Бандери. Обидві фракції прагнули відновлення української незалежності, однак обрали різні тактики співпраці або протистояння з окупантами. Спочатку деякі націоналісти співпрацювали з німцями, сподіваючись, що ті дозволять створити українську державу. Однак вже у 1941 році, після проголошення Акту відновлення Української Держави у Львові, лідери ОУН(Б) були заарештовані, а співпраця припинилася [3].

Кульмінацією українського визвольного руху стало створення у 1942–1943 роках Української повстанської армії (УПА), яка стала збройним крилом ОУН(Б). Її основною метою була боротьба за незалежну українську державу шляхом збройного опору як німецьким, так і радянським окупантам. УПА діяла в основному на Волині, у Галичині, а згодом — на Поділлі та Поліссі. Структуровано і дисципліновано організована, УПА здійснювала партизанську війну, атаки на ворожі гарнізони, ліквідацію окупаційної адміністрації. Вона

також вела боротьбу проти радянських партизанів і польських формувань Армії Крайової, що спричинило жорсткі конфлікти, зокрема на етнічному ґрунті.

Особливо суперечливою сторінкою діяльності УПА є події на Волині у 1943 році, де відбулося масове знищення польського населення, відоме як Волинська трагедія. Історики і досі дискутують щодо її масштабів і характеру, однак зрозуміло, що це стало частиною трагічного конфлікту між українцями і поляками, що загострився в умовах війни і відсутності централізованої влади.

Варто також згадати про інші форми спротиву, які існували на українських землях. У деяких містах діяло єврейське підпілля, особливо в гетто та таборах — там люди організовували втечі, саботаж та збройні виступи. Частина кримських татар брала участь у спротиві як на боці СРСР, так і в намаганнях створити власні форми самозахисту від репресій. Польське підпілля — зокрема Армія Крайова — активно діяло на західноукраїнських територіях, хоча й з конфліктами з українськими націоналістами.

Рух спротиву в Україні у роки Другої світової війни був далеко не однорідним. Його учасники мали різні ідеології, союзників та ворогів. Деякі боролися за соціалізм і відновлення СРСР, інші — за незалежну Україну, хтось за відновлення польської держави. Багато з цих рухів діяли автономно, конфліктуючи між собою, що ускладнювало загальну ситуацію і спричиняло додаткові жертви серед цивільного населення.

Завершення війни у 1945 році не стало кінцем руху опору в Україні. Зокрема, Українська повстанська армія продовжувала боротьбу проти радянської влади аж до початку 1950-х років. Радянська влада жорстоко придушувала повстанський рух, використовуючи каральні органи, депортації, агентурну роботу.

Таким чином, рух спротиву на українських землях у роки Другої світової війни був багатовимірним явищем, яке охоплювало як ідеологічну боротьбу, так і реальну збройну протидію окупантам. Це була не просто боротьба за виживання — це була боротьба за ідентичність, свободу, державність. І хоча результати були неоднозначними, а жертви — величезними, досвід спротиву став важливою сторінкою в історії України і її прагненні до незалежності.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Литвин, В. М. *Історія України: навчальний посібник*. — Київ: Наукова думка, 2010. — 768 с.

2. В'ятрович, В. М. *Друга польсько-українська війна. 1942–1947.* — Київ: Вид. «КЛІО», 2011. — 312 с.
3. Стороженко, І. М. *Український визвольний рух у роки Другої світової війни (1939–1945).* — Харків: Видавництво Харківського нац. ун-ту ім. Каразіна, 2004. — 224 с.
4. Ковпак, С. А. *Від Путивля до Карпат: спогади партизанського командира.* — Київ: Політвидав України, 1984. — 348 с.

*А.С. Сірий*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ВИКОРИСТАННЯ ІНШОМОВНИХ ЗАПОЗИЧЕНЬ В ЗАСОБАХ МАСОВОЇ ІНФОРМАЦІЇ АНГЛІЙСЬКОЮ МОВОЮ**

Словниковий склад будь-якої мови постійно змінюється. Ця плинність і мінливість пояснюється тим, що мова, а особливо її словниковий запас, безпосередньо пов'язані з суспільною діяльністю людства. Для того, щоб мова виконувала свою основну функцію – комунікацію, її словниковий запас має швидко реагувати на зміни в науці, мистецтві, світогляді, політичних та економічних відносинах та повсякденному житті. В наш час англійська мова стала мовою міжнародного спілкування, яку використовують у багатьох сферах суспільного та наукового життя. Вивчення процесу запозичення лексичних одиниць має багату історію. Оскільки цей процес є безперервним, він завжди перебував у полі зору мовознавців.

Запозичення – один з небагатьох лінгвістичних термінів, який визначається на основі його соціологічних характеристик. Під запозиченням зазвичай розуміють звернення до лексичного фонду інших мов для вираження нових понять, подальшої диференціації вже наявних та позначення невідомих раніше. Автори словника лінгвістичних термінів Д.І. Ганич та І.С. Олійник дають таке визначення цього терміну: «Запозичення – звернення до лексичного фонду інших мов для визначення нових понять і предметів, при чому часто самі ці поняття і предмети разом з їх назвами засвоюються від інших народів» [1, с. 82]. Таким чином, як неможливе життя держав, країн та народів без економічних,

політичних, культурних відносин, так і неминучим є спілкування між ними, наслідком чого є взаємозбагачення словника. І чим довшим є мовний контакт і необхідність у ньому, тим активнішим є вплив мови-носія позначень реалій, що запозичуються, на мову-реципієнт.

Англійська мова сповнена запозиченнями. В ході англійської історії тисячі слів переходили з однієї мови в іншу, в основному, через постійні навали загарбників. Так сталося, що країна, чийми корінними мешканцями були кельти, поступилася колишній мові тій, що зараз відома нам як англійська. Сталося це через те, що Британські острови піддавалися багаторазовим набігам. Кожен народ, який нападав з інших земель, приносив в країну свою мову, діалекти і звичаї. В англійській мові найбільша кількість запозичень з латинської, скандинавської та французької мов. Проте, багато інших мов (кельтська, грецька, італійська, іспанська, арабська) також сприяли розвитку словникового запасу англійської мови.

Зростання Англії як наддержави привело, в якомусь сенсі, і до розширення мовних кордонів. Виникнення колоній знайомило людей з тим, чого вони раніше ніколи не бачили і для чого їм знадобилися нові слова. Британці могли їх тільки запозичувати, оскільки споконвічних слів не вистачало, щоб описати нові явища. В Англії не було кенгуру або бумерангів, тому, коли британці з ними зіткнулися, замість того, щоб винаходити нові слова, вони запозичили австралійські. Слони, леопарди, пантери також в Англії не водилися, і знову британці взяли їх місцеві назви. Навіть томатам, які були невідомі в країні до того, як їх завезли з Нового Світу, потрібно було дати ім'я. Британці вирішили скористатися іспанським *tomate*. Хоча ці слова були новими для англійців і урізноманітнили їх словниковий запас, вони не вплинули на структуру їхньої мови. Вони стали «просто прийнятими іменами для конкретних речей», згідно дослідження Гріноу і Кіттріджа [3].

Значним внеском до словникового запасу англійської мови є запозичення із романських (зокрема, французької та італійської) та германських мов (зокрема, німецької).

Слід зазначити, що в зв'язку з широким поширенням італійських запозичень в європейських мовах, деякі італійські слова були запозичені англійською мовою завдяки мовам-посередникам. Наприклад *barouche* (італійське слово *baroccio* – барокко); *cohl-rabi* (італ. *cavolirape* – кольрабі) запозичені з німецької мови. Більшість італійських слів до XVI століття було запозичено через французьку мову, і лише з XVI століття з'являються

запозичення безпосередньо з італійської. Найдавніші (XIV–XV ст.) запозичення відносяться до торгівлі і військової сфери. Так з області торгівлі і фінансів були запозичені слова: *ducat* (дукат), *million* (мільйон), *lombard* (ломбард). З області військової сфери і мореплавства: *alarm* (тривога), *brigand* (бандит), *bark* (барка). В XVI столітті економічні зв'язки з Італією викликали нові запозичення: *carat* (карат), *traffic* (рух транспорту), *porcelain* (фарфор). Та все ж найбільша кількість запозичених слів з італійської мови належить до сфери мистецтва (література, живопис, музика, архітектура). Наприклад: *sonnet* (*сонет*), *stanza* (строфа), *motto* (гасло). Існують також інші запозичення, які відносяться до цього періоду: *bandit* (бандит), *mustachio* (вуса), *cavalcade* (кавалькада), *gondola* (гондола).

Запозичення з германських мов є вагомим внеском до англійської лексики. Якщо запозичення новітнього часу з німецької мови порівняно незначні, то надходження із давньоверхньонімецької і тевтонської мов – досить численні.

Із сучасних німецьких запозичень слід згадати назви мінералів: *bismuth*, *cobalt*, *gneiss*, *nickel*, *quartz*, *zinc*. Дві світові війни дали запозичення таких слів, як *hurrah*, *strafe*, *blitz* (від *Blitzkrieg*), *ersatz*, *tellermine* (дискова міна), *U-boat* (підводний човен). У галузі психології запозичені слова *angst* (турбота), *shadenfreude* (задоволення від неприємностей інших людей), проте в англійській мові ці слова відчуюються, як іншомовні.

В процесі роботи над дослідженням були опрацьовані статті з медіа-ресурсу BBC News. Нами були знайдені такі приклади використання іншомовних запозичень.

US animation company to £28m Glasgow *studio* (слово *studio* має італійське походження).

Man jailed over *police* stand-off with home-made gun (слово *police* має французьке коріння).

Tate Britain to return painting looted by *Nazis* (слово *Nazis* є скороченою формою слова *Nationalsozialisten*, яке, в свою чергу походить з німецької мови).

‘*Banal* and hollow’: Why the *quaint* paintings of Thomas Kinkade divided the US (слова *banal* та *quaint* мають французьке походження).

Hitchcock musical: Somerset director ‘comes home’ with *premiere* (слово *premiere* має французьке походження).

Sinn Féin *councillor* suspended for being drunk in charge of car (слово *councillor* походить від середньофранцузького *conseiller*).

Таким чином, можемо зробити висновок, що запозичення є невід’ємною частиною англійської мови. Англійська – одна з найбагатших мов у світі у



лексичному плані. Кожне запозичення відображає певний історичний етап. Запозичення показують, що мова не є застиглою, а розвивається разом із суспільством. Це ознака її гнучкості, пристосованості й відкритості до нових впливів.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Ганич Д.І., Олійник І.С. Словник лінгвістичних термінів. Київ : Вища школа, 1985. 360 с.
2. BBC Home – Breaking News, World News, US News, Sports, Business, Innovation, Climate, Culture, Travel, Video & Audio. URL: <https://www.bbc.com/>
3. Grenough J.B., Kittredge G.L. Words and their ways in English speech. The Macmillan Company. New York, 1901. 431 p.

*А.А. Стародуб, Н.Ю. Байтерякова*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет імені  
Богдана Хмельницького

### МЕТАФОРИ ТА ЇХНІЙ ПЕРЕКЛАД ЯК ЗАСІБ СТВОРЕННЯ ЕМОЦІЙНОЇ КАРТИНИ РОМАНУ В. ШВАБ «НЕЗРИМЕ ЖИТТЯ АДДИ ЛЯРЮ»

Метафора є потужним інструментом мовлення, що виконує важливу роль у художньому тексті. Вона дозволяє переносити значення між різними контекстами завдяки подібності, розкриваючи глибші пласти мислення та мовлення. Завдяки метафорам мова стає виразнішою, емоційно насиченою та образною [2]. Вони не лише передають настрій і почуття персонажів, а й формують унікальну атмосферу твору, допомагають краще уявити ситуації, характери й навіть підкреслюють ключові події. Метафора перетворює текст на поле для співтворчості з читачем, залучаючи його до уявного світу автора.

Переклад метафор у художній літературі — це складне, але надзвичайно важливе завдання. Перекладач повинен не лише передати буквальне значення, а й зберегти образність, емоційну глибину та стиль оригіналу [1]. Часто метафори мають культурну або історичну специфіку, тож вимагають адаптації або пошуку функціональних еквівалентів у мові перекладу. Щоб не втратити авторське

бачення, необхідно враховувати контекст твору та наміри письменника, що робить процес перекладу надзвичайно творчим і водночас аналітичним.

Роман «Незримо життя Адді Лярю» — один із найвідоміших творів сучасної американської письменниці Вікторії Шваб, що вийшов друком у США у 2020 році й одразу здобув міжнародну популярність. Книгу перекладено багатьма мовами, зокрема італійською, французькою, китайською, польською та українською — у 2022 році у перекладі Ірини Вернигори її опублікувало видавництво «Книголав». Це фентезійна історія про Аделіну — волелюбну дівчину з Франції XVIII століття, яка, щоб уникнути нав'язаного шлюбу, укладає угоду з темним божеством. В обмін на безсмертя вона отримує прокляття: ніхто не зможе її запам'ятати. Протягом трьох століть героїня мандрує світом, поки одного дня не зустрічає юнака на ім'я Генрі — єдиного, хто її пам'ятає.

Особливістю стилю Вікторії Шваб у цьому романі є насиченість тексту метафоричними образами, які допомагають глибше передати емоції, внутрішній світ героїв та атмосферу епох. Метафори відіграють важливу роль у сприйнятті читачем художнього тексту, адже вони створюють образність і додають глибини подіям та почуттям [4]. Розглянемо деякі особливості метафор у цьому англомовному романі.

“July 29, 1714. A girl is running for her life” [3, с.1] — “29 липня 1714 року. Дівчина тікає, рятуючи своє життя” [4, с.11]. Саме з цих слів починається роман та історія Аделіни Лярю, дівчини, яка мріяла пізнати світ, творити мистецтво та стати історією. Метафора передає ідею того що дівчина тікає зі страхом та рішучістю, щоб уникнути певної небезпеки чи загрози, підкреслюючи серйозність та емоційний стан персонажки, а не лише фізичну дію. Також “for her life”, що дослівно переклалося б як “за її життя” у контексті перекладу передано за допомогою дієслова “рятуючи”, що додатково підкреслює мету дії дівчини тікати.

“Because she realizes now, what it is, this place. It is him. It is the truth of him, the vast and savage night, the darkness, full of promise, and violence, fear, and freedom” [3, с.427] — “Бо цієї миті вона усвідомлює, що воно таке — це місце. Це він. Це його справжня природа — безмежна дика ніч, темрява, повна обіцянки й жорстокості, страху й свободи” [4, с.427]. У цій метафорі, “місце”, в яке потрапляє Адді відображає не лише конкретне фізичне оточення, але й внутрішній світ Люка, його сутність. Місце, про яке йдеться, виявляється відображенням його власної природи, яка є “дикою ніччю”. Ця метафора передає

його складність, його сили і його темряву, що може бути і обіцянкою, і загрозою, і свободою.

“And then he whispers three words into her hair. “I love you,” he says, and Addie wonders if this is love, this gentle thing. If it is meant to be this soft, this kind. The difference between heat, and warmth. Passion, and contentment” [3, с.456-457] — “І тоді він шепоче їй у волосся три слова. — Я тебе кохаю, — каже він. І Адді питає себе, чи ця ніжність — справді кохання. Чи воно й повинне бути таким м'яким, таким добрим. Це відмінність між спекою і теплом. Між пристрасстю і задоволенням” [4, с.454-455]. У цій метафорі порівнюється різниця між двома поняттями: одне - це “спека”, а інше - “тепло”. “Спека” асоціюється з палкістю, страстю та інтенсивністю, тоді як “тепло” означає комфорт, затишок і зв'язок. Автор використовує цю метафору, щоб показати, що для Адді замислюється над природою своїх почуттів і сумнівається, чи вони відповідають її уявленням про кохання.

“No, Adeline has decided she would rather be a tree, like Estele. If she must grow roots, she would rather be left to flourish wild instead of pruned, would rather stand alone, allowed to grow beneath the open sky. Better that than firewood, cut down just to burn in someone else's hearth” [3, с.26] — “Ні, Аделіна вирішила, що ліпше стане деревом, як Естель. Якщо вже треба вросли корінням, то краще розбуяти, наче дичка, і щоб ніхто не підрізав; краще рости самотньо просто неба. Це ліпше, ніж стати дровами, які згорять у чужій печі” [4, с.34]. Тут розкривається образ бажання Адді жити вільно крізь образ дерева, в той час як образ дров використовується для зображення ідеї знищення та використання себе заради інших.

“Books, she has found, are a way to live a thousand lives—or to find strength in a very long one” [3, с.31] — “Книжки, відкрила Адді, дають змогу прожити тисячі життів — або знайти сили в одному, але дуже довгому” [4, с.39]. За допомогою цієї метафори авторка наголошує, що книги дозволяють людині уявно прожити багато різних життів — через історії героїв, події та світи, описані в них. Для Адді книжки стають не просто розвагою, а способом впоратись зі своїм довгим і самотнім життям. Вони дають їй сили, коли все інше втрачає сенс.

Метафори у романі Вікторії Шваб «Незриме життя Адді Лярю» відіграють важливу роль як у створенні художнього стилю, так і в розвитку сюжету. Їх переклад вимагає від перекладача не лише доброго знання мови оригіналу, а й уміння вловлювати значення образів і точно передавати їх у цільовій мові. Часто під час перекладу метафори можуть змінюватися або адаптуватися до

культурних особливостей нової аудиторії, але при цьому необхідно зберегти їхній зміст і емоційне навантаження.

Отже, актуальність дослідження метафоричного мовлення в літературі зумовлює потребу в уважному та чутливому підході до їхнього перекладу. Якісне відтворення метафор дозволяє зберегти атмосферу твору, передати глибокі почуття та думки героїв, а також забезпечити читачеві повноцінне художнє сприйняття тексту іншою мовою.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Метафора. URL: <https://zno.if.ua/?p=2384>
2. Метафора – що це таке і навіщо потрібна в мові та літературі. URL: [https://termin.in.ua/metafora/#google\\_vignette](https://termin.in.ua/metafora/#google_vignette)
3. Шваб В.Е. Незриме життя Адді Лярю. Київ: Книголав, 2022. 544с.
4. Schwab V.E. The Invisible Life of Addie LaRue. illustrated anniversary edition. London: Titan Books, 2022. 545 p.
5. The Invisible Life of Addie LaRue Metaphors and Similes. URL: <https://www.gradesaver.com/the-invisible-life-of-addie-larue/study-guide/metaphors-and-similes>

**С.В. Сушков**

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

### КЛАСИЧНИЙ ТА ЕЛІНІСТИЧНИЙ ЕТАП РОЗВИТКУ МОНЕТНОЇ СПРАВИ У ПІВНІЧНОМУ ПРИЧОРНОМОР'І (ПОЧАТОК V-ПОЧАТОК I СТ. ДО Н.Е.).

#### 1. Становище монетної справи у Ольвії до македонського нашестя Зопіріона.

Маса факторів, насамперед військово-політичного та економічного характеру, ознаменувало перехід Ольвії та інших крупних полісів на початку V ст. до н.е. до її класичного періоду існування (Пік розвитку грецьких полісів історик О.Субтельний відносить до IV ст. до н.е.) [18, с. 27], що позначився утворенням і розквітом нових колоній у регіоні (Херсонес Таврійський, Ніконій,

Боспорське царство, тощо) та укріпленням своїх економічно-політичних позицій у вже існуючих на той момент полісах (Тіра, Ольвія).

Разом з розквітом культури, економіки, мистецтва, освіти, інших аспектів життя колоністів, прогресувала і монетна справа: кардинально змінилися як спосіб виготовлення грошових знаків, так і їх форма, через яку їх повноцінно можна охарактеризувати як монети.

Класичний період для Ольвії у контексті розвитку монетної справи розпочався виготовленням бронзових «асів» – великих (до 120 гр.) за розміром мідних монет, та  $\frac{1}{2}$  аси, більш відомі як оболі, та довгий час виготовлялися методом лиття.

З їх датуванням думки серед царсько-радянських вчених були різні: Б. Кене та О. Бертєс-Делагард відносять «аси» до IV ст. до н.е.: О. Орешников, Е. Міннз та В. Лапін ідентифікували їх VI ст. до н.е.: О. Зограф першу серію монет датував часом, ближчим до Марафонської битви (490 р. до н.е.) а другу – рубежем між першою та другою половиною V ст. до н.е.: П. Каришковський відносить виготовлення цих монет до часу формування Афінського морського союзу, тобто до другої чверті V ст. до н.е.

«Аси» поділялися на три різновиди:

- Ранні з зображенням голови Медузи Горгони (т. зв. горгонейони) на аверсі, та орла з хрестоподібно розправленими крилами та дельфіном у лапах (варіант емблеми Ольвійського полісу) з написом ΑΡΙΧ або ΠΑΥΣ:

- З зображенням голови Афін у супроводі дельфіну на аверсі та колесом з буквами між спицями:

- Пізні, малого розміру, з зображенням Деметри на аверсі і зображенням орла та дельфіну (такого ж самого, як і на горгонейонах).

В подальшому монети цих типів будуть виготовлятися методом чеканки. Перехід до чеканки як більш досконалого методу виробництва монет, пов'язують з іменем ольвіополіта Калінника, сина Евксена, який також повернув право випускати гроші з ініціативи приватних осіб.

Завдяки йому кожен багатий громадянин, за бажанням міг звернутися до монетного двору з проською відчеканити для нього партію монет, оплативши усі розходи на закупку, обробку та чеканку металу, а також спеціальний податок до державної казни.

Це пояснює, чому для більшості нам відомих варіантів «асів» та інших монет класичного та елліністичного періодів характерні відчеканені монограми

або скорочення якихось імен, що належали приватним ініціаторам випуску цих монет.

Монети, що виготовлялися за рахунок полісу також існували: для них характерна відсутність доповнених знаків (монограм та скорочень), але вони зустрічаються досить рідко.

Ця ініціатива дозволила отримувати великі доходи, що сприяло економічному піднесенню Ольвії.

Як нам повідомляє декрет, знайдений під час розкопок Ольвійського полісу у 1848 році, який Ю. Виноградов хронологічно відносить «ближче до другої половини другого десятиліття IV ст. до н.е.» [10, 1982, с. 30], за сприяння економічного зростання Ольвійського полісу і за «його мужність та благодіяння до народу» [19, с. 61], Калінник був нагороджений великою сумою в тисячу золотих (на думку В. Анохіна, малися на увазі електрові кизікінівські статери або їх фракції [1, с. 7]).

За гіпотезою того ж В. Анохіна, П. Каришковського та Ю. Виноградова саме Калінник сприяв «введенню чеканки мідної монети» в Ольвії [2, с. 26-27], [1, с. 6], [10, 1982].

Подальше економічне процвітання полісу та піднесення торгівлі дозволили почати виготовлення на недовгий період монет з дорогоцінних металів – срібла та золота, що на думку О. Бертъе-Делагарда випускалися практично одночасно [10, 1983, с. 26].

Для цього періоду характерний випуск золотих статерів і їх чвертей, а також срібних тетрадрахм та діадрахм, діоболів, вагою близько 1,92 г., що мали ідентичні пізнім асам зображення Деметри та емблеми Ольвійського полісу, тільки виконані більш досконало та деталізовано.

Крім асів, серед мідних монет з'являються такі нові номінали, як: діхалки, вагою 3 - 4.8 г. (голова Деметри зліва на аверсі та орел з дельфіном на реверсі) та халки, вагою 1,7 – 3,4 г. (голова богині вдачі та долі Тахе на аверсі та колінопреклонений стрілець з луком на реверсі).

## **2. Перехід Ольвійського полісу до елліністичного періоду існування та особливості чекану монет у зазначений період.**

У другій половині IV ст. до н.е. (близько 334 р. до н.е.), Ольвійський поліс зазнав 2-річної облоги македонського війська на чолі з полководцем Зопіріоном.

Незважаючи на впевнений опір ольвіополітів загарбникам та подальший розгром македонського війська разом з скіфами та гетами, економіка Ольвії була сильно підірвана.

Частково відновити монетне виробництво вдалося на початку 20-х років IV ст. до н.е., завдяки позиції у розмірі 3000 золотих статерів від херсонесита Аполлонія: це дозволило виготовляти мідь, а саме т.зв. «борисфеніди» або «борисфени», вагою 9-12 г. (пізні – 5-6 г), з деталізованим зображенням річкового божества Борисфена (так греки називали р. Дніпро) на аверсі, антропологічні риси якого на думку Е. Кобиленка, нагадують обличчя скіфа [13, с.39]. На реверсі зображено скіфську зброю – лук у гориті та сарагіс (скіфська бойова сокира), з боковим написом «ОЛВІО» та монограми особи, за ініціативи якої карбувалася монета.

За гіпотезою, що висунув В. Алексєєв [2, с.5-7], зображена на «борисфенах» скіфська зброя була знаком визнання ольвіополітами заслуг скіфів та їхніх союзників у захисті міста від македонського війська, бо зброя у скіфів - це атрибут влади.

О. Зограф їх зображення пов'язував із захопленням ольвіополітами змаганнями зі стрільби з лука, які організовували в місті [6, с. 5-14]

До першої емісії «борисфенів», через брак коштів входили також перечекани оболів з зображенням Деметри [12, 1983, с. 27].

Ініціатива у випуски цих монет також належали згаданому раніше Калінніку, що підтверджують монограми (КЕ – Каліннік Евксенів) на екземплярах першої емісії (330-ті роки).

Застосовувалися «борисфени» як основна ольвійська валюта досить довго (За підрахунками Н. Ніколаєва – 110 років) [15, с. 35], що підтверджує затертість пізніх емісій цих монет [16, с. 6] та були заміщені більшими номіналами у 1-й половини III ст. до н.е.

При цьому «борисфени» нікуди з обігу не зникають, у той же період (230-ті роки до н.е.), у обігу з'являються нові емісії «борисфенів» – біля голови бородатого божества на аверсі чеканився дельфін, а на реверсі, поряд зі зброєю з'явилася восьмикінцева зірка. Проте їх коштовна цінність понизилася, і вони стали звичайними мідними розмінними монетами, на зразок халків та дихалків класичного періоду.

Що цікаво, «борисфени» були настільки розповсюдженою грошовою одиницею, що їх екземпляри знаходили не тільки у межах Причорномор'я, але й на Переяславщині (Черкаська та Київська область), Слов'янську (Донецька область) та Кам'янці-Дніпровській (Запорізька область), що дає змогу судити, що між скіфами та ольвіополітами у часи карбування «борисфенів» існували торгові зносини.

Ще Геродот засвідчував, про те, що скіфи-орачі, що жили на правобережжі Середнього Подніпров'я, вивозили свій хліб на продаж, зокрема і в Ольвію [7, с. 33].

Як раз Переяславщина, де фіксується більшість знахідок поза межами Причорномор'я, на думку сучасних дослідників була економічним вузлом, де на берегу Дніпра розвантажувалися товари для продажу місцевими торговцями за гроші [13, с. 43-44].

Подібну думку висував ще П. Бурчаков: «Тут, як і в Ольвії, одні з монет чеканилися для торгівлі зі скіфами, а інші для обігу між греками, місцевими жителями. Таким чином пояснюються знахідки незліченої більшості ольвійських монет з зображенням лука і сарагісу, по всьому простору землі, зайнятої скіфами» [3, с. 131].

Крім цього елліністична доба позначилася виготовленням нових та старих монетних номіналів, як виготовлених з міді (тетрахалк, вагою 7-12 г., дихалк, вагою 3,4-5 г. та малий халк, вагою 1,9-2,4 г.), так і зі срібла – дідрахма (Голова Аполлона – Орел на дельфіні, вага 8 г.), драхма (Деметра – Дельфін, вага 4 г.) та гемідрахма (1/2 драхми), що карбувалися приблизно до 150 р. до н.е., коли Ольвія увійде до сфери впливу Скіфії.

До цього часу як срібні так і мідні монети елліністичної доби постійно накарбовуються і перекарбовуються, що свідчить про нестійке становище фінансів у ці часи [16, розділ «Монетна справа»].

Разом з власною міддю та сріблом, у Ольвії довгий час (протягом 330-270 рр. до н.е.) знаходилися у обігу золоті статери Македонського царства, що витіснили домінуючі «кизікіни», які згадувалися у 2 розділі.

Найчастіше, на теренах Ольвії зустрічалися статери Александра Македонського (336-323 рр. до н.е.), Філіпа III Арридея (323-316 рр. до н.е.) та Лісімаха (285-281 рр. до н.е.), вагою 8,5 г., Їх наявність у обігу підтверджують неодноразові розкопки у 1873, 1893 та 1978 рр. [14, с. 32-34].

### **3. Особливості чекану підскіфської Ольвії та короткий екскурс скіфо-грецьких відносин.**

Скіфи ще з початку розселення греків досить активно контактували з колоністами, насамперед торговим шляхом, навчившись в них карбуванню грошових знаків, а саме власних «монет-стріл».

Політично скіфи разом з греками почнуть взаємодіяти вже у V ст. до н.е.: цей процес був пов'язаний з ім'ям царя Скіла (або Скілеса [8, с. 68]), який настільки захоплювався грецькою культурою, що побудував у Ольвії будинок,



де жив разом з дружиною-гречанкою, і в таємниці від скіфів брав участь у релігійному та культурному житті греків, за що був вигнаний самими ж скіфами а згодом і страчений [4, с. 68-70], але для нас ця постать цікава через те, що карбував власну монету, вагою 11 г., на зразок ольвійських «асів» того періоду, але виготовлену зі срібла (Так звані «статери Емінака», названі нумізматами на честь намісника скіфського царя у Ольвії Емінака).

На статерах зображений колінопреклонений Геракл у левовій шкурі на аверсі з боковим написом ΕΜΙΝΑΚΟ та зображення колеса з чотирма дельфінами по кутам на реверсі.

Обіг монет поширювався як у Ольвії, так і в колонії Никоній, та був пов'язаний з власними економічними та політичними амбіціями Скіла [1, с.9], насамперед лобюванням торгових інтересів Істрії на території Скіфії.

У другій половині II ст. до н.е., Ольвія та деякі причорноморські поліси увійшли до сфери впливу Скіфської елліністичної держави у центрі з Неаполем Скіфським: фактично залишаючись незалежним полісом, місто сплачувало скіфам данину на утримання армії та на «дари» скіфським царям.

З того часу продовж 170-120 рр. до н.е. Ольвія карбує мідну монету з ініціалами скіфських царів. Першими подібними монетами стали мідні діахалки царя Акроса, що чеканилися у період з 170-160 рр. до н.е., з зображенням богині Деметри на аверсі та зображенням арфи, ініціалів царя (ΒΑΣΙΛ ΑΚΡΟΣ) та полісу (ΟΛΒΙΟ) на реверсі.

Особливу цікавість становлять монети царя Скілура через їх нумізматичну рідкість – це серія порівняно великих (20,5 – 21,5 мм) бронзових монет різних номіналів (тетрахалки, діахалки та халки) з зображенням профілю бородатої голови на аверсі та атрибутів Геракла і Деметри (палиці, луку в гориті та колосу) з наявною назвою полісу (ΟΛΒΙΟ або ΟΛ) і рядками титулу та імені царя (ΒΑΣΙΛΕΥΣ ΣΚΙΛΟΥΡΟΥ) на реверсі.

Подібні ж реверсні зображення можна побачити на монетах Малої Скіфії, а саме царів Каніта та Сарії [17, с. 29].

Довгий час вважалося, що борода людина на монетах – чергове зображення божества, бо за часів Скілура менші номінали карбувалися вже з жіночою головою під покривалом та безбородою чоловічою головою у плескатій шапці, яких археологи та нумізмати ідентифікують як богів Деметру та Гермеса.

Але ще у першій половині XIX ст., коли перші з таких монет були опубліковані, з'явилася теорія, що зображена людина - це скіфський цар, через знайдений у 1827 році уламок рельєфу у городищі Керменчик біля Сімферополя,

де був зображений дуже схожий як на монеті, профіль довгобородої людини, яку Ж. Бларамберг ідентифікував як скіфського царя Скілура [11, с. 328, прим. 484]. З цією версією погоджується також і радянський археолог П. Шульц [20, с. 44-57].

Проте О. Орешников та П. Каришковський були не згодні з висновками Бларамберга, ідентифікуючи бородатий профіль на монетах, як «ідеальне втілення скіфського етнічного типу» [40, с. 226-227] або зображення Геракла, якого скіфи вважали своїм родоначальником [21, с. 33], пов'язуючи це з зображенням атрибутів Геракла на тій же монеті. Той же Каришковський одночасно не заперечував той варіант, що зображена на монеті людина може бути і Папаєм - скіфським варіантом Зевса, батьком Геракла [21, с. 33].

#### **4. Становище монетної справи у Ольвії під час включення її до складу Понтійського царства, та навали гетів.**

Скіфське панування у Ольвії після смерті Скілура досить швидко пало. Незважаючи на те, що у царя був наступник Палак, йому не вдалося утримати Причорноморські володіння батька у своїх руках. Починаючи з кінця II – початку I століття до н.е., Ольвія увійшла до складу Понтійського царства на чолі з царем Мітідратом VI Євпатором (120-63 pp. до н.е.).

Нарівні з місцевою мідною монетою, у обігу були малі номінали понтійсько – пафлагонських мідних монет, а саме тетраخالки з зображенням голови Зевса та скіпетру, триخالки – голова Аполлона та дельфін, діخالки – голова Афін, круглий щит та спис, тригеміخالки – голова Кібели та тімпан з кротами (давньогрецькі музичні інструменти) та халки – голова Гермеса та керікей.

Серед великих номіналів у зазначений час відомо не тільки про продовження використання македонських золотих статерів типу Лісімаха, а ще й обіг мідних крупних оболов Понтійського царства. Про срібні номінали пізньоеліністичного періоду якась інформація відсутня, можливо у ті часи золото розмінювалися на мідь, але курс, за яким виконувались розрахунки також невідомий [9, с. 254].

Після загибелі царя, Ольвія залишилась абсолютно беззахисною, і у середині I ст. до н.е. була повністю зруйнована дако-гетськими племенами на чолі з Буребістою.

Ця подія завершує елліністичний період для історії Ольвії.

З тих пір монетна справа у Ольвії не просто занепадає, а взагалі припиняється, подальші римо-гетські та римо-боспорські війни, що продовжувалися до I ст. н.е., фактично заморозили життя Ольвійського полісу,

що відновиться після їх завершення та входження Ольвії та інших полісів до складу володінь Римської імперії.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Анохин В. А. Античные монеты Северного Причерноморья. Николаев. 1997. 16 с.
2. Алексеев В. П/. Монеты Царя Фарзоя из Тиря. *Stratus plus* №6. 2000. С. 174-177
3. /Бурчаков П. О. О местоположении древнего города Каркинитеса и монетах, ему принадлежащих. *Записки императорского Одесского общества истории и древностей*, Одесса. 1875. Т. 9, С. 131.
4. /Геродот з Галікарнасу. Опис Скитії. 1968. 105 с.
5. /Зограф А. Н. Античные монеты. 1951. 264 с.
6. /Зограф А. Н. Лук и стрельба с него на монетах Северного Причерноморья. *Нумизматика античного Причерноморья: сборник научных трудов*. Киев: Наукова думка. 1982.
7. Історія Києва. Том 1. Стародавній і середньовічний Київ. Київ: Наукова думка, 1986. 382 с.
8. /Каришковський П. О. Так звані монетні портрети царя Скілура. *Археологія*, Вип. 9, 1973. С. 28-33.
9. Карышковский П. О. Монеты Ольвии: Очерк денежного обращения Северо-Западного Причерноморья в античную эпоху. Киев: Наукова думка. 1988. 167 с.
10. /Карышковский П. О., Виноградов Ю. Г. Калинин, сын Евксена. Проблемы политической и социально-экономической истории Ольвии второй половины IV в. до н.э. *Вестник древней истории*. Ч. 1-2. 1982-1983.
11. /Кеппен П. И. Крымский сборник. 1837.
12. /Кобиленко О. В. Знахідки ольвійських монет на Переяславщині. *Актуальні проблеми нумізматика у системі спеціальних галузей історичної науки: тези доповідей IV Міжнародної науково-практичної конференції, 22-23 червня 2016 р. Кіровоград - Київ - Переяслав-Хмельницький, 2016. С. 18-21*
13. /Кобыленко А., Кобыленко Е. К вопросу о денежном обращении Ольвии в связи с находками монет на левом берегу реки Днепр возле Переяслава. *Tabularium Historae – TOM V: 2019*

14. /Крыжицкий С. Д. Статер Филиппа Арридея, найденный в Ольвии в 1978 г. *Нумизматика античного Причерноморья: сборник научных трудов*. Киев: Наукова думка. 1982. С. 32-34
15. /Николаев Н., Цыганенко Л. Клад ольвийских монет из долины р. Кучурган: новая интерпретация. *Revista Arheologică. Serie nouă*. Vol. XVIII. Nr. 1. Chişinău, 2022.
16. //Ольговський С. Я. Античні держави Північного Причорномор'я. Навчальний посібник. Київ. 2007. 149 с. URL: <https://www.myslencedrevo.com.ua/uk/Edu/ForStudents/AnticStates.html> (дата звернення 20.04.2024).
17. Орешников А. В. Этюды по нумизматике Черноморского побережья. Т. 1-9. 1921-1922.
18. /Субтельний О. М. Україна: Історія. Київ: Либідь, 1991. 512 с.
19. /Уваров А. С. Исследования о древностях Южной России и берегов Черного моря. Выпуск 1-2. 1851-1854.
20. /Шульц П. Н. Скульптурные портреты скифских царей Скилура и Палака. *Краткие сообщения института истории материальной культуры*. 1946. Вып. XII. С. 44-57.

**О.І. Федюніна**

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ МОВИ ТА ЛІТЕРАТУРИ В УКРАЇНІ: ВИКЛИКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ЄВРОІНТЕГРАЦІЇ**

Реформування системи освіти в Україні в контексті євроінтеграційних процесів вимагає осучаснення підходів до підготовки майбутніх учителів мови та літератури. Це передбачає адаптацію освітніх стандартів до європейських, впровадження новітніх методик викладання, забезпечення академічної доброчесності та розвиток мовно-комунікативної компетентності майбутніх педагогів.

Однією з головних проблем є необхідність гармонізації українських освітніх програм з європейськими стандартами, такими як CEFR

(Загальноєвропейські Рекомендації з мовної освіти) [2, с. 38]. Це потребує оновлення навчальних планів, вдосконалення системи оцінювання та підвищення кваліфікації викладачів закладів вищої освіти. Наприклад, у Фінляндії використовується модель компетентнісного навчання, що передбачає інтеграцію теорії з практикою. В Австрії діє розвинена система дуальної освіти, що сприяє ефективному закріпленню знань. В Україні реалізація подібних підходів може здійснюватися через запровадження стажувань у школах, розвиток партнерств між університетами та закладами середньої освіти, а також модернізацію навчальних методик.

Одним із викликів залишається впровадження принципів академічної доброчесності. Плагіат, недостатній рівень дослідницької компетентності студентів та відсутність практичної підготовки зменшують конкурентоспроможність українських випускників на європейському ринку праці [3]. Для подолання цих проблем доцільним є впровадження обов'язкових курсів з академічного письма, інтеграція наукових проєктів у навчальний процес, а також розвиток партнерств між університетами та науковими установами для залучення студентів до дослідницької діяльності.

Сучасні інформаційні технології відкривають нові можливості для навчання, проте їх впровадження в освітній процес вимагає належної технічної бази, навчання викладачів та мотивації студентів до самостійного опанування цифрових інструментів.

Європейські освітні стратегії наголошують на важливості багатомовної компетенції педагогів [4, с. 62]. Проте в Україні досі існують труднощі з розвитком мовної підготовки майбутніх учителів, що ускладнює їх інтеграцію до міжнародного академічного середовища.

Сучасна педагогічна освіта в ЄС орієнтується на студентоцентричний підхід, інтеграцію цифрових технологій та компетентнісне навчання. Використання цих підходів в Україні сприятиме підвищенню рівня підготовки вчителів.

Участь українських викладачів та студентів у міжнародних програмах обміну (Erasmus+, Horizon Europe) сприяє розширенню професійного досвіду, розвитку наукових досліджень та інтеграції до європейського наукового простору.

Erasmus+ дозволяє студентам та викладачам брати участь у міжнародних обмінах, що розширює їхній горизонт, сприяє інтеграції до європейської академічної спільноти, а також допомагає створювати нові академічні та

культурні зв'язки. Це важливо не лише для особистого розвитку, а й для інтернаціоналізації української освіти, підвищення її конкурентоспроможності на міжнародній арені.

Horizon Europe, у свою чергу, сприяє розвитку наукових досліджень, підтримуючи інноваційні проекти та дослідницькі ініціативи. Українські вчені мають можливість співпрацювати з європейськими колегами, залучатися до передових наукових розробок, отримувати фінансування для досліджень та інтегруватися в європейський науковий простір. Це сприяє підвищенню якості досліджень та розширенню можливостей для розвитку нових технологій та інновацій в Україні.

Загалом, такі програми значно покращують не лише професійний рівень окремих викладачів і студентів, а й сприяють загальному розвитку освіти та науки в Україні, створюючи платформу для взаємодії з провідними науковими та освітніми центрами Європи.

Європейська освіта приділяє значну увагу інклюзії та міжкультурній комунікації. Формування толерантного ставлення до культурного розмаїття сприятиме підготовці педагогів, здатних ефективно працювати в багатонаціональному середовищі.

Європейська освіта, яка акцентує увагу на інклюзії та міжкультурній комунікації, визнає, що толерантність і здатність працювати в багатонаціональному середовищі є ключовими компетенціями для майбутніх педагогів.

Інклюзія у цьому контексті означає не лише прийняття різноманіття, а й створення умов для рівних можливостей для всіх, незалежно від їхнього походження, національності, релігії чи соціального статусу [1, с. 48]. Участь у програмах, що пропагують інклюзивну освіту, допомагає формувати вчителів, які розуміють важливість взаємоповаги до різних культур та традицій, що дозволяє їм ефективно працювати з учнями з різних етнічних, релігійних і соціальних груп.

Міжкультурна комунікація є важливою складовою формування толерантного ставлення. Педагоги, які мають навички міжкультурної комунікації, здатні сприяти розвитку у своїх учнів поваги до культурних відмінностей, навчаючи їх взаєморозумінню, співпраці та вирішенню конфліктів мирним шляхом. В умовах багатонаціональних класів, таких вміння є необхідними для забезпечення гармонійної атмосфери та ефективного навчального процесу.

Такий підхід до освіти сприяє підготовці педагогів, які здатні працювати в різноманітних культурних контекстах і забезпечувати створення інклюзивного та підтримуючого навчального середовища. Це особливо важливо в країнах, де збільшується число мігрантів, біженців або людей, що належать до меншин, тому педагоги мають бути готові до роботи з різними соціальними групами та підтримувати їх індивідуальні потреби.

Використання відкритих освітніх платформ та цифрових навчальних матеріалів дозволить зробити процес навчання більш доступним та ефективним.

Підготовка майбутніх учителів мови та літератури в Україні має зазнати суттєвих трансформацій для відповідності європейським стандартам. Це передбачає оновлення змісту освітніх програм, впровадження академічної доброчесності, посилення мовної підготовки та міжнародного співробітництва. Євроінтеграційні процеси відкривають широкі можливості для підвищення якості освіти та професійного розвитку українських педагогів.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Антонюк, М. О. (2020). Євроінтеграційні процеси в системі освіти України: тенденції та виклики для педагогічної підготовки. *Освітній простір*, 15(2), 45-56.
2. Бойко, В. М. (2019). Європейські стандарти вищої освіти та їх вплив на підготовку майбутніх учителів української мови та літератури. *Педагогічні науки: теорія та практика*, 12(1), 34-42.
3. Дьяків, С. В. (2021). Проблеми європейської інтеграції та їх вплив на систему вищої освіти України. Київ: Наукова думка.
4. Мельник, В. П. (2022). Інтеграція України в європейський освітній простір: можливості та реалії для підготовки педагогів. *Освіта та наука*, 34(3), 58-67.

## **КРЕАТИВНІСТЬ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ РЕСУРС САМОДОСТАТНЬОЇ ОСОБИСТОСТІ**

У світі, що дедалі більше характеризується невизначеністю, швидкоплинністю змін та руйнуванням традиційних структур, зростає потреба в особистостях, здатних приймати рішення, діяти автономно й утримувати внутрішню рівновагу. Саме тому концепт самодостатності стає ключовим у дослідженнях дорослої зрілої особистості. Він поєднує в собі здатність до саморефлексії, відповідальності, саморегуляції та стійкої самооцінки.

Водночас креативність, яку тривалий час розглядали переважно у контексті мистецької або інтелектуальної діяльності, набуває нового значення: як екзистенційний і адаптивний ресурс, що формує фундамент самодостатності. У цій доповіді ми проаналізуємо взаємозв'язок цих двох психологічних конструктів крізь призму сучасних наукових теорій, емпіричних спостережень та прикладного значення.

Традиційно креативність визначається як здатність до створення нового, оригінального та соціально значущого продукту. Однак сучасна психологія розширює це поняття: креативність розглядається як когнітивна гнучкість, здатність до генерації ідей, інтуїтивна відкритість, емоційна регуляція та навіть ціннісна орієнтація на саморозвиток. За Дж. Гілфордом, креативність базується на дивергентному мисленні — умінні продукувати багато різноманітних ідей, що розширюють простір рішень [3, с. 444]. У подальшому М. Ранко вказував, що креативність неможлива без внутрішньої мотивації, самосвідомості та автономії, що безпосередньо пов'язує її з поняттям самодостатності [8, с. 134]. Учений підкреслює, що творчість — це не лише інтелектуальний процес, а форма особистісної свободи, в якій індивід виходить за межі заданих норм, щоб створити щось нове, значуще для нього самого. Такий підхід акцентує на глибоко особистісному вимірі креативності: вона виникає не лише як реакція на зовнішній виклик, а як внутрішня потреба до самовираження та конструювання власної реальності. У цьому сенсі, креативність виступає не лише як засіб самореалізації, а як механізм глибокого розуміння власної ідентичності, здатності витримувати невизначеність і будувати внутрішню стабільність.



У дослідженнях Т. Амабіл та Дж. Кауфмана також зазначається, що особи з високим рівнем креативності виявляють більшу психологічну гнучкість, краще справляються зі стресом і здатні реінтерпретувати негативний досвід як джерело зростання [1, с. 203]. Їхній компонентний підхід до креативності підкреслює важливість трьох взаємопов'язаних факторів: експертного рівня знань, навичок креативного мислення та внутрішньої мотивації. Саме внутрішня мотивація, за словами Амабіл, визначає, наскільки глибоко і автентично особистість може зануритися у процес творчості, не піддаючись зовнішньому тиску чи очікуванням. Кауфман, зі свого боку, додає, що креативність має не лише індивідуальний, але й соціальний вимір — вона активується в контексті взаємодії, де є довіра, відкритість і простір для новизни. Таким чином, креативність виступає не лише когнітивним, а й екзистенційним ресурсом, що дозволяє особистості підтримувати цілісність «Я», ефективно адаптуватися до змін та зміцнювати власну психічну стійкість в умовах життєвих викликів.

Самодостатність — це не ізольованість, а насамперед здатність спиратися на внутрішні опори, приймати рішення відповідно до власної системи цінностей, долати труднощі без надмірної залежності від зовнішніх оцінок. Це якість особистості, яка формується у взаємодії з середовищем, але виявляється у моменті внутрішнього вибору. Згідно з підходом Карла Роджерса, самодостатність — це частина концепції повнофункціональної особистості, яка живе автентично, діє відповідно до власних потреб і не підкоряється соціальним шаблонам [7, с. 142]. Роджерс вважав, що лише в умовах безумовного прийняття, емпатії та щирості особистість здатна розвивати автентичне «Я», і саме така взаємодія з оточенням створює передумови для формування самодостатності. Його клієнт-центрований підхід став основою гуманістичної традиції, де ключовим елементом є повага до внутрішніх потреб людини та її права на самовираження.

А. Маслоу, говорячи про самоактуалізацію, підкреслював важливість внутрішньої незалежності, самодетермінації та здатності до творчого самовираження як елементів особистісної зрілості [5, с. 129]. Він зазначав, що самоактуалізована людина не лише реалізує свій потенціал, а й демонструє високу стійкість, незалежність від зовнішнього схвалення, здатність до глибокої любові, гумору, спонтанності та креативності. Маслоу наголошував, що креативність — це не виняткова ознака обраних, а природна здатність кожної особистості, що розкривається за умови внутрішньої свободи та відкритості до досвіду. Отже, у концепціях Роджерса і Маслоу самодостатність постає як прояв

особистісної зрілості, в основі якої — свобода бути собою, креативне самовираження та здатність до глибоких, внутрішньо мотивованих рішень.

Українські дослідниці Т.М. Дзюба та О.Г. Коваленко наголошують, що самодостатність пов'язана з емоційною зрілістю, рефлексивністю, адаптивністю та готовністю до прийняття життєвих викликів. Така особистість має внутрішні ресурси для подолання невизначеності, збереження психічної рівноваги та продуктивної взаємодії зі світом [2, с. 93]. У своїй праці вони розглядають самодостатність як інтегральну характеристику особистості дорослого, яка формується на перетині індивідуального досвіду, осмисленої життєвої позиції та прагнення до психологічної зрілості. Вони підкреслюють важливість не лише раціонального усвідомлення власних цінностей, а й здатності діяти згідно з ними в умовах невизначеності, що вимагає гнучкості, саморегуляції й емоційної витримки. Особистість, яка виявляє самодостатність, здатна бути джерелом підтримки не лише для себе, а й для інших, демонструючи зрілість через відповідальне ставлення до життя, активну позицію та здатність зберігати внутрішню цілісність у мінливих умовах соціуму.

Якщо креативність — це динаміка мислення, емоцій і уяви, то самодостатність — це здатність зосередити цю динаміку в напрямку власного "Я". У цьому контексті креативність є психологічним інструментом, що дозволяє особистості знайти унікальні рішення в складних життєвих ситуаціях, не піддаватися зовнішньому тиску, будувати внутрішньо узгоджену систему цінностей, зберігати автономію та психологічну гнучкість, не втрачати контакт із собою навіть у кризових умовах.

Креативність і самодостатність мають взаємопідсилювальний характер: чим більше людина здатна творчо осмислювати реальність — тим більше вона відчуває себе суб'єктом, а не об'єктом життя. На думку С. Пітерсона і М. Селігмана, креативність є однією з 24 базових чеснот особистості, що сприяють життєвому благополуччю [4, с. 112]. У рамках позитивної психології ці чесноти згруповано у шість вищих добродітностей до них належать аступні: мудрість і знання — допитливість, любов до навчання, креативність, відкрите мислення, перспективність; мужність — наполегливість, чесність, хоробрість, ентузіазм; людяність — любов, соціальний інтелект, доброта; справедливість — лідерство, справедливість, здатність до командної роботи; стриманість — саморегуляція, скромність, обережність, прощення; трансцендентність — подяка, надія, почуття гумору, здатність бачити красу.

Ці якості розглядаються як основа розвитку самодостатності та психологічної стійкості дорослої особистості.

У реальному житті прояви креативності як ресурсу самодостатності можна побачити в ситуаціях особистісних криз, кар'єрних змін, еміграції, втрати. Люди, які здатні осмислювати досвід не як "поразку", а як "можливість зростання", — зазвичай мають вищий рівень рефлексії, емоційної регуляції та внутрішньої мотивації. Ці якості формуються завдяки креативному переосмисленню подій, що вимагає не лише когнітивного зусилля, а й емоційної витримки, довіри до себе й гнучкого мислення.

У психотерапевтичній практиці креативність використовується як техніка особистісного зростання (наприклад, арт-терапія, нарративні методи, метафоричні асоціативні карти), що допомагає клієнту вийти за межі звичних шаблонів та знайти нові внутрішні сенси. Таким чином, креативність — це не лише талант чи стиль мислення. Це інструмент глибокого контакту з собою, що допомагає людині сформуванати автентичну, цілісну й життєздатну особистість. У поєднанні із самодостатністю вона формує внутрішню автономію, здатність жити відповідно до власних цінностей, адаптуватися до змін і зберігати психологічне благополуччя.

Таким чином, креативність є потужним психологічним ресурсом розвитку самодостатної особистості, що дозволяє людині не лише виживати в умовах глобальних змін, а й зростати через них.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Амабіл Т. М., Кауфман Дж. С. Соціальна психологія креативності: компонентний підхід // Кауфман Дж., Стернберг Р. (ред.). Кембриджський підручник з креативності. Кембридж: Cambridge University Press, 2015. 392 с.
2. Дзюба Т. М., Коваленко О. Г. Психологія дорослості з основами геронтопсихології. Київ: Академвидав, 2020. 248 с.
3. Гілфорд Дж. Креативність // American Psychologist. 1950. Т. 5, №9. С. 444–454.
4. Пітерсон С., Селігман М. Характерні чесноти та гідності: посібник з класифікації. Оксфорд: Oxford University Press, 2004. 800 с.
5. Маслоу А. Мотивація і особистість. Нью-Йорк: Harper & Row, 1970. 369 с.
6. Мей Р. Мужність творити. Нью-Йорк: W. W. Norton & Company, 1975. 143 с.

7. Роджерс К. На шляху до особистості: Погляд терапевта на психотерапію. Бостон: Houghton Mifflin, 1961. 420 с.
8. Ранко М. Креативність: Теорії і теми. Дослідження, розвиток і практика. Лондон: Academic Press, 2007. 491 с.

***Г. А. Шевченко***

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького  
(науковий керівник: д-р  
філософії, асистент  
Помазан Д. Ю.)

## **САКРАЛЬНІ ПОТРЕБИ ПРОТЕСТАНТСЬКИХ РУХІВ НА ТЕРИТОРІЇ УКРАЇНИ В УМОВАХ ІМПЕРСЬКОЇ ПОЛІТИКИ (XIX СТ.)**

XIX століття зумовлене глибокими змінами у релігійному житті України, більшість територій якої на той час входили до складу Російської імперії. У цьому контексті зростає інтерес до вивчення становища протестантських спільнот, які, попри маргіналізований статус у межах панівного православного дискурсу, поступово формували власну конфесійну ідентичність, інфраструктуру та духовну практику.

Великої уваги потребує аналіз того, як саме протестантські громади виборювали право на існування, проводили богослужіння, здійснювали церковні обряди, підтримували проповідництво й поширювали релігійну літературу. Попри гніт і гоніння з боку царського уряду, вони показали здатність до самозахисту, самовизначення і культурної стійкості.

Дослідження цієї теми дає змогу не лише висвітлити релігійне життя однієї з малодосліджених конфесійних груп, але й виявити ті соціокультурні й правові механізми, за допомогою яких держава регулювала доступ до сакрального, формувала рамки релігійної толерантності та легітимізувала домінуючу церковну традицію. Протестантські громади виступають своєрідним індикатором релігійної політики імперії, а їхній досвід свідчить про складність і багатовимірність конфесійного життя в українських регіонах у контексті модерної доби.

Дослідження особливостей реалізації сакральних потреб протестантів на території України у XIX столітті є частиною ширшого вивчення історії протестантизму в Східній Європі. У сучасній історіографії цей аспект висвітлюється через призму конфесійної політики Російської імперії, соціокультурної адаптації протестантських громад та їхньої взаємодії з місцевим населенням.

Вивченням протестантизму в Україні на сьогодні займається чимало науковців. Серед них: В. І. Любашенко, В. В. Марчук, О. М. Ігнатуша, О. Луців та інші. Ця тематика досліджується й у дисертаціях, монографіях, наукових статтях і свого роду працях істориків, релігієзнавців і філософів.

Історія протестантів на українських землях відлічується з XVI ст., коли виник термін «протестантизм». Цей часовий проміжок охоплював два основні періоди: ранній протестантизм (XVI-XVII ст.) і друкарська комунікація пізнього протестантизму (др. пол. XIX — кін. XX ст.) [1, с. 50]. Від православ'я та католицизму ця релігійна течія відрізняється загальним священством вірян, орієнтацією на Біблію та душевним порятунком завдяки особистій вірі. Вони вважають також, що всі люди рівні перед Богом [2, с. 163].

Провідним осередком протестантської реформації в Україні став штундизм, який виник у др. пол. XIX ст. Попри розбіжності з православною церквою, він мав спільні риси з нею на початковому етапі. Проте поступово відбувався процес відокремлення. Згодом вони почали проводити публічні акції паплюження ікон як виклик православ'ю та законам Російської імперії, які передбачали покарання за публічно скоєне блюзнірство.

З ікон, які представляли святиню для православних, перетворювали на опудало для відлякування птахів і місце для сидіння. Вони також вдавалися до провокацій, зокрема вживали м'ясо у Страсну п'ятницю під час хресного походу. Також хресне знамення називали «печаткою антихриста». Випробовували ікони, тобто кидали їх у багнюку, клали на них монети, зневажали святих, доводячи, що це — не Бог [3, с. 65-68]. У штундистів, як можна спостерігати, було на той час власне уявлення та розуміння віри в Бога.

Їхніми наступниками вважають баптистів, які виникли трішки пізніше, у 1860-х роках. Основою віровчення є Біблія. Для них вона являється єдиним авторитетом. Парафіяни дотримуються християнського вчення про Трійцю, визнають Ісуса Христа посередником між Богом і людьми та вірять у його спокутну жертву. Основними обрядами є водне хрещення, Вечеря Господня та молитви з покладанням рук під час посвяти, благословення, шлюбу чи зцілення

[4]. Хрещення немовлят не визнавали й брали участь у такому ритуалі в дорослому віці [5, с. 22].

Окрім цього, баптисти вірили, що Господь простить грішника, який вперше покається. Вважали, що очищення — тривалий процес, який триває все життя і полягає в щоденному служінні Христу [6, с. 257]. В Одесі їхня громада відкрито закликала виходити з православної церкви, за що, як і штундисти, зазнала утисків з боку влади. Богослужіння забороняли, зібрання розганяли, а проповідників переслідували. Саме в Одесі тоді виходили баптистські періодичні видання — «Баптист» (1910-1911) і «Слово истины» (1912-1913) [2, с. 177].

Одного з проповідників того часу, Михайла Ратушного, навіть взяли під постійний поліцейський нагляд. Попри звернення вірян до губернаторів і навіть до самого царя з проханням дозволити будівництво молитовних домів і офіційне визнання їхніх громад, влада довго залишалася непоступливою. У 1894 році штундизм узагалі визнали небезпечною течією.

Лише після прийняття Закону про віротерпимість у 1905 році становище змінилося — протестантські громади отримали можливість офіційно діяти, проводити служіння й поширювати свою літературу [7, с. 27].

Що ж торкається релігійного вчення адвентистів, то вони вважають, що соціальне служіння — це продовження справи, яку здійснював Ісус Христос, коли допомагав людям. Вони базують свою діяльність на гармонійному поєднанні особистісного та соціального блага.

Церква АСД також позитивно ставиться до засобів масової інформації, визнає їхню роль у формуванні суспільства. Проте вона наголошує, що свобода слова не повинна використовуватися для обману чи пропаганди. З прихильністю ставляться до принципу відокремлення церкви від держави. Вважають, що це гарантує їм свободу, але не відриває її від участі в житті суспільства [8, с. 117].

Первинною організацією адвентистів була спільнота, яка утримувалася коштом пожертв. Прийняття нових парафіян, господарські та фінансові питання розв'язувалися на загальних зборах. В цих зборах брали участь дорослі, хрещені члени, які скликались мінімум 4 рази на рік. Там обирали також пресвітерів, дияконів і проповідників.

Пресвітери проводили керували церквою, обрядами, проповідували. Своєю чергою диякони їм допомагали. Проповідники здебільшого займалися місіонерською діяльністю. Останні не завжди були прикріпленими до однієї

громади, вони займалися проповідницькою діяльністю в нових регіонах [9, с. 109].

Наприкінці XIX ст. адвентисти діяли нелегально й зазнавали переслідувань з боку царської влади. Активними проповідниками того важкого часу були Михайло Чеховський і Теофіл Бабієнко. Лише після прийняття Закону про віротерпимість у 1905 році та циркуляра Столипіна у 1906 році церква отримала офіційне визнання. У 1907 році було створено Російську Унійну конференцію [2, с. 186].

Свідки Єгови, які з'явилися наприкінці XIX ст., вважають Біблію натхненним Богом словом і вірять, що вічне життя можливе лише через наслідування Ісуса та виконання Божих законів. Вони заперечують безсмертя душі та визнають лише два обряди — хрещення і Спомин смерті Христа. Усі віряни зобов'язані проповідувати й брати участь у біблійних студіях. Організація має чітку ієрархію, а керівники вважають себе служителями. Хрещення проводиться лише дорослим після навчання, зміни способу життя та співбесіди зі старійшинами.

Вони визнають лише два обряди — хрещення і Спомин смерті Христа (аналог Євхаристії), однак не вживають термін «таїнство». Господню Вечерю проводять щороку 14 нісана, але лише «помазаники» споживають хліб і вино як символи тіла і крові Христа. Усі Свідки мають проповідувати й беруть участь у домашніх біблійних студіях. Релігійна структура має кілька рівнів: книговивчення, збори, райони, області, філії, які звітують до Брукліна. Збори керуються старійшинами (лише чоловіки), а релігійні провідники не вважають себе главами, а служителями.

Обряд хрещення у Свідків Єгови складається із повного занурення у воду дорослої людини, яка вже навчена. Процес навчання є тривалим і передбачає ґрунтовне вивчення самого релігійного вчення, зміну способу життя та участь у проповідницькій діяльності. Лише після цього, а також після співбесіди зі старійшинами громади, людина може бути допущена до хрещення [10, с. 429-447].

Свідки Єгови не визнавали ніякої влади крім влади Ісуса Христа, відмовлялися брати до рук зброю і не виконували ніяких військових повинностей [2, с. 194].

У XIX ст. протестантські громади в Україні (штундисти, баптисти, адвентисти, Свідки Єгови), попри утиски з боку імперського уряду, активно задовольняли свої сакральні потреби. Вони будували молитовні дома,

організовували богослужіння, поширювали релігійну літературу та ін. Розвивали своє релігійне життя на основі особистої віри й спільної участі.

Дослідження засвідчило, що протестантські громади відігравали значну роль у формуванні релігійного плюралізму в Україні XIX ст. та сприяли розвитку громадянської ініціативи, освіти й культури. У контексті загальноєвропейських релігійних процесів український протестантизм зберігав риси євангельської ортодоксії, водночас демонструючи гнучкість у взаємодії з локальним соціокультурним середовищем.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Балаклицький М. А. Протестантське книгодрукування на українських землях. Протестантизм в Україні. Волинь : зб. ст. / редкол.: С. В. Санніков, П. М. Тригуб, Л. І. Бородинська та ін. Луцьк: Християн. життя, 2017. С. 49-56.
2. Діанова Н. М. Історія релігії та церкви в Україні в національному та європейському контекстах: навч. посіб. для студентів спец. 032 «Історія та археологія» спеціалізації «Історія України у світовому контексті». Одеса: Одес. нац. ун-т ім. І. І. Мечникова, 2019. 252 с.
3. Савченко С. Блюзнірство як «істинна побожність»: релігійні практики селян-штундистів у другій половині XIX – на початку XX століття. *Емінак: науковий щоквартальник*. 2020. №3 (31). С. 62-79. URL: <https://www.eminak.net.ua/index.php/eminak/article/view/436> (дата звернення: 04.04.2025).
4. Решетнікова Т. Баптизм. *Релігійно-інформаційна служба України*. 2010. 2 січ. URL: [https://risu.ua/baptizm\\_n34007](https://risu.ua/baptizm_n34007) (дата звернення: 04.04.2025).
5. Федюк В. Передумови та зародження перших українських баптистських церков на Прикарпатті. *Студентські історичні зошити*. 2020. №12. С. 21-28. URL: <https://www.academia.edu/45177480/> (дата звернення: 04.04.2025).
6. Історія релігії в Україні: у 10-ти т. Редкол: А. Колодний (голова) та ін. К.: Світ Знань. Т. 5. Протестантизм в Україні. За ред. П. Яроцького. 2002. 424 с.
7. Меренков Г., Проданюк Ф. Історія Євангельських християн-баптистів на теренах України (сер. XIX ст. — 1929 року). *Графе*. 2022. №3. С. 24-30. URL: <https://www.grafe.ugi.edu.ua/index.php/Science/article/view/40> (дата звернення: 05.04.2025).
8. Докаш В. І. Соціальна доктрина Церкви адвентистів сьомого дня як концентрований виклад форм служіння суспільству / Протестантизм в Україні.



Волинь : зб. ст. / редкол.: С. В. Санніков, П. М. Тригуб, Л. І. Бородинська та ін. Луцьк: Християн. життя, 2017. С. 114-119.

9. Сітарчук Р. З історії виникнення та розвитку адвентизму в XIX ст. *Українське релігієзнавство*. 2006. №39. С. 103-112. URL: <http://jnas.nbuiv.gov.ua/article/UJRN-0001015760> (дата звернення: 08.04.2025).

10. Історія релігії в Україні: у 10-ти т. Редколегія: А.Колодний (голова) та ін. Пізній протестантизм в Україні. Т. 6. (п'ятидесятники, адвентисти, Свідки Єгови). За ред. П.Яроцького. Київ-Дрогобич: видавець Сурма С, 2008. 632 с.

**Шешурак Сергій,**

студент II курсу спеціальності «Агрономія»  
ВСП Івано Франківський фаховий коледж  
ЛНУП

Науковий керівник: **Сворак Любомир,**  
викладач вищої категорії

Івано-Франківського фахового коледжу  
Львівського національного університету  
природокористування

email: [lybomur.svorak@ukr.net](mailto:lybomur.svorak@ukr.net)

## ДЕКОЛОНІЗАЦІЯ КУЛЬТУРНОГО ПРОСТОРУ УКРАЇНИ

**Анотація:** У статті розглядається процес деколонізації культурного простору України, що активізувався після 2014 року та особливо після повномасштабного вторгнення РФ у 2022 році. Розглядаються ключові практики деколонізації у сферах топоніміки, мови, освіти та політики пам'яті. Визначаються основні виклики та перспективи цього процесу.

**Ключові слова:** деколонізація, культурний простір, Україна, війна, ідентичність, політика пам'яті.

Повномасштабне вторгнення РФ на територію України 24 лютого 2022 року стало ключовою точкою тривалої історії протистояння. Фактично цей день став кульмінацією тривалої гібридної агресії, і в той же час саме вторгнення стало каталізатором пришвидшення трансформації українського суспільства. Одним із ключових вимірів цієї трансформації є активна деколонізація культурного простору. Під цим терміном в основному розуміють свідоме і

цілеспрямоване подолання спадщини російського імперського та радянського панування в символічній, мовній, освітній та інших сферах.

Актуальність теми зумовлена тим, що культурна деколонізація є невід'ємною частиною боротьби за державний суверенітет, утвердження національної ідентичності та формування резильєнтного суспільства, здатного протистояти зовнішній агресії та маніпуляціям. Метою даного дослідження є аналіз основних проявів та практик деколонізації культурного простору України з акцентом на період після початку повномасштабного вторгнення.

Одразу відмітимо, що дослідження ґрунтуватиметься на концептуальний апарат постколоніальних студій, які аналізують тривалі наслідки колоніалізму для культури, політики та психології колонізованих народів. Ключовими тут стануть ідеї Едварда Саїда про "орієнталізм" як конструювання образу "Іншого" імперським центром допомагають зрозуміти механізми російського імперського дискурсу щодо України. [1] Відмітимо, що в українських реаліях не цілком коректно використовувати порівняння з відкрито колонізованими країнами, адже в Російській імперії та СРСР використовувалась «внутрішня колонізація», яка створювала відмінності від «класичних» заморських колоній.

Додатковими чинниками активного впровадження процесу деколонізації виступають уявлення про колоніальну спадщину що залишається глибоко вкоріненою в культурні, політичні та соціальні структури суспільства, які наклали значний відбиток на соціальне знання, колективну пам'ять і культурні практики. Через процеси культурного відбору, інтерпретації та соціального відтворення, що формуються як на рівні окремих громад і спільнот, так і через державні або інституційні структури уявлення про спадщину стають наративами, які організують певні аспекти минулого в послідовну систему ціннісних інтерпретацій. Саме такі колоніальні наративи, які активно поширювали в СРСР та продовжують тиражувати в сучасній росії, мали на меті створити образ України як «молодшого брата», «периферії імперії» або «радянської республіки», яка не мала власної національної ідентичності чи історії. [2, С. 15]

Така невизначеність українського постколоніального культурного простору приводить до потреби виокремлення основних проявів та практик деколонізації культурного простору України. Фактично, на основі вивчення доступних матеріалів, автор виділяє ключові, на сьогодні, сфери деколонізації в культурному житті:

1. Топонімічна деколонізація. Активно цей процес розпочався після 2014 року, проте особливо активізувався після початку повномасштабного вторгнення. Зокрема, за даними МКІП, протягом 2022 р. в Україні було перейменовано 9859 топонімів та демонтовано 145 пам'ятників, пов'язаних з пропагандою російської імперської політики [3]

2. Мовна деколонізація. Важливим стимулом українізації та відмови від масового використання російської мови, стало прийняття Закону України "Про забезпечення функціонування української мови як державної" від 25.04.2019 року. [4] Особливо процес активізувався після початку повномасштабних бойових дій. Оскільки доволі часто в критичних ситуаціях на фронті саме мова виступає маркером ідентичності, багато, раніше російськомовних бійців переходять на українську. В той же час, значна кількість українців свідомо вивчають українську мову, як маркер ідентичності та лояльності до власного народу.

3. Деколонізація освіти та науки. На сьогодні, відбувається активний перегляд шкільних та університетських програм з історії, літератури, культурології з метою усунення русоцентричних наративів та включення раніше замовчуваних сторінок української історії та культури. Активізувалася робота Українського інституту національної пам'яті спрямована на формування нової політики пам'яті, вільної від імперських міфів. Проводиться цілий ряд різноманітних заходів направлених на подолання постколоніальних наративів у сфері освіти. Як приклад можемо навести Міжнародну конференцію «Деколонізація освіти і науки в Білорусі та Україні: Теоретичні виклики та практичні завдання» проходила у Вільнюсі з 28 по 30 вересня 2023 року на якій розглядалось дане питання не лише в контексті нашої держави. Цікавими для подальших досліджень будуть виділені в ході конференції «проблеми у сфері деколонізації, які потребують осмислення» [5].

4. Деколонізація мистецтва та політики пам'яті, на погляд автора виступає одним із ключових завдань для повернення української ідентичності. В цій сфері відбувається переоцінка канонів, повернення імен репресованих митців, промоція сучасного українського мистецтва як самобутнього явища. В цьому плані показовою є думка Тетяни Філевської, яка зазначила: «Очевидно, що українська культура, її значення та визнання були применшені [Росією] навмисно. Якщо в часи козацької державності Україна мала дуже розвинену культуру, та й у середньовічні часи також, то сьогодні про це мало хто знає, хіба що спеціалізовані фахівці. Це замовчування і применшення значення

відбувалося, щоб стерти підстави для нашої боротьби за суверенітет. Розуміння базових прав людини, які в тому числі базуються на її ідентичності й унікальності, праві бути собою, жити за власним бажанням, за уявленням про життя, реалізувати себе, — все це спирається на знання, ким ти є і ким є твої предки» [6].

Цих чотири, вище приведені основних напрямки стикаються з цілим рядом викликів, адже сам процес деколонізації українського культурного простору не є лінійним. Серед них можна виокремити наступні:

1. Суспільні дискусії та розбіжності. На сьогодні суспільство та наукова спільнота так і не вирішили питання про те, що саме вважати колоніальною спадщиною, які методи деколонізації є прийнятними. Ця неузгодженість стає причиною для конфліктів у середині соціуму та приводить до таких парадоксальних речей як судові позови з вимогою відновлення знесених радянських пам'ятників. В той же час, відмітимо, що існує реальний ризик надмірного спрощення та переходу від критичного переосмислення до простого "скасування" без глибокого аналізу.

2. Регіональні відмінності. Сприйняття та темпи деколонізації можуть відрізнятися в різних регіонах України, що пов'язано з історичними особливостями та складом населення, його переконаннями та бажанням сприйняття/несприйняття змін.

3. Брак ресурсів та експертизи. Швидкі зміни потребують значних фінансових та інтелектуальних ресурсів для якісної реалізації (наприклад, створення нових експозицій, підготовка освітніх матеріалів). Якщо з інтелектуальними ресурсами ситуація не критична, то виділити значні фінанси на етапі активних бойових дій не виглядає реальним, та й, погодьтесь є не доцільним.

4. Інформаційна війна. Російська пропаганда активно продовжує використовувати тему деколонізації для дискредитації України, зображуючи її як "русофобію" чи "нацизм". В той же час, наша держава, на сьогодні, так і не змогла виробити дієві механізми протидії інформаційним атакам противника, і основна причина цього, на наш погляд — відсутність достатньо розвинутого громадянського суспільства із виробленим рефлексом критичного переосмислення отриманої інформації

Попри вище виокремлені виклики, деколонізація культурного простору України є визначальним процесом для подальшого існування української нації.

Успішне його завершення сприятиме консолідації нації, зміцненню її культурної стійкості та утвердженню суб'єктності на міжнародній арені.

Підводячи підсумок зазначимо, що деколонізація культурного простору є складним, багатовимірним та історично зумовленим процесом, який набув особливої інтенсивності в Україні після повномасштабного вторгнення РФ. Він охоплює символічне переформатування публічного простору (топоніміка, пам'ятники), утвердження української мови, перегляд історичних та культурних наративів в освіті та мистецтві. Спираючись на теоретичні засади постколоніалізму та враховуючи специфіку українського досвіду, можна стверджувати, що деколонізація є формою культурного опору та інструментом утвердження національної ідентичності й суверенітету. Попри наявні виклики та дискусії, цей процес має незворотний характер і є ключовим для ментального звільнення українського суспільства від імперської спадщини.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Едвард Саїд. Орієнталізм. — К.: «Основи», 2001. — 511 с. // URL: [https://chtyvo.org.ua/authors/Said\\_Edward/Orientalizm/](https://chtyvo.org.ua/authors/Said_Edward/Orientalizm/)
2. Міхейцева-Цінгрош Катерина. Теоретичні засади та практичні втілення дискурсу деколонізації в культурній політиці України (на прикладі проекту Odesa Decolonization) // URL: <https://grani.org.ua/index.php/journal/article/view/2082/2050>
3. У 2022 році в Україні перейменували майже 10 тисяч топонімів / Міністерство культури та інформаційної політики України: Офіційний вебпортал. // URL: <https://mcsc.gov.ua/news/u-2022-rotsi-v-ukraini-pereymenuvaly-mayzhe-10-tysiach-toponimiv/>
4. Закон України "Про забезпечення функціонування української мови як державної" № 2704-VIII від 25.04.2019 року. / Верховна рада України: офіційний вебпортал. // URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2704-19#Text>
5. Складні виміри деколонізації. Деколонізаційні процеси у освітньо-науковій сфері України та Білорусі обговорювалися на міжнародній конференції, яка нещодавно відбулась у Вільнюсі. Учасники заходу розглянули стан постколоніальних досліджень у цих країнах, ключову роль університетів у просуванні деколонізації, а також проблеми перетинів деколонізації з націєтворенням та європеїзацією. // Україна Модерна. Міжнародний інтелектуальний часопис. // URL: <https://uamoderna.com/notes/skladni-vymiry-dekolonizatsii/#:~:text=%D0%94%D0%B5%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D0%BE>

<https://www.ukrainer.net/dekolonizatsiia-myttiv/>

6. Забуті, заборонені, привласнені: деколонізація українських митців/Ukrainer//URL: <https://www.ukrainer.net/dekolonizatsiia-myttiv/>

**Є.М. Щербатенко**

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана  
Хмельницького

## **РОЛЬ ТВОРЧИХ ЗАВДАНЬ У ПРОЦЕСІ НАВЧАННЯ АНГЛІЙСЬКОЇ МОВИ СТАРШОКЛАСНИКІВ**

Сучасна освітня концепція спрямована на формування ключових компетентностей, які мають загальнокультурне і професійне значення та є необхідними для успішної діяльності в різних сферах. Згідно з «Державним стандартом базової середньої освіти», однією з основних компетентностей є вільне володіння державною та іноземною мовами, що передбачає здійснення комунікації в усній та писемній формах; пошук, опрацювання та аналізування інформації з різних джерел; використання мовних засобів для досягнення особистих і суспільних цілей у життєвих та навчальних ситуаціях, творчого самовираження; пояснення, обговорення та обґрунтування своїх поглядів та переконання, спираючись на соціокультурні реалії та особливості міжкультурної комунікації [1].

У цьому контексті перед учителем постає важливе завдання – впроваджувати в освітній процес інноваційні педагогічні технології, які базуються на використанні сучасних форм, методів і підходів до вивчення англійської мови, орієнтованих на розвиток творчих і креативних здібностей учнів. Окрім цього, важливо створювати на уроках сприятливе освітнє середовище, яке забезпечуватиме повноцінне використання інтелектуального потенціалу кожного учня, сприятиме всебічному розвитку творчої особистості та підготовці конкурентоспроможних фахівців, здатних адаптуватися до викликів сьогодення.

Питання щодо використання творчих здібностей учнівської молоді та використання творчих завдань в освітньому процесі були предметом дослідження О. Ветхової, О. Євенко, І. Дубенуко, С. Сисоевої, Н. Лутай, В. Моляко, Г. Шапошника та інших. У своїх наукових працях сучасні дослідники наголошували, що однією з провідних характеристик творчої особистості є креативність – здатність генерувати нові, нестандартні ідеї, приймати самостійні рішення в умовах невизначеності, а також ефективно діяти в нових, реальних ситуаціях [2; 3, с. 204]. Здібність до творчого, креативного мислення є запорукою не лише особистісного зростання учнів, а й їхньої готовності до викликів сучасного світу.

Розвиток творчих здібностей значно збагачує емоційний та практичний досвід учнів, стимулює психічний розвиток, формує інтелектуальний потенціал і сприяє становленню естетичного смаку та розумових умінь. Це також сприяє вихованню морально-етичних якостей, формуванню відповідальності, самостійності, наполегливості, а також допомагає виявити та розвинути природні задатки, що в майбутньому слугує основою для формування професійних навичок та життєвих компетентностей, саме цим і визначено наша актуальність дослідження.

Зауважимо, що процес розвитку комунікативної активності учнів у процесі навчання англійської мови буде успішним за умови впровадження в освітній процес активних методів та прийомів, нестандартних вправ, творчих та креативних завдань, які стимулюють мовленнєву ініціативу, сприяють розвитку критичного мислення, підвищують мотивацію до навчання та створюють сприятливе середовище для самовираження й реалізації індивідуального потенціалу кожного учня.

Наведемо декілька прикладів творчих видів завдань, які можна запропонувати старшокласникам на уроці англійської мови:

- ***Рольові ігри*** (Role-plays)

*Виконання:* учні розігрують діалоги в реальних ситуаціях (наприклад, у магазині, в аеропорту, на співбесіді тощо), змінюючи ролі та інтонацію, адаптуючи мовлення до контексту та осіб. Завдання спрямоване на розвиток практичних навичок усного мовлення, соціокультурної компетентності та вміння ефективно спілкуватися в реальних життєвих ситуаціях. У процесі рольової гри учні вчаться адаптувати мовлення до різних комунікативних ролей і контекстів, використовувати відповідну лексику, інтонацію та невербальні засоби спілкування. Такі завдання формують спонтанність мовлення, розвивають мовленнєву гнучкість, навички міжособистісної взаємодії, а також підвищують впевненість у власних мовних здібностях;

- ***Створення історій або казок*** (Storytelling)

*Виконання:* учні у групах або індивідуально вигадують і розповідають історії, використовуючи нову лексику та граматичні конструкції. Можливе ілюстрування, оформлення у вигляді коміксу або цифровізація з використанням фото та відео контентом. Завдання спрямоване на розвиток креативного мовлення, уяви, логічного та послідовного викладу думок, удосконалення навичок усної та писемної комунікації англійською мовою, а також формує навички міжпредметної інтеграції (мови, мистецтва, цифрових технологій);

- ***Проектна робота*** (Project-based tasks)

*Виконання:* учні готують презентації або постери на задану тему (наприклад, «Моє медіаполе», «Традиції різних країн» тощо), захищають проєкт англійською мовою перед класом. Завдання спрямоване на розвиток комплексних мовних навичок, критичного та аналітичного мислення, уміння працювати з інформацією, а також формування комунікативної, соціокультурної та презентаційної компетентностей. Такий вид діяльності також розвиває вміння працювати в команді, відповідальність, ініціативність та здатність застосовувати мовні знання в реальних або змодельованих життєвих ситуаціях;

- ***Креативне письмо*** (Creative writing)

*Виконання:* написання мотиваційних листів, есе, рекламних оголошень, сценаріїв або віршів із подальшим обговоренням у класі. Завдання спрямоване на розвиток писемного мовлення, творчого мислення, мовної самовиразності та здатності використовувати англійську мову як засіб комунікації в різних стилях і форматах. Окрім цього, при виконанні завдання учні удосконалюють навички структурування тексту, розширюють словниковий запас, граматичні конструкції та мовленнєві кліше;



- **Дебати (Debates)**

*Виконання:* учні об'єднуються в команди, досліджують тему, формують аргументи “за” і “проти”, ведуть дебати, дотримуючись мовленнєвого етикету. Завдання спрямоване на розвиток аргументованого мовлення, критичного мислення, аналітичних здібностей та навичок переконливої комунікації англійською мовою. Участь у дебатах сприяє формуванню в учнів умінь логічно структурувати свої думки, використовувати відповідну лексику та граматику для вираження позиції, реагувати на протилежні аргументи, а також дотримуватись мовленнєвого етикету в дискусіях. Крім того, це завдання розвиває вміння працювати в команді, шукати та аналізувати інформацію, формує впевненість у виступах перед аудиторією та навички публічного мовлення;

- **Пошукові завдання (Information gap tasks)**

*Виконання:* учні мають різні частини інформації й повинні спілкуватися, щоб зібрати повну картину – наприклад, план подорожі, карта міста, рецепт, розклад подій тощо. Завдання спрямоване на розвиток інтерактивного мовлення, вдосконалення навичок діалогічного спілкування, умінь ставити уточнюючі запитання, слухати співрозмовника та передавати інформацію;

- **Інтерв'ю або опитування (Interviews & Surveys)**

*Виконання:* учні готують питання, проводять інтерв'ю один з одним або з носіями мови онлайн, а потім презентують зібрану інформацію. Завдання спрямоване на розвиток комунікативної компетентності учнів, зокрема навичок усного мовлення, активного слухання, формулювання запитань та відповідей, а також умінь вести діалог у реальному або змодельованому соціальному контексті;

- **Мовна фантазія (Language & Imagination Tasks)**

*Виконання:* учням пропонується описати людей на дуже старому сімейному портреті або розшифрувати інформацію, заховану в плетінні тканини, винайти нову тварину або хобі, пропагувати вивчення неіснуючої мови тощо. Завдання спрямоване на розвиток креативного та асоціативного мислення, активізацію уяви, вдосконалення навичок усного та писемного мовлення, а також на формування в учнів умінь використовувати мовні засоби в нестандартних комунікативних ситуаціях;

- **Слухай і домислюй (Listen and Imagine)**

*Виконання:* учні слухають частину запису – новину, оголошення, музику або діалог, і мають відновити або продовжити історію, ґрунтуючись на

почутому, логіці та творчій уяві. Завдання спрямоване на розвиток навичок аудіювання з елементами критичного мислення та творчої інтерпретації.

Виконуючи запропоновані види завдань учні активізують лексичний запас та гнучкість мислення, посилюють граматичні навички та комунікативні вміння, розвивають самостійність, ініціативність та вміння працювати в парі або групі.

Отже, творчі завдання на уроках англійської мови мотивують учнів до самовираження, спонукають до створення власного мовного контенту, розвитку критичного мислення, креативності, творчості, навичок співпраці та здатності адаптуватися до різноманітних комунікативних ситуацій. Крім того, такі завдання сприяють формуванню позитивного емоційного ставлення до вивчення англійської мови, а також навичок аргументації, опису, порівняння й творчої інтерпретації.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Державний стандарт базової середньої освіти. Режим доступу. URL: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/nova-ukrayinska-shkola/derzhavnij-standart-bazovoyi-serednoyi-osviti>
2. Здібності, творчість, обдарованість: теорія, методика, результати досліджень / За ред. В.О. Моляко, О.Л. Музики. Житомир: Вид-во Рута. 2006. 320 с.
3. Лутай Н.В., Бесараб Т.П. Творчі завдання на заняттях з вивчення англійської мови. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*. Серія «Філологічна». 2016. В. 62. С. 203-206.

УДК 613.86:316.42

**ФІЗИЧНЕ І МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ГЛОБАЛЬНИХ ЗМІН:  
АДАПТАЦІЯ, ІННОВАЦІЇ, РОЗВИТОК**

***V.E. Pyurko,***

physical therapy teacher, teacher's assistant in a  
class with an  
inclusive form of education,  
Melitopol Gymnasium № 22  
of the Melitopol City Council of the Zaporizhia  
region;

***O.E. Balan,***

4th year higher education student,  
specialty 091 Biology. Physical Rehabilitation  
Bohdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical  
University;

***S.E. Frolov,***

4th year higher education student,  
specialty 091 Biology. Physical Rehabilitation  
Bohdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical  
University

**MEDICAL PHYSICAL CULTURE AS AN ELEMENT OF HEALTH-  
SAFE TECHNOLOGY FOR SCOLIOTIC DISEASE IN YOUNGER SCHOOL-  
AGE CHILDREN**

One of the most important problems of modern physical therapy is the prevention and treatment of diseases of the musculoskeletal system, in particular, preventing the acquisition of scoliosis, which is formed during the periods of the most intensive development of the child's body. The need for scoliosis correction is caused by deep reasons. The spine is the supporting core of the human body and the reservoir of the spinal cord. Scoliosis leads to severe disability, and to no less severe moral experiences associated with the awareness of one's own physical inferiority [1,3]. In this regard, it is especially important to carry out extensive health and preventive measures to combat the initial forms of scoliosis, which ensures the correct physical development of children and thus prevents and prevents the development of spinal

deformity. It has been noted that the bulk of scoliosis begins in primary school age, especially in primary school children who are at risk. In the future, active progression of the pathology is observed if not treated with physical therapy methods. Scoliosis is accompanied by various damage to the location and functioning of internal organs, especially the cardiovascular and respiratory systems, so it is customary to consider it not just as a curvature of the spine, but also as a scoliotic disease, which negatively affects the functioning of the whole organism [2,5].

Therapeutic physical culture is a health-preserving and therapeutic-prophylactic, proven, strong tool in the fight against spinal curvature. Considering that traditional therapeutic physical culture classes are associated with illness, are not emotionally attractive and do not form a pronounced need for independent classes, therefore, attention should be paid to the formation of groups of health and corrective gymnastics in general educational institutions [4,7].

By selecting special exercises, dosing them depending on the nature and type of scoliosis, it is possible to purposefully influence and change certain functions of the musculoskeletal system, adapt the body to physical exertion, and therefore gradually combat this disease. The younger school age is characterized by a relatively uniform development of the musculoskeletal system, but the intensity of growth of its individual links is different. Thus, the length of the body during this period increases faster than its mass, and therefore changes occur in the proportions of the body: the ratio of the chest circumference to the length of the body changes, the legs become relatively long. At the same time, the curves of the spine are gradually fixed: cervical and thoracic by the age of 7. The muscles of children of this age have thin fibers, which are characterized by a small amount of proteins and fats. At the same time, the large muscles of the limbs are better developed than the small ones. That is why acquired scoliosis of various degrees is most often found in children 6-9 years old, due to failure to comply with hygienic requirements for the formation of the musculoskeletal system. Acquired scoliosis can be cured and children's lives improved only with the help of physical therapy methods, which should be comprehensive [6-8]. The presented complex of unresolved problems proves that there is a pressing need to develop an effective physical therapy program for primary school children, which determines the relevance of the issue, in particular from the point of view of teaching and raising children in an integrated educational environment in the light of the implementation of the Program of Educational Health-Saving Technologies, which corresponds to the main provisions of the Concept of the New Ukrainian School.

A study of changes in the functional state of the musculoskeletal and cardiorespiratory systems in children under the influence of complex physical therapy methods showed that in the control group of patients with scoliosis, as a result of the exercise therapy course, the depth of inclination to the right increased by 7,8% ( $p>0.05$ ), the depth of inclination to the left increased by 2.8% ( $p>0.05$ ), the static endurance of the back muscles increased by 28,1% ( $p>0.05$ ), and the abdominal muscles increased by 18,0% ( $p>0.05$ ). Cardiorespiratory system indicators changed during the course of physical therapy: the expiratory breath-hold time (Genchi test) increased by 6,7% ( $p<0.05$ ), the inspiratory breath-hold time (Shtange test) increased by 5,2% ( $p<0.05$ ), and the vital lung capacity increased by 3,7%. In the main group of patients with scoliosis, as a result of a course of complex therapy using corrective gymnastics, therapeutic massage and hardening methods, the depth of inclinations to the right increased by 12,3% ( $p>0.05$ ), the depth of inclinations to the left - by 6,2% ( $p>0.05$ ), the static endurance of the back and abdominal muscles increased by 46,1% ( $p<0.05$ ) and 31,8% ( $p<0.05$ ), respectively. During the course of physical therapy, the following changes in the indicators of the cardio-respiratory system occurred: the time of breath holding on inhalation (Shtange test) increased by 16,2% ( $p<0.01$ ), the time of breath holding on exhalation (Genchi test) increased by 13,3% ( $p<0.01$ ), and the vital capacity of the lungs increased by 14,6%.

A comparative analysis of the rehabilitation effect in children of primary school age proved that in the main group of patients with scoliosis, the rehabilitation effect as a result of including corrective exercises, therapeutic massage and hardening in the course was higher in terms of the depth of inclination to the right and left – 1,6-2,2 times ( $p<0.001$ ), in terms of static endurance of the back and abdominal muscles – 1,6-1,9 times ( $p<0.001$ ). In terms of the cardio-respiratory system during the course of physical therapy, the differences between the control and main groups were: according to the Stange test, the rehabilitation effect in the main group was 3,1 times greater ( $p<0.001$ ), and according to the Genchi test – 2,0 times greater ( $p<0.001$ ) than in the control group. Vital capacity of the lungs increased in the main group by 3,1 times more than in the control group.

Therefore, the proposed comprehensive physical therapy program, which includes exercise therapy, corrective exercises, therapeutic massage, and hardening, can be recommended for primary school children for the treatment and prevention of various types of scoliotic disease in inclusive classes of secondary schools, Centers for Comprehensive Rehabilitation of Persons with Special Needs, and other specialized institutions.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абальмасова Е.А., Ходжаєв Р.Р. Сколіоз: (етіологія, патогенез, сімейні випадки, прогнозування і лікування). Тбілісі: Видавництво медичної літератури імені Абу Алі ібн Сіна, 2015. 200 с.
2. Губарєва Т.І. Фізична реабілітація при порушеннях постави, сколіозах і плоскостопості. В кн.: Фізична реабілітація /за заг. ред. С.Н.Попова. Рівне: Фенікс, 2009. С. 203-239.
3. Кашуба В.А. Сучасні методи вимірювання постави людини. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фіз. виховання і спорту*, 2012. № 11. С.51-56.
4. Ловейко І.Д., Фонарьов М.І. Лікувальна фізична культура при захворюваннях хребта у дітей. Харків: Медицина, 2018. С.54-59.
5. Слугін В.І. Сучасний підхід до проблеми реабілітації в процесі занять лікувальною фізичною культурою. *ЛФК і масаж*, 2013. №2 (5). С. 33-36.
6. Bosco L.H., Williams C., Wootton S.A. Human muscle metabolism during brief maximal exercise. *Journal of Physiology (London)*. 2013. P.21-22.
7. Brooks G.A. Anaerobic threshold: Review of the concept and directions for future research. *Medicine and Science in sports and Exercise*, 2015. P.17-31.
8. Khrystova T., Pyurko V., Pyurko O. Modern discourse of professional training of physical therapy and ergotherapy: axio-pedagogical content. *Інноваційна педагогіка*. 2023. Вип. 64. Т. 2. С. 118-121. ISSN 2663-6085 DOI <https://doi.org/10.32782/2663-6085/2023/57.1.23>

**О.П. Бобров, І.С. Олійник**

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького,

## ОПТИМІЗАЦІЯ ТАКТИЧНИХ ДІЙ У ФУТБОЛІ ЧЕРЕЗ МОТИВАЦІЮ ГРАВЦІВ

**Вступ.** Футбол – це командна гра, де від кожного гравця залежить загальний результат. Тактичні дії, що визначають стратегію гри, потребують точності, швидкості і правильних рішень у кожен момент. Для цього необхідно мати не лише фізичну підготовленість, а й психологічну стійкість, що, в свою

чергу, визначається мотивацією спортсменів.

Психологічні аспекти гри, зокрема, мотивація, здатні значно вплинути на результат матчу та розвиток команди. В умовах сучасного футболу, де конкуренція між клубами та національними збірними зростає, оптимізація тактичних дій за допомогою мотивації гравців стає необхідною для досягнення максимальних результатів.

Психологія спорту вивчає мотивацію як ключовий фактор, що впливає на спортивну діяльність. Теоретики та практики в цій галузі виокремлюють кілька видів мотивації: внутрішню та зовнішню. Внутрішня мотивація полягає в бажанні гравця досягти особистого розвитку, покращити свої навички та реалізувати потенціал. Зовнішня мотивація передбачає прагнення досягти матеріальних або соціальних цілей, таких як вигравш кубка чи підвищення статусу в команді.

У дослідженні мотивації в спортивних командах і футбольному спорті можна виділити кілька науковців, які зробили важливий внесок у цю галузь (Генрі Вайнберг (США); Джон Л. Д. Джеймс (Великобританія); Андрій Кузьменко (Україна).

**Метою** є визначити ключові методи мотивації, що використовуються тренерами для покращення тактичної ефективності команди, а також розкрити роль психологічних факторів у досягненні максимальних результатів у футболі.

**Методи дослідження.** Нами був проведений аналіз та узагальнення даних науково-методичних літературних джерел і мережі «Інтернет» з проблеми дослідження.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Мотивація є основним фактором, що стимулює футболістів до ефективних дій на полі, дозволяє долати психологічні бар'єри й адаптуватися до складних умов гри [6, с. 220].

Успіх футбольної команди в значній мірі залежить від того, як її члени сприймають та реалізують тренерські настанови та тактичні стратегії. Тренер, окрім технічної підготовки, повинен працювати над формуванням правильної мотивації у гравців, що забезпечує не лише виконання тактичних схем, але й їх адаптацію до зміни ситуацій під час гри. Власне, мотивація гравців є важливим інструментом в оптимізації тактичних дій у футболі [1, с. 17].

Застосування різних методів дослідження дозволить комплексно підійти до вивчення проблеми оптимізації тактичних дій через мотивацію футболістів. Такий підхід дозволить отримати як теоретичні, так і практичні результати, що можуть бути корисними для тренерів, психологів і спеціалістів з фізичної

підготовки у футболі [4, с. 31].

У контексті футбольних команд важливими є два аспекти мотивації: командна мотивація та індивідуальна мотивація.

Командна мотивація забезпечує єдність та спільне прагнення до перемоги, а індивідуальна мотивує кожного гравця на особисту відповідальність та досягнення високих результатів.

Мотивація безпосередньо впливає на реалізацію тактичних дій, зокрема на точність виконання завдань, які ставить тренер. У тактичних розробках кожен гравець має виконувати свою роль — атакувати, захищати, контролювати м'яч тощо. Однак лише високий рівень мотивації забезпечить виконання цих ролей на максимум.

Наприклад, при виконанні пресингу або контратаки необхідна висока концентрація та ефективність дій, що вимагає від гравців не лише технічних навичок, але й психологічної готовності до швидких і рішучих рухів. Для досягнення цієї готовності, тренер повинен працювати над мотивацією футболістів, підтримувати їхній інтерес до гри та підвищувати внутрішнє бажання досягати результату [3, с. 373].

Для цього використовуються різні психологічні методи. Наприклад:

- Позитивне підкріплення. Це метод, за допомогою якого тренер мотивує гравців через похвалу за виконання тактичних задач. Позитивна реакція на добре виконану задачу стимулює футболістів до подальших успіхів.

- Індивідуальний підхід. Розуміння потреб кожного гравця та їхніх мотивів дозволяє тренеру будувати індивідуальну мотиваційну стратегію для кожного футболіста. Наприклад, один гравець може бути мотивований досягненням особистих рекордів, інший – досягненням командних цілей.

- Командна згуртованість. Командна мотивація та єдність духу дозволяють футболістам працювати над спільними цілями, підтримувати один одного та забезпечувати ефективне виконання колективних тактичних схем [5, с. 128].

Футбол часто вимагає від гравців працювати у стресових умовах, коли результат матчу може вирішуватися в останні хвилини або після серії пенальті. У таких умовах важливо, щоб гравці не тільки правильно виконували тактичні завдання, але й зберігали психологічну стійкість, зберігали мотивацію до перемоги і не піддавалися на емоційні спокуси.

Важливими в цьому контексті є такі аспекти, як:

- Підтримка морального духу команди під час стресових ситуацій.
- Психологічна підготовка до важливих матчів, де гравці мають мати чітке



розуміння своїх ролей і відповідальності.

- Вміння тренера правильно мотивувати гравців під час перерви чи після невдалої гри, щоб запобігти втраченій впевненості та підвищити ефективність наступної частини гри [2, с. 81].

Для ефективної мотивації гравців тренер повинен не лише володіти знаннями з психології, але й бути вмілим комунікатором. Мотиваційні методи мають бути комплексними та постійними, не зводячи увагу лише до окремих матчів, але й до довгострокової роботи з командою.

Також важливим є вміння тренера поєднувати індивідуальний підхід до кожного гравця з побудовою команди як єдиного організму. Це допомагає зберігати баланс між індивідуальними амбіціями гравців та загальною метою — перемогою команди.

**Висновки.** Таким чином, мотивація є ключовим фактором у оптимізації тактичних дій у футболі. Вона не лише забезпечує психологічну стійкість гравців, але й стимулює їх до досягнення високих результатів на полі. Тренер, працюючи над мотивацією гравців, створює передумови для успішної реалізації тактичних стратегій, забезпечуючи максимальну ефективність команди. Психологічна підготовка та мотивація гравців є невід’ємною частиною загальної стратегії тренування та досягнення спортивних результатів у футболі.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Байрачний О.В. Пріоритетність спортивного результату як головний деструктивний фактор в системі підготовки юних футболістів 6-13 років. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. 2021. № 8 (139). С. 16-19.
2. Воронова В., Шинкарук О., Борисова О., Хмельницька І., Костюкевич В. Особливості прояву особистісних якостей спортсменів різної статі у футболі. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2019. № 3. С. 78-89.
3. Овчаренко С. В., Мітова О. О. Проблеми контролю у футболі в зв'язку з сучасними тенденціями його розвитку. Фізична культура спорт та здоров'я нації: зб. наукових праць: Вінницький держ. пед. ун-тет ім. М. Коцюбинського, Житомирський держ. ун-тет ім. І. Франка / під ред. В. М. Костюкевича. Вінниця: ТОВ «Планер», 2017. Випуск № 3 (22). С. 371-377.
4. Vallerand, R. J., & Houlfort, N. Self-Determination Theory and Motivation in Sport. Cambridge: Cambridge University Press, 2019. P. 24-35.
5. Lemyre, P. N., & Roberts, G. C. Motivating Athletes: A Practical Guide for

Coaches and Educators. New York: Routledge, 2022. P. 122-131.

6. Fisher, R., & MacDonald, T. Sports Psychology for Coaches: Applying Psychological Principles to Performance and Motivation. London: Routledge, 2023. P. 213-224.

**О.В. Бульбін, А.А. Проценко**

Мелітопольський державний

педагогічний університет

імені Богдана Хмельницького

## **МЕТОДИ ТРЕНУВАННЯ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ 12-13 РОКІВ**

Покращення фізичної підготовки юних футболістів віком 12-13 років досягається шляхом виконання як змагальних, так і тренувальних вправ. Кожна з цих вправ має свій специфічний тренувальний вплив, і ефективно управління цими впливами дає змогу цілеспрямовано розвивати необхідні фізичні якості.

Змагальні вправи, тобто футбольні матчі, проводяться за стандартними правилами, що дозволяє досить точно прогнозувати їхній безпосередній тренувальний ефект. За умови великої кількості ігор можна також попередньо оцінити загальний вплив змагального навантаження на розвиток фізичних якостей гравців.

Інакша ситуація з тренувальними вправами. Величина та спрямованість їхнього безпосереднього тренувального впливу, а отже, і ступінь впливу на фізичні якості футболістів, залежить від багатьох факторів, включаючи методику виконання цих вправ [2,3].

У сфері фізичної підготовки існують два основні методи виконання вправ: безперервний та інтервальний [4].

*Безперервний метод тренування передбачає, що тренер визначає тривалість та інтенсивність вправи, яку футболіст виконує без зупинки. Наприклад, це може бути кросовий біг тривалістю 40-60 хвилин або гра у форматі 8 на 8 на 3/4 поля протягом 30-40 хвилин, які гравці виконують безперервно. Заздалегідь визначені тривалість та інтенсивність навантаження вправи безпосередньо впливають на величину та спрямованість її тренувального ефекту [6].*

Розглянемо приклад кросового бігу тривалістю 45 хвилин, який виконується з відносно стабільною швидкістю, що відповідає аеробному порогу (для футболістів це приблизно 3 м/с). У добре тренованих гравців частота серцевих скорочень (ЧСС) під час такого бігу зазвичай не перевищує 150 ударів на хвилину. Вже на другій хвилині бігу ЧСС досягає цього значення і залишається на цьому рівні протягом наступних 43 хвилин. Ця тривала робота має чисто аеробний характер, забезпечується аеробними енергетичними системами, і протягом усього часу виконання вправи відбувається вдосконалення їхньої функціональної діяльності [2,6].

Слід зазначити, що абсолютно рівномірне виконання вправи є ідеальним сценарієм, і в реальності під час такого бігу можливі незначні коливання швидкості (в межах  $\pm 2\%$ ). Однак, головна мета рівномірних безперервних вправ полягає в тому, щоб вивести функціональні системи організму футболістів на заданий рівень і підтримувати їх на цьому рівні протягом визначеного часу. Залежно від обраної інтенсивності безперервної вправи, вона може мати відновлювальний або розвиваючий ефект [7].

У футбольній підготовці частіше використовуються безперервні вправи зі змінною інтенсивністю. Насамперед, сама футбольна гра є яскравим прикладом такої вправи, що чітко простежується за динамікою частоти серцевих скорочень (ЧСС). Під час безперервного виконання ігрової вправи активні епізоди чергуються з відносно пасивними. У фазах високої інтенсивності ЧСС зростає до 180-200 ударів на хвилину, активізуються анаеробні механізми енергозабезпечення. Багаторазове повторення таких циклів у межах безперервної вправи позитивно впливає на покращення швидкості включення енергетичних систем під час активних фаз та швидкості відновлення у пасивних [2,5].

Саме такі вправи, що імітують чергування ігрових епізодів різної інтенсивності, найкраще відповідають структурі футбольного матчу та є ефективними для комплексного розвитку рухових якостей гравців.

Вибір методу виконання вправи визначається першочерговою метою безпосереднього тренувального ефекту. Якщо головним є вирішення ігрового завдання тактично грамотно, технічно точно та з необхідною інтенсивністю, то перевагу слід надати методу роботи «з перервами». У цьому випадку паузи для відпочинку сприяють відносно швидкому відновленню, що дозволяє кожне наступне повторення виконувати на належному тактико-технічному та функціональному рівні.

Якщо ж основна мета тренування полягає у досягненні певних функціональних змін в організмі гравців (їхньої величини, спрямованості та підтримання на потрібному рівні протягом усієї вправи), то більш ефективним буде застосування безперервних вправ.

Слід також звернути увагу на ще одну важливу характеристику безперервних вправ зі змінною інтенсивністю: під час пасивних фаз активність функціональних систем організму знижується, але це зниження відбувається до певного рівня. Як тільки розпочинається активна фаза, швидкість включення та розгортання цих систем стає значно вищою, ніж у вправах, які виконуються з перервами для відпочинку.

*Інтервальний метод виконання тренувальних вправ* також передбачає чергування активних та пасивних фаз. Однак, на відміну від безперервного методу, де в пасивній фазі виконується робота зі зниженою інтенсивністю, пасивна фаза інтервального методу зазвичай є періодом повного спокою. У випадку інтервального методу, величина навантаження визначається такими параметрами вправи:

- Тривалість активних фаз роботи.
- Інтенсивність (потужність, швидкість) виконання вправ під час активних фаз.
- Кількість повторень в кожній серії та загальна кількість серій.
- Тривалість пауз відпочинку між окремими повтореннями та між серіями повторень.
- Характер відпочинку під час пауз (наприклад, повний спокій або виконання легких вправ, таких як стретчинг) [6,7].

У футбольних вправах величина навантаження також залежить від складності ігрових завдань, кількості гравців, які беруть участь у вправі, та розміру ігрового майданчика [3].

Для того, щоб регулювати величину та спрямованість термінового тренувального ефекту футбольних вправ, необхідно змінювати значення складових навантаження, комбінуючи зміни декількох параметрів одночасно або змінюючи якийсь один з них.

Існує кілька підходів до визначення значень компонентів навантаження в ігрових вправах. Оскільки більшість ігрових вправ характеризуються досить високою інтенсивністю, накопичення втоми під час їх виконання є звичайним явищем. Ця втома може призводити до помилок гравців у тактико-технічних діях. Для запобігання цьому необхідні паузи для відпочинку.

Перший підхід до планування інтервальних вправ передбачає виконання серій вправ з фіксованими за тривалістю інтервалами відпочинку. Наприклад, це може бути 6 повторень по 6 хвилин активної роботи з 2-хвилинними паузами відпочинку між ними, або ж 6 повторень по 6 хвилин з 4-хвилинними паузами [2].

Другий підхід полягає у використанні пауз відпочинку, тривалість яких поступово збільшується від серії до серії. Наприклад, після першої 6-хвилинної серії йде 2 хвилини відпочинку, після другої – 3 хвилини, і так далі [2].

Якщо ж тренер має на меті ускладнити умови тренування для футболістів, він може застосувати третій варіант планування інтервальних вправ – роботу з паузами відпочинку, які поступово скорочуються. Наприклад, перша пауза може тривати 4 хвилини, друга – 3 хвилини, і так далі. У цьому випадку кожна наступна активна фаза вправи розпочинатиметься на тлі меншого ступеня відновлення організму [1,5].

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Віхров К. Л. Футбол у школі : навч. метод. посіб. К. : Комбі ЛТД, 2004. 256 с.
2. Костюкевич В. М., Перепелиця О. А., Гудима С. А.. Теорія і методика викладання футболу: навчальний посібник. Вінниця : Планер, 2009. 312 с.
3. Николаєнко В. І., Драган В.А. Аналіз рухової діяльності юних футболістів. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*, 2007. № 3. С. 15-16.
4. Овчаренко С.В., Матяш В.В., Яковенко А.В. Засоби та методи розвитку фізичних якостей футболістів у річному циклі підготовки: методичні рекомендації. Дніпро: ПДАФКіС, 2019. 37 с.
5. Сивохоп Е.М., Маріонда І.І., Шкірта М.І. Теорія і методика викладання футболу. Ужгород, 2013. 52 с.
6. Столітенко Є. В. Фізичне виховання учнів 1-11 класів у процесі занять футболом. Київ : Баланс-Клуб, 2016. 304 с.
7. Шамардин В. Н., Савченко В.Г. Футбол: Навчальний посібник. Дніпропетровськ: Пороги, 1997. 224 с.

*Д.В. Волков, М.О. Олійник*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ТЕХНІКА ВОЛОДІННЯ М'ЯЧЕМ У ДІТЕЙ 6-8 РОКІВ, ЯКІ ВІДВІДУЮТЬ ФУТБОЛЬНІ СЕКЦІЙНІ ЗАНЯТТЯ**

Футбол є одним із найбільш доступних, популярних та масових способів фізичного розвитку і зміцнення здоров'я серед широких верств населення, особливо серед широких верств населення. В Україні цим видом спорту займається приблизно 2 мільйони осіб. Ця гра відіграє важливу роль у системі фізичного виховання [1, с. 5].

Секційні заняття є одним із ключових компонентів занять з фізичної культури для школярів, оскільки вони сприяють не лише зміцненню здоров'я, але й формуванню командного духу та розвитку фізичних навичок. Ці заняття проводяться у межах навчального часу, що забезпечує їх регулярність та послідовність. Серед багатьох видів активностей, особливо популярною серед дітей молодшого шкільного віку є гра у футбол. Вона не лише захоплює учнів своєю динамікою і простими правилами, але і стає чудовим засобом для розкриття їхнього потенціалу через взаємодію та співробітництво [1, с. 6].

Молодший шкільний вік є особливим і надзвичайно важливим етапом у житті дитини, адже саме в цей період відбуваються чергові суттєві якісні зміни в роботі та структурі всіх систем її організму. Фізіологічні можливості удосконалюються, моторика та загальний розвиток поступово досягають нового рівня.

Саме тому цей віковий період є оптимальним і найбільш сприятливим для активного формування різноманітних фізичних якостей у дітей, таких як сила, витривалість, спритність чи гнучкість. Крім того, у цей час розвиваються координаційні здібності, які є вагомою основою для успішного виконання повсякденних рухових завдань. Закладені навички та якості не лише допомагають дитині в її щоденній активності, але й створюють передумови для повноцінного фізичного розвитку в майбутньому [2, с. 108].

Техніка футболу є складною системою спеціалізованих прийомів і дій, які футболісти використовують у грі для вирішення конкретних завдань та досягнення поставлених цілей. Вона являє собою набір різноманітних засобів,

що дозволяють вести гру на високому рівні, зберігаючи водночас динаміку та стратегічність. Основою будь-якої футбольної підготовки є технічні прийоми, які відіграють роль ключових інструментів гри. Тому для систематичного освоєння техніки гри її можна поділити на два основні типи: техніка пересування або гра без м'яча, і техніка володіння м'ячем. Їхнє опанування на професійному рівні є обов'язковою умовою для багатостороннього розвитку футболіста, адже вони сприяють як фізичному вдосконаленню, так і формуванню тактичного мислення [3, с. 18].

Майстерність у володінні технічними елементами безпосередньо впливає на досягнення успіху на полі. Чим більше футболіст опанував різноманіття прийомів і чим точніше він вміє застосовувати їх у рамках правил гри, тим вище його здатність приносити результат команді. Особливо важливо це в умовах протидії суперників, коли рівень конкуренції змушує діяти швидко, точно і творчо, навіть у ситуаціях посиленої фізичної й розумової втоми. Уміння адаптувати технічний арсенал до змінюваних умов гри дозволяє футболістам не лише вирішувати складні тактичні завдання, але й досягати високих спортивних результатів, що є кінцевою метою будь-якого спортсмена у футболі.

Футбольний тренер, який працює з дітьми молодшого шкільного віку на заняттях у секціях, має добре розуміти їхні анатомо-фізіологічні та психологічні особливості. Недостатнє знання особливостей дитячого організму може спричинити помилки у застосуванні методик навчання футбольної техніки. Це, у свою чергу, може призвести до надмірного навантаження як на розумові, так і на фізичні здібності дітей, що негативно вплине на їхнє здоров'я.

Футбольна діяльність, завдяки своїй колективній природі, сприяє формуванню та зміцненню таких важливих якостей, як відчуття дружби, товариськості та взаємопідтримки серед учасників команди. Цей вид спорту активно розвиває надзвичайно значущі моральні характеристики, серед яких вирізняються почуття відповідальності за себе та команду, повага до своїх товаришів по грі, а також до суперників, дисциплінованість у поведінці, активна життєва позиція та вміння згуртовано працювати на спільний результат.

Крім цього, кожен окремий футболіст отримує унікальну можливість розкрити свою неповторну індивідуальність, проявити такі особисті якості, як самостійність у прийнятті рішень, ініціативність у запропонуванні ідей чи дій та креативність у знаходженні нестандартних рішень у різноманітних ситуаціях на полі.

Процес навчання футболу для дітей молодшого шкільного віку на секційних заняттях представляє собою складну, цілісну та безперервну педагогічну діяльність, метою якої є не лише зміцнення фізичного здоров'я юних футболістів, але й суттєве покращення їхньої загальної фізичної підготовленості разом з оволодінням базовими техніко-тактичними навичками гри у футбол. Цей період розвитку дітей є надзвичайно сприятливим для ефективного проведення початкових тренувань, адже саме у цьому віці організм молодих спортсменів активно адаптується до фізичних та інтелектуальних навантажень, закладаючи фундамент для подальшого прогресу в спортивній діяльності [4, с. 829].

Діти у віці 6-8 років, які вирішили спробувати себе у футболі та з ентузіазмом прийшли на перші тренування, потребують такого підходу до навчально-тренувального процесу, який не лише захопить їх і підтримає інтерес до гри, а й допоможе назавжди пов'язати своє життя зі спортом.

Перед тренерами стоїть важлива задача: виховати у цих маленьких спортсменів любов до футболу, розвинути їх здібності й поступово спрямувати на шлях становлення як перспективних і талановитих гравців.

Надзвичайно важливо організувати тренування так, щоб кожне заняття викликало у дітей радість і бажання продовжувати займатися. Водночас, усі вправи та ігри мають відповідати існуючим законам спорту та правилам футболу. Найефективнішим засобом навчання для цього віку є використання ігрового методу, оскільки саме через цікаві й динамічні завдання діти легше опановують основи гри. Завдяки цьому підходу вони не лише навчатимуться технічним навичкам футболу, а й будуть розвивати командний дух, допитливість та наполегливість у досягненні мети [5, с. 167].

Для організації тренувальних занять було сформовано експериментальну та контрольну групу дітей молодшого шкільного віку, які виявили бажання займатися футболом у шкільній секції. Під час тренувань для ефективнішого розуміння використовувалися пояснення та роз'яснення техніки й тактики гри. Для кращого сприйняття технічних процесів додатково застосовувалися наочні матеріали у формі малюнків і схем.

З метою підвищення ефективності експерименту кожне тренувальне заняття було строго структуроване та обмежене у часі. Зокрема, кожне заняття тривало не довше за одну академічну годину. Такі тренування проводилися три рази на тиждень, із них один день присвячувався ігровій активності, а саме футбольному матчу, що забезпечувало інтеграцію навичок у реальних умовах і доповнювало загальну програму фізичної підготовки.



Для визначення рівня підготовленості нами було проведено попереднє тестування в експериментальній та контрольній групах за показниками фізичної та технічної підготовленості.

При виконанні вправ юними футболістами необхідно ретельно слідкувати за правильністю їх виконання, своєчасно виправляти помилки та досягати точності в опануванні техніки. Інакше в подальшому буде важко скорегувати технічні недоліки, якщо вони закріпляться на рівні «автоматичних» дій. У навчально-тренувальному процесі важливо дотримуватись педагогічних принципів. Під час роботи з початківцями варто починати з простих і доступних для освоєння вправ. З набуттям досвіду у виконанні базових рухових дій можна поступово додавати складніші елементи, проте слід зважати на те, щоб вони відповідали рівню підготовки спортсменів.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Єрмоленко О.В. Теорія та методика викладання футболу : методичні рекомендації для викладачів, студентів, магістрантів, тренерів, учителів фізичної культури. Краматорськ : ДДМА, 2021. 75 с.
2. Ляхова І.М., Олійник М.О. Теорія і методика фізичного виховання. Навчальний посібник. Запоріжжя: ЗДМУ. 2020. 116 с.
3. Ніколаєнко В.В. Система багаторічної підготовки футболістів до досягнення вищої спортивної майстерності: автореф. дис. ... д-ра наук з фіз. виховання та спорту: 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт» НУФВСУ. К.: НУФВСУ, 2015. 42 с.
4. Олійник М.О., Олійник І.С. Оцінка рівня розвитку фізичної підготовки в футбольній команді дівчат підліткового віку. «Наука і техніка сьогодні» (Серія «Педагогіка», Серія «Право», Серія «Економіка», Серія «Фізико-математичні науки», Серія «Техніка»): журнал. 2025. № 2(43) 2025. С. 821-833.
5. Grihan G., Zablotska O., Yeroshenko G., Nikolaeva I., Sahach O., Oliinyk M., Oliinyk I. The nature of motivation for a healthy lifestyle in children of different ages. *Acta Balneologica*, 3(175), 2023. P. 165-170.

*Г. Ф. Врубель*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ФЕНОМЕН МУЗИКОТЕРАПІЇ ЯК СКЛАДОВОЇ СУЧАСНИХ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИХ ОСВІТНІХ ТЕХНОЛОГІЙ**

Сьогодні підготовка висококваліфікованого фахівця, який має здатність до наукової діяльності й безперервної освіти є основним завданням сучасного закладу вищої освіти. Не можна виховати фахівця без морального й фізичного здоров'я, без емоційної стабільності та досконалості. Актуальність зазначеної проблеми зумовлена потребою суспільства у здорових, морально зрілих особистостях, у необхідності прищеплювання смаку до будь-якої музики, співу, що спонукає застосування музикотерапії на всіх факультетах закладів вищої освіти.

Кожна з сучасних освітніх технологій у широкому розумінні є спеціально організованим процесом, що забезпечує взаємодію окремих осіб у рамках конкретного соціально-культурного досвіду, зокрема досвіду музичної діяльності та музичної освіти.

Аналіз останніх наукових джерел свідчить про те, що питання функціональної значущості музики висвітлено в науковій літературі досить широко, музикотерапія завжди була в центрі уваги. Сучасні дослідження вчених довели вплив музики на поліпшення емоційного стану та підтримки стійкого трудового ритму людини (соціологія-Т.Адорно, Й.Кресанек, Б.Долинський, Г.Воскобойнікова, Г.Мешко, Ю.Бойчук та інші). Проблеми музичної психології одержали широку розробку у працях Л.Виготського, В.Медушевського, О.Ревякіна, В.Міляєва, Ю.Бреус. Найбільш розроблена сфера музичної психології - це психологія музичного сприйняття у працях Б.Яворського, Л.Мазеля. Однак перелік функцій не є незмінним, він постійно доповнюється новим контекстом, що обумовлено змінами, які відбуваються у суспільстві і безпосередньо залежить від системи суспільних потреб у сфері музичного мистецтва.

Функціональні особливості музичного мистецтва сприяють реалізації здоров'язберігаючих освітніх технологій у музичній освіті, тому розглянемо їх більш детально. Сприймаючи музичний твір ми не тільки засвоюємо його зміст,

але й осягаємо його емоційно і надаємо конкретним музичним образам естетичну оцінку, формуючи при цьому музичний смак - це є естетична функція.

Соціальна функція музичного мистецтва проявляється в тому, що ми маємо можливість перетворити соціальну реальність, виховати гармонійно розвинену особистість та видозмінити суспільство.

Із соціальної функції випливає безпосередньо комунікативна функція музичного мистецтва, суть якої характеризуємо, як створення музичної реальності, зумовленої конкретними чинниками.

Пізнавальна мета музики використовується доволі широко, тому пізнавальна функція спрямована на освоєння дійсності та аналіз її за допомогою музичних художніх образів.

Формування гармонійно розвиненої особистості, її становлення і вдосконалення за допомогою музичного мистецтва, тісно пов'язані з гедоністичною функцією, що відображає здатність музики приносити задоволення. При освоєнні змісту музичного твору ми пізнаємо нове, тому естетична, пізнавальна та виховна функції реалізуються в органічній єдності.

Музичне мистецтво несе у собі низку приватних особистісних функцій, а саме: функцію естетичної насолоди, функцію інтелектуально - філософської гри та фоново - лікувальну функцію. Відповідно до останньої музика сприймається як фон, що змінюється в залежності від стану, настрою

Простежується взаємозв'язок і єдність у розумінні функцій музичного мистецтва і функціональних особливостей різних оздоровчих технологій, що мають його у своїй основі. Оздоровчі технології подібно до музичного мистецтва припускають соціалізацію особистості (діяльність, спілкування, самосвідомість); освіту та розвиток, інформаційне збагачення та просвітництво (духовний розвиток, саморозвиток та соціальне самоствердження, формування ціннісних установок); реабілітацію (відновлення сил та духовної рівноваги, зняття емоційних затискачів).

Музична терапія, як відбиток функціональної значущості музичного мистецтва, будується винятково з урахуванням музичного мистецтва. Ми трактуємо музичну терапію (музикотерапія) як сукупність різноманітних методів і технологій, які ґрунтуються на музичному мистецтві та використовують усі види музичної діяльності, музичні твори, окремі звукосполучення та звуки з конкретною оздоровчою та педагогічною метою. Навчання, виховання та розвиток (соціальна адаптація, розвиток психічних, інтелектуальних та спеціальних здібностей, активізації потенційних можливостей та ін.)-

педагогічні цілі музикотерапії; оздоровчі цілі (загальне оздоровлення, підвищення працездатності, зняття нервової перенапруги та втоми, стресу та ін.).

Дамо характеристику та визначимо основні форми та методи (технології) педагогічної музикотерапії. Основна мета педагогічної музикотерапії - гармонізація розвитку особистості спрямованою музичною діяльністю, самовираження і самопізнання суб'єктів цієї діяльності. Вона спрямована на нормалізацію емоційно-вольової сфери та поведінкових реакцій, на профілактику та корекцію негативних емоційних станів, збереження та відновлення здоров'я, сприяє творчому самовираженню особистості, активності та впевненості у своїх силах та передбачає:

- участь практично всіх бажаючих у музично-терапевтичній роботі, незалежно від того, чи є у них здібності до музичної діяльності;
- створює атмосферу довіри, терпимості та уваги до внутрішнього світу особистості;
- мобілізує творчий потенціал та внутрішні механізми саморегуляції та оздоровлення.

Основні принципи педагогічної музикотерапії зумовлені сучасними теоріями діяльності та навчання, а також основними принципами музичного виховання: індивідуальний підхід, психологічна комфортність, цілісність, образність, асоціативність, інтонаційні суть, художність.

У практичній діяльності взаємодіють три основні форми музикотерапії: рецептивна (пасивна) ,активна (залежно від видів музичної діяльності), інтегративна (використання можливостей суміжних видів мистецтва).Відповідно реалізуються і музично-терапевтичні методи, які безпосередньо пов'язані з методами музично-педагогічного впливу на особистість і, великою мірою, повторюють їх.

Методи педагогічної музикотерапії можна класифікувати за такими критеріями:

1.Спрямованість на формування музично-естетичної свідомості - розвиток емпатії, емоційно - ціннісного ставлення до музики, розвиток толерантності.

2.Спрямованість формування досвіду музичної творчості - розвиток художньо - пізнавальних здібностей, умінь чути музику, встановлення асоціативних зв'язків та ін.

3. Стимуляція практичної музичної діяльності, музичного самовиховання та самовираження - активні інтегративні методи, що ґрунтуються на взаємозв'язку різних видів музичної діяльності.

Ефективність використання методів музичної терапії визначається рівнем професійної майстерності педагогів, а конкретизація методики педагогічної музичної терапії безпосередньо залежить від індивідуальних особливостей як суб'єкта, так і об'єкта освітньої діяльності.

Отже, сьогодні в сучасному світі музична діяльність та музичне мистецтво є складовою частиною здоров'язберігаючих освітніх технологій. Їхній зміст, принципи, методи, форми та засоби органічно вписуються в концепції здоров'язбереження, сприяють створенню здоров'язберігаючого середовища в музичній діяльності, забезпечують гармонійний розвиток особистості та збереження здоров'я дітей.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Воскобойнікова, Г. Л. (2014). Концепція комплексної оцінки адаптаційних можливостей у формуванні і збереженні індивідуального здоров'я людини. Наука і освіта: Науково-практичний журнал Південного наукового центру НАПН України. 8 (СХХV).
2. Долинський, Б. Т. (2010). Теоретико-методичні засади підготовки майбутніх учителів до формування здоров'язберезувальних навичок і вмінь у молодших школярів у навчально-виховній діяльності: монографія. Одеса: Видавець М. П. Черкасов, 2010
3. Мешко, Г. М. (2009). Професійне здоров'я педагога як необхідна умова його творчого кар'єрного зростання. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 16. Творча особистість учителя: проблеми теорії і практики: зб. наук. праць. Київ: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 9 (19).
4. Ревякіна, О. (2013). Основні теоретико-методологічні підходи до проблеми особистісного здоров'я у вітчизняній та зарубіжній психологічній науці. Психологія особистості. 1 (4).

*Ю.О. Герасимчук, І.С. Олійник*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ОСОБЛИВОСТІ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ПАУЕРЛІФТЕРІВ**

**Вступ.** Завдяки зростаючій популярності пауерліфтингу серед молоді й дорослих, дедалі більше людей долучаються до цього силового виду спорту. Секрет популярності пауерліфтингу криється в його простоті, доступності, швидкому прогресуванні результатів та позитивному впливі на здоров'я спортсмена.

Регулярні заняття пауерліфтингом сприяють розвитку м'язової сили, зміцненню зв'язок і суглобів, а також допомагають покращити витривалість, гнучкість та інші важливі фізичні якості. До того ж цей спорт формує силу волі, впевненість у власних можливостях і підвищує загальну працездатність організму.

Сучасні виклики у світі спорту вимагають пошуку нових ефективних засобів і методів тренування на різних етапах багаторічної підготовки, що підтверджується численними науковими здобутками фахівців [2, 3, 5]. Науковці та практики у сфері спорту розробили систему силових тренувань для пауерліфтингу [7], створили тренувальні програми для підготовки спортсменів до перших змагань [1], а також дослідили вплив тренувальних вправ на ефективність змагальних результатів у пауерліфтингу [4]. Ця робота постійно триває, зосереджуючись на вдосконаленні методик спортивної підготовки пауерліфтерів. В той час, як питання визначення особливостей технічної підготовки пауерліфтерів залишається актуальним і потребує уточнення із застосуванням сучасних методів і засобів спортивного тренування.

**Метою** нашої роботи є дослідження особливостей побудови технічної підготовки в пауерліфтингу.

**Методи дослідження.** Нами був проведений аналіз та узагальнення даних науково-методичних літературних джерел і мережі «Інтернет» з проблеми дослідження.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Пауерліфтинг – вид спорту, що передбачає підйом важких предметів атлетом. Термін “powerlifting”, якщо перекладати дослівно з англійської, означає “підйом за допомогою сили”.

Історично пауерліфтинг виник із атлетичної гімнастики як триборство, що включає присідання, жим лежачи та тягу [1, с. 32].

У цьому виді спорту виділяють три основні вправи зі штангою: присідання зі штангою на спині, жим штанги лежачи та станова тяга, під час якої штанга піднімається з підлоги до моменту, коли атлет приймає вертикальне положення. На змаганнях кожному учаснику надається три спроби для виконання цих вправ, причому кожна спроба – це один підйом ваги. Перемогу в ваговій категорії здобуває спортсмен, який показує найбільшу сумарну вагу у всіх трьох вправах. Результати оцінюються відповідно до правил пауерліфтингу, які містять певні технічні нюанси. Незважаючи на те, що їх не так багато, дотримання цих правил є обов'язковим [6, с. 17].

Техніка виконання фізичних вправ постійно вдосконалюється та оновлюється, що зумовлено кількома чинниками: підвищенням вимог до рівня фізичної підготовленості, пошуком ефективніших способів виконання рухів, зростанням ролі науки у галузях фізичного виховання та спорту, а також удосконаленням методики навчання. Крім того, розвиток спортивного обладнання, такого як захисне спорядження, тренажери чи спеціалізовані снаряди, суттєво впливає на ці процеси [5, с. 225].

Техніка спортивних вправ є найраціональнішим та найефективнішим методом виконання, який допомагає досягти високих спортивних результатів.

Протягом навчання рівень володіння технікою переходить від початкового (спрощеного) до високої спортивної майстерності. Техніка вправ у пауерліфтингу є різноманітною та індивідуальною. Виконання вправ із штангою проходить в специфічних умовах і характеризується унікальними діями пауерліфтера. Вправи з максимальними вагами вимагають від атлета прояву різних динамічних і статичних напружень [2, с. 124].

На початковому етапі тренування спортсмен засвоює основні технічні навички, доводячи їх до автоматизму. Ступінь автоматизації рухових навичок залежить від якості їх виконання, що впливає на спортивну техніку і результати. У пауерліфтингу, де важлива максимальна сила, правильно вибрана поза може забезпечити оптимальний результат. Незначні зміни в техніці можуть мати суттєвий вплив на підйом ваги. Тому при виконанні жиму лежачи, станової тяги та присідання значну увагу приділяють вихідному положенню тіла, попереднім діям та правильності техніки. Контролюються швидкість опускання і підйому штанги, траєкторія руху та точність виконання.

Надійність виконання змагальних вправ досягається інтенсивною роботою

над удосконаленням технічної майстерності спортсмена під час фізичної підготовки, що є важливим елементом успіху в змаганнях.

Просторові характеристики відіграють важливу роль у техніці виконання рухів. У пауерліфтингу до цих характеристик належать: положення тіла, траєкторія або шлях руху, а також врахування можливих перешкод, таких як інші учасники, глядачі чи судді [6, с. 16].

**Висновки.** Отже, правильна техніка виконання вправ є ключовим елементом для досягнення високих результатів у цьому спорті. Вона дає змогу уникнути травм і зберігати стабільну спортивну форму на високому рівні. Ефективне виконання вправи сприяє раціональному використанню фізичних можливостей. Під час тренувань з пауерліфтингу спортсмен оволодіває технікою та закріплює її в умовах змагань. Фізична, технічна та тактична підготовка постійно пов'язані між собою.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Ковальов Д.О., Бичков О.М., Полулященко Ю.М., Саєнко В.Г., Бичкова О.Ю. Тренувальна програма підготовки студентів-пауерліфтерів до перших змагань. В: Сучасні біомеханічні та інформаційні технології у фізичному вихованні і спорті: матер. V Всеукраїн. електрон. конф. К. : НУФВСУ, 2017. С. 27-99.
2. Олешко В. Г. Силові види спорту. Київ: Олімпійська література, 2004. 287 с.
3. Саєнко В. Г. Організація тренувальних занять в пауерліфтингу юними спортсменами. Актуальні проблеми екології і здоров'я людини. II Междунар. науч.-практ. конф. 2014. С. 169-174.
4. Саєнко В.Г., Дубовой О.В. Вплив основних тренувальних вправ на ефективність демонстрації змагальних результатів кваліфікованих пауерліфтерів-важковаговиків. Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. праць. Вип. 19, Т. 2. Вінниця: ТОВ «Планер», 2015. С. 354-358.
5. Стеценко А. І. Пауерліфтинг. Теорія і методика викладання : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Черкаси: Вид. від. ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2008. 460 с.
6. Толчєва Г.В., Саєнко В.Г., Мусієнко К.І. Фактори спортивної результативності українських пауерліфтерів. II Всеукраїнська електронна науково-практична конференція з міжнародною участю. 2019. С. 16-17.
7. Simmons Louis. More Big Benches. Powerlifting USA. January. 2000. P. 324.



**Ю.О. Герасимчук**

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ФІЗИЧНЕ ЗДОРОВ'Я СПОРТСМЕНІВ У СТРЕСОВИХ УМОВАХ: ПІДГОТОВКА ДО ЗМАГАНЬ ПІД ЧАС ВІЙНИ**

В умовах воєнного стану та нестабільної соціально-політичної ситуації особливої актуальності набуває питання збереження фізичного здоров'я спортсменів. Постійне емоційне напруження, порушення режиму тренувань, вимушені переміщення, обмежений доступ до ресурсів (зали, обладнання, харчування, реабілітація) – все це є факторами, що безпосередньо впливають на підготовку до змагань. Стрес, який переживає спортсмен у таких умовах, може призводити до погіршення фізичної форми, зниження мотивації, порушення сну, ослаблення імунної системи та підвищеного ризику травм [2, с. 45].

Фізична підготовка під час війни потребує адаптації методик тренування. Це включає індивідуалізацію програм, зниження інтенсивності під навантаженням психоемоційного стресу, а також акцент на підтримку базової форми. У таких умовах важливу роль відіграють інноваційні підходи: дистанційні тренування, мобільні додатки, психологічна підтримка онлайн, використання мінімального інвентарю. Тренери змушені працювати гнучко та креативно, а самі спортсмени мають швидко адаптуватися до змін [3, с. 19].

Запорізький військовослужбовець Євген Олексенко цьогоріч встановив рекорд на ветеранських змаганнях “Ігри воїнів” у США та здобув дві медалі: золото з пауерліфтингу та срібло зі штовхання ядра.

Свої перші поранення, спина та ніг, чоловік отримав у 2015 році, коли захищав Батьківщину на Донецькому напрямку. Встати на ноги та повернутися до повноцінного життя лейтенанту ЗСУ Євгену Олексенку допоміг саме спорт.

Після операції запоріжець знову повернувся на фронт, а вже за місяць отримав наказ про участь у цьогорічних змаганнях “Ігри воїнів”. Згадує, часу для тренувань не було через військові дії, підготовка відбувалася в Англії, де забезпечили всі необхідні умови. Тренуватися Євгену було важко і морально, оскільки побратими воювали вдома, і фізично, бо отримані травми нагадували весь час про себе.

Концентруватися важко, тому що ти тут напружуєшся сильно, зусилля робиш над собою, треба було налаштуватися. Був дуже засмучений своїм станом здоров'я. Воно не дозволяло мені, і плюс після тренувань слабкість була певна, може це через поранення, а може це тому, що там було важкувато з їжею, знаєте, війна — це війна. Не спали нормально, без відпочинку майже, тому і форма була паскудна, але набрати за місяць ми змогли”.

Попри негаразди зі здоров'ям, відсутність тренувань Євген Олексенко встановив рекорд та здобув золото відтиснувши у жимі лежачи 210 кг.

“Як звільнимо країну буде спорт далі. Я вважаю, що я закінчив якраз здобуваю третю освіту — тренерську, але поки я сам хочу брати участь, ніж, скажімо, тренувати. Я можу потренувати, але мені подобається сам дух змагань”, — каже він.[4]

Варто зазначити, що фізичне здоров'я тісно пов'язане з ментальним. У періоди високого стресу, страху, тривожності знижується здатність до відновлення після тренувань, зростає вірогідність перетренованості. Спортсмени, які перебувають у постійному стресі, демонструють гірші результати, навіть за умови достатньої фізичної підготовки. Саме тому все більшої ваги набуває комплексний підхід: поєднання фізичної підготовки з психологічною підтримкою [1, с. 102].

З огляду на виклики сучасності, важливим завданням є не лише підтримка фізичної форми, а й формування психологічної стійкості. До ефективних інструментів належать дихальні практики, медитації, психотерапія, робота з мотивацією, а також створення підтримувального оточення — команди, яка забезпечує відчуття безпеки та стабільності.

Війна в Україні стала викликом, який об'єднав багатьох спортсменів. Багато хто з них активно залучається до волонтерської діяльності, продовжує тренування у складних умовах або виступає на міжнародних змаганнях, представляючи країну. Це приклад високого рівня адаптивності, сили волі та патріотизму.

Таким чином, підготовка до змагань у стресових умовах вимагає нових стратегій, міждисциплінарного підходу та інновацій. Актуальним є подальше наукове вивчення впливу стресу на фізичну форму, розробка адаптованих тренувальних програм і підвищення обізнаності тренерів та спортсменів щодо методів подолання стресу.

Аналізуючи ситуацію, варто звернути увагу на той факт, що не всі спортсмени мають рівний доступ до тренувальних умов. У регіонах, що

безпосередньо постраждали від бойових дій, відновлення інфраструктури ще триває, а отже, можливість тренуватись у звичних умовах суттєво обмежена. Це вимагає розробки особливих програм, які враховують обмеження простору, часу, наявного обладнання та психоемоційного стану спортсмена.

Крім того, важливим чинником адаптації є підтримка з боку спортивних федерацій, клубів, міністерств. Надання грантів, організація навчальних зборів у безпечних регіонах, забезпечення доступу до психологічної допомоги — це заходи, які здатні значно поліпшити стан спортсменів у період підготовки до змагань. Такі ініціативи також слугують доказом соціальної відповідальності спортивної спільноти в період воєнного лихоліття.

Наукові дослідження доводять, що хронічний стрес має довгостроковий вплив на організм, порушуючи гормональний баланс, погіршуючи якість сну та знижуючи загальну витривалість. Для спортсмена це означає, що навіть за дотримання технічних норм тренування результат може бути незадовільним, якщо не враховано емоційний фон та рівень стресу [5, с. 52]. Тому спортивна медицина дедалі більше інтегрується з психологією та нейронауками для створення ефективних програм підготовки.

Окрему увагу слід приділити молодим спортсменам, які лише формують свою ідентичність та спортивну мотивацію. Для них події війни можуть мати травматичний характер, що ускладнює становлення як особистості, так і атлета. У цьому контексті роль тренера набуває не лише педагогічного, а й терапевтичного значення: тренер стає прикладом стійкості, опори та надії.

Інформаційні кампанії, онлайн-семінари та курси з тем саморегуляції, технік антистресу, основ психології — усе це є надзвичайно важливими інструментами в умовах, коли традиційна освіта та підготовка порушені. Вони сприяють формуванню адаптивних стратегій поведінки, знижують рівень тривожності та підвищують рівень готовності до змагань навіть у нестабільному середовищі.

Зрештою, сам факт збереження активності, регулярності тренувань і участі у змаганнях, попри війну, є не лише проявом спортивного духу, а й внеском у культурний і моральний опір. Спортсмени стають амбасадорами сили нації, демонструючи, що навіть у найтемніші часи можлива боротьба за мрію, гідність та перемогу.

Треба визнати, що за час широкомасштабного воєнного вторгнення рф український спорт змушений був зробити крок назад зі зрозумілих причин. Серед таких причин є одна сумна: чимало Героїв-спортсменів віддали своє життя за

вільну і незалежну Україну на передовій, інші загинули під обстрілами чи бомбардуваннями. Вже понад 250 українських спортсменів, загинули під час російсько-української війни, захищаючи Україну. І кожного дня, нажаль, цей список продовжує поповнюватися. Наразі в Україні розпочав роботу грандіозний проект «Янголи спорту» - реквієм за загиблими українськими спортсменами, у якому можна побачити фото і почути історії їх життєписів під час війни [2]. Цей проект започаткований спортивним комітетом України спільно з Міністерством молоді та спорту.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бабій Л.М. Психологія спорту: ментальна підготовка спортсменів. – Київ: Олімпійська література, 2020. – 232 с.
2. Іванченко В.С. Стрес і фізична працездатність: посібник для тренерів. – Харків: Спортпрес, 2019. – 168 с.
3. Коваль Н.І. Адаптивні методики тренувань в умовах кризи // Фізичне виховання і спорт. – 2023. – №2. – С. 17–22.
4. Суспільне/Новини <https://suspilne.media>. 3 жовтня 2022
5. Черненко Ю.В. Інновації у спортивній підготовці в умовах війни // Молодий вчений. – 2023. – №9 (121). – С. 51–55.
6. World Health Organization. Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak. – Geneva, 2020.

*Б.З. Джуман, Р.А. Кравченко,  
І.С. Олійник*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

### ВИВЧЕННЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНИХ ПОСЛУГ, ЩО НАДАЮТЬСЯ НАСЕЛЕННЮ В МІСТІ МИРГОРОД

**Вступ.** Досвід багатьох поколінь свідчить, що фізична культура та спорт є ключовими чинниками гармонійного розвитку людського потенціалу, сприяючи здоровому способу життя, профілактиці захворювань і підвищенню працездатності. Тому в економічно розвинених країнах сфери фізичної культури,

спортивної індустрії, а також професійного й аматорського спорту визнані важливими елементами соціально-економічного розвитку.

У сучасному світі сфера спорту та здоров'я набуває пріоритетного значення для багатьох країн. Стає все очевидніше, що система охорони здоров'я тісно пов'язана зі спортом. Впливаючи на стан здоров'я людини, спорт сприяє не лише довголіттю і добробуту, а й підвищує продуктивні сили суспільства, що, своєю чергою, позитивно впливає на рівень економічного розвитку держави [3, с. 128].

На державному рівні завдання покращення здоров'я нинішніх і майбутніх поколінь можуть бути реалізовані за допомогою розвитку фізкультурно-оздоровчої діяльності [6, с. 127].

Три основні складові здоров'я – дотримання режиму, підтримка фізичної активності через заняття спортом і контроль стану здоров'я – вимагають стратегічної уваги до ключових аспектів, здатних визначити стабільне майбутнє. В той же час існує проблема низького забезпечення населення фізкультурно-спортивними спорудами, що є актуальним питанням подальшого вивчення [4, с. 84].

Розвиток ринку спортивно-оздоровчих послуг вже давно знаходиться в центрі уваги як вітчизняних, так і закордонних науковців, дослідників, експертів у сфері державного адміністрування та представників громадських організацій. Серед закордонних фахівців можна згадати таких науковців, як W. Andreff, R. Fort, K. Heinila, A. Hermans, F. Imesch, G. Jage та інших. З-поміж українських дослідників особливо варто виділити С. Вавренюк, Д. Гадайчука, С. Домбровську, І. Крамаренка, О. Дрюкова, М. Журбу, І. Стахіва, Д. Стеценка, В. Франчука, В. Палюха, О. Павленка, В. Платонова, Ю. Шкребтія та інших.

**Метою** є проаналізувати стан розвитку фізкультурно-оздоровчих послуг в місті Миргород.

**Методи дослідження:** аналіз та узагальнення даних науково-методичних літературних джерел і мережі «Інтернет» з проблеми дослідження; аналіз документів; метод опитування; метод математичної статистики.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Дослідження проводилося з вересня 2024 року до грудня 2024 року на базах спортивних споруд міста м. Миргород.

Під фізкультурно-спортивними послугами розуміють організовані форми занять фізичними вправами та видами спорту з різними цілями та діяльністю, що їх забезпечує [2, с. 181].

Так, за характером потреби, задоволення якої призначені ті чи інші

соціально-культурні послуги галузі «фізична культура і спорт», їх можна класифікувати:

- як фізкультурно-спортивні, що становлять забезпечення занять фізичними вправами і видами спорту з різними цілями, у різноманітних організаційних формах, платно чи безплатно (ДЮСШ);

- видовищні, які мають на увазі особисту присутність на спортивні змагання або перегляд їх по телебаченню (футбольний матч);

- консультаційні - персональні консультації за допомогою, методам та формам занять фізичними вправами, видами спорту, лікувальною фізичною культурою;

- освітні, тобто. здобуття середньої та вищої професійної освіти, перепідготовка кадрів;

- послуги додаткової освіти – заняття у спортивних школах;

- посередницькі - підготовка пакету документів, необхідних для створення фізкультурно-спортивної організації, контракту професійного спортсмена тощо;

- комерційні, що мають на увазі спонсорську допомогу, спортивний тоталізатор, проведення лотереї та інші, дозволені законодавством держави види підприємницької діяльності у сфері ФК і С [5, с. 104].

За ступенем важливості, що сьогодні змінюється для споживача, соціально-культурні послуги поділяють на основні (активні заняття фізичними вправами та видами спорту на основі науково обґрунтованих методик, регламентованого часу занять тощо), додаткові (пасивне оздоровлення з використанням різних відновлювальних процедур) ) та супутні (забезпечення допоміжного обслуговування у вигляді надання спеціалізованого харчування, камер зберігання, автостоянок та ін. [1, с. 33].

**Висновки.** Отже, сьогодні спортивно-оздоровча діяльність стає одним із основних цивілізаційних трендів, які системно впливають на розвиток суспільних відносин, формування людського потенціалу та економічне зростання. Це підтверджується щорічним збільшенням кількості людей, які займаються різними видами спорту. Зростаючий попит спричинив активний розвиток ринку спортивної індустрії та впровадження інноваційних технологій у цю сферу. Це, в свою чергу, є важливим фактором економічного розвитку, міжнародної інтеграції та універсалізації світових культурних моделей і цінностей.

Вивчення матеріально-технічної бази фізичної культури та спорту у м. Миргород показало:

- пропускна спроможність спортивних споруд у місті Миргород, в середньому, складає 50 осіб;

- найбільш представленими є універсальний спортивний зал на базі Дитячо-юнацькій спортивній школі №2 Миргородської Міської Ради та стадіон.

2. Вивчення співвідношення комерційних та некомерційних фізкультурно-спортивних організацій та перелік наданих ними послуг показало:

- у м. Миргород всього 1 державна фізкультурно-спортивна організація, що надає учбово-тренувальні послуги (греко-римська боротьба, баскетбол, волейбол, футбол, легка атлетика, бокс, гирьовий спорт);

- з комерційних фізкультурно-спортивних організацій у місті Миргород представлені фітнес клуби «Tonus Gym», «Тетра», «Fitberry», «Самсон».

3. Вивчення цінової політики на фізкультурно-оздоровчі послуги в місті Миргород показало:

- додаткові послуги оренда приміщень на базі Дитячо-юнацькій спортивній школі №2 та відвідування тренажерного залу – 150 грн./год.; аеробіки – 120 грн./год та йоги 120 грн./год.

- найдорожчою послугою у сфері фізичної культури та спорту місті Миргород є: оренда ігрового залу – 275 грн./год.;

- середня вартість разового відвідування – 161 грн, середня вартість абонементу на 8 занять – 950 грн., на 10 занять – 1113 грн..

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Кольчак В.А. Сучасний стан сфери фізичної культури і спорту в Україні. Університет Ушинського. OLYMPICUS. 2023. № 1. С. 30-36. <https://doi.org/10.24195/olympicus/2023-1-6>.

2. Мічуда Ю.П., Харчук Т.В., Ратніков Д.Г. Нормативно-правове забезпечення фінансування розвитку фізичної культури та спорту в Україні. Стратегічне управління розвитком фізичної культури і спорту: збірник наукових праць. Харків: ХДАФК, 2023. С. 177-183.

3. Нікулін А.В., Передерій А.В., Бріскін Ю.А. Характеристика інноваційних програм реформування сфери фізичної культури і спорту (на прикладі Львівської територіальної громади). Університет Ушинського, OLYMPICUS. 2024. № 1. С. 125-133. <https://doi.org/10.24195/olympicus/2024-1.18>

4. Савченко В.Г., Приходько В.В., Кошечев О.С. Управління проектами у спортивно- педагогічній діяльності : навч. посібник. Дніпро: Журфонд, 2017. 327 с.

5. Щокін Р.Г., Беленюк Ж.В. Сучасні тенденції діджиталізації публічного управління у сфері фізичної культури та спорту. *Public management*. 2022. № 3 (31). С. 102-109.

6. Beth A. Cianfrone. Brand Management and Social Media. *International Journal of Sport Communication*. 2023. Volume 16. Issue 3. P. 124-133. <https://doi.org/10.1123/ijsc.2023-01-54>.

***О.М. Дон***

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **«ДИТЯЧІ ТРАВМИ ВІЙНИ: КОМПЛЕКСНА ПІДТРИМКА ДІТЕЙ ТА РОДИН»**

Психологічна допомога та підтримка дітей завжди були в центрі уваги науковців та практиків. Однак російсько-українська війна, яка набула широких масштабів у лютому 2022 року і триває дотепер, поставила перед психологами нові виклики, зокрема зумовлені необхідністю створення власної системи психологічної допомоги дітям і дорослим, постраждалим від воєнних дій.

Війна охоплює всі можливі елементи травми, її вплив є тривалим і, в наших умовах, непередбачуваним за тривалістю та інтенсивністю. Відповідно, психологічна допомога, особливо дітям, не може надаватися лише окремими людьми, вона має пронизувати усі виміри життя: сім'ю, групи однолітків, громаду, суспільство та культуру в цілому [ 1, с.3]

Якщо ми говоримо про дитячі травми, то важливо розуміти основні поняття та її наслідки.

Дитяча травма — це психологічне або емоційне потрясіння, яке дитина переживає внаслідок стресових або травматичних подій. Вона може виникати через фізичне або емоційне насильство, втрату близьких, війну, занедбаність, булінг, розлучення батьків, серйозну хворобу чи інші значні потрясіння.

Види дитячих травм:

- Гостра травма – виникає внаслідок одноразової події (аварія, насильство, напад).

- Хронічна травма – постійний або тривалий вплив стресових факторів



(війна, насильство в родині, життя в небезпечному середовищі).

- Комплексна травма – поєднання кількох травматичних подій, що впливають на психіку.

Наслідки дитячої травми:

- Висока тривожність та страхи.
- Порушення сну, апетиту, психосоматичні прояви.
- Замкнутість або агресія.
- Порушення когнітивного розвитку – труднощі з концентрацією та навчанням.
- Низька самооцінка.
- Ризик депресії чи ПТСР.
- Нормалізація насильства – діти можуть сприймати агресію як звичну поведінку.

Фактори, що впливають на ступінь травматизації:

- Втрата близьких – смерть або розлука з рідними.
- Переміщення – зміна місця проживання, розрив соціальних зв'язків.
- Нестача базових ресурсів – їжа, вода, освіта, медична допомога.
- Тривалість конфлікту – чим довше триває війна, тим серйозніші наслідки.

Важливо також зазначити, що на кожному віковому етапі розвитку дитина має свої особливості сприйняття війни та втрати. І розуміння підтримки в періоди розвитку дуже важливі.

За Д.Б. Ельконіним дитинство ділиться на 7 періодів [ 2, с.60]

- 1) вік немовляти — до 1 року;
- 2) раннє дитинство — 1-3 роки;
- 3) молодший і середній дошкільний вік — 3-4-5 років;
- 4) старший дошкільний вік — 4 (5-6) 7 років;
- 5) молодший шкільний вік — 6 (7-10) 11 років;
- 6) підлітковий вік — 10 (11-13) 14 років;
- 7) ранній юнацький вік — 13 (14-16) 17 років.

Весь процес дитячого розвитку ділиться на 3 етапи:

- 1) дошкільне дитинство (0-6) 7 років;
- 2) молодший шкільний вік (6-11 років);
- 3) середній і старший шкільний вік (12-17 років).

Діти дошкільного та молодшого шкільного віку, які переживають травмуючі події, можуть відчувати безпорадність та невизначеність щодо постійної небезпеки - загальний страх, який виходить за межі травмуючої події і

впливає на інші аспекти життя. Їм може бути складно пояснити, що їх турбує або описати свої емоції.

Таке почуття безпорадності та тривоги часто виражається у втраті набутих навичок розвитку. Дітям, які переживають травмуючі події, може бути складно засинати наодинці або розлучатися з батьками на час уроків.

Діти, які не боялися гратися у дворі до травмуючої події, тепер не хочуть гратися без присутності члена сім'ї.

Часто діти втрачають здатність говорити або користуватися туалетом, їм сняться жахіття, вони бояться засинати. У багатьох випадках діти можуть гратися в небезпечні ігри - повторювану форму гри, яка вимагає менше уяви. Це може призвести до постійного зосередження на травмуючій події і намаганні змінити результат травмуючої події.

У дітей шкільного віку травмуючий досвід може викликати почуття постійної тривоги за власну безпеку та безпеку інших школярів та близьких. Такі діти можуть думати лише про власні дії під час події. Часто вони відчують провину або сором за те, що вони зробили або не зробили під час травмуючої події. Діти шкільного віку можуть постійно розповідати про травмуючу подію або описувати своє відчуття страху чи суму.

Травмуючий досвід може також негативно вплинути на завдання з розвитку дітей шкільного віку. У дітей такого віку може спостерігатися розлад сну (складнощі із засинанням наодинці, страх спати наодинці, часті нічні жахіття). Вчителі зазвичай кажуть, що у таких дітей є більше проблем у тому, щоб зосередитися під час навчання у школі. Діти шкільного віку, які переживають травмуючу подію, можуть скаржитися на головний біль та болі у животі без явної причини. Деякі діти поведуться відчайдушно або агресивно.

Підлітки, які пережили травмуючу подію, добре усвідомлюють власну емоційну реакцію на подію. Відчуття страху, вразливості та побоювань щодо того, що підлітка вважатимуть «ненормальним» або інакшим можуть призвести до його відсторонення від близьких та друзів.

Підлітки часто відчують сором і провину щодо травмуючої події і можуть мріяти про помсту і відплату.

Травмуюча подія для підлітків може призвести до радикальних змін їхнього світогляду. У деяких підлітків спостерігається саморуйнівна або небезпечна поведінка. [3, інтернет посилання ]

Що можуть зробити дорослі:

- Бути стабільною опорою, так як родина є ключовим джерелом підтримки,

що допомагає дітям адаптуватися до змін і проживати свої дитячі переживання.  
– діти потребують захищеного середовища.

- Не ігнорувати страхи – важливо говорити про переживання.

- Забезпечити доступ до психологічної допомоги – раннє втручання зменшує наслідки травми.

- Допомогати дітям висловлювати емоції – через творчість, гру, розмови.

- Навчати дітей навичкам подолання стресу.

Підтримка з боку суспільства.

Якщо у батьків, спільнот та освітян буде розуміння, яким чином діти переживають травмуючі події і як у них виражається затяжний стрес у результаті таких переживань, то вони зможуть реагувати на дитячу поведінку і допомагати їм у важкі часи.

Координація між державними установами, благодійними організаціями та громадами сприяє ефективній підтримці дітей та родин.

Розробка спеціалізованих програм для роботи з дітьми, які зазнали травм війни.

Наприклад, групи підтримки та освітні програми можуть сприяти інтеграції дітей у нове середовище.

Роль освітнього простору.

Вчителі, вихователі відіграють важливу роль у створенні безпечного простору для дітей, що зазнали травм війни.

Шкільні програми мають включати елементи психологічної підтримки та навчання емоційної грамотності.

Психологічна реабілітація дітей.

Психологічна реабілітація дітей – це комплекс заходів, спрямованих на відновлення психічного здоров'я та адаптацію після травматичних подій. Вона включає індивідуальну та групову терапію, арт-терапію, ігрові методи, а також підтримку сім'ї.

Основні завдання реабілітації:

- Відновлення емоційної рівноваги;

- Зниження рівня тривожності та стресу;

- Формування адаптивних навичок;

- Підвищення стійкості до психологічних труднощів.

Методи реабілітації:

- Арт-терапія – малювання, музика, ліплення для вираження емоцій;

- Ігрова терапія – використання сюжетних ігор для опрацювання страхів;
  - Казкотерапія – створення історій для розуміння власних переживань;
  - Сімейна терапія – робота з батьками для підтримки дитини;
- Особливості реабілітації дітей, які пережили війну:
- Робота з посттравматичним стресовим розладом (ПТСР);
  - Відновлення почуття безпеки та довіри;
  - Психосвіта для дітей та батьків;
  - Соціальна інтеграція через групові заняття.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Зливков В., Лукомська С. Діти війни: теоретико-методичні і практичні аспекти психологічної допомоги. Київ.-Ніжин: Видавець ПП Лисенко М.М., 2022. 95 с.
2. Скрипченко Л.В., Долинська, З.В. Огороднійчук З.В. та ін.. Вікова та педагогічна психологія: Навч. посіб.— К.: Просвіта, 2001.— 416 с.
3. Як розмовляти про війну з дітьми NCTSN (Національна мережа з боротьби з дитячими травматичними стресами) <https://npra-ua.org/psychologists/guidelines/>
4. Костенко Т., Курінна В. Збірник технік та ігор «Психологічний рюкзачок» — Київ : ГО «ДОККУ», 2023. — 32 с.
5. Щербань П. Психологія сучасної сім'ї та педагогіка сімейних взаємин Рідна школа. 2005. 14-15 с.

***А. М. Каменська***

Мелітопольський державний  
педагогічний університет імені  
Богдана Хмельницького

### **ВИКОРИСТАННЯ ІГРОВОГО МЕТОДУ НА ЗАНЯТТЯХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ В УМОВАХ ЦИФРОВОЇ ТРАНСФОРМАЦІЇ**

**Вступ та постановка проблеми.** Фізичне виховання має вирішальне значення для формування здорового способу життя школярів. Однак цифрова трансформація, збільшення тривалості часу на користування гаджетами та

глобальні кризи (пандемія, соціально-політична нестабільність) призвели до різкого зниження рухової активності. Дослідники В. Лелека та Я. Гузенко констатують, що більшість сучасних школярів уникають спортивних занять і рухливих ігор [8, с. 11]. Наслідки – зростання кількості дітей з гіподинамією, порушеннями постави, ожирінням, стресами та порушеннями сну.

Перспективним рішенням є інноваційні ігрові методи: гейміфікація та віртуальна реальність. Їхнє використання дозволяє перетворити фізичні вправи на інтерактивні заняття, що особливо важливо для дітей молодшого шкільного віку, які потребують емоційного залучення та мотивації. Тому дослідження ефективності цих методів є нагальним для адаптації фізичного виховання до цифрових реалій та потреб учнів.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Аналіз сучасних наукових досліджень свідчить, що ігрові методи у фізичному вихованні молодших школярів є предметом активного вивчення як українських, так і зарубіжних науковців. Наприклад, А. Боляк, Г. Коломоєць, А. Ребрина та Н. Боляк визначають ігровий метод як «упорядковану рухову діяльність згідно з образним або умовним сюжетом», підкреслюючи його роль у залученні учнів через емоційну складову [1]. Р. Власенко та С. Бадрак [4] підкреслюють важливість рухової активності для розвитку молодших школярів. Ефективність цих методів залежить від врахування вікових особливостей учнів [1]. А. Радченко [2] наголошує на важливості використання сучасних сюжетних ігор. Н. Базилевич, В. Поліщук, В. Мовчан та Є. Никоненко [3] підкреслюють важливість молодшого шкільного віку для розвитку рухових навичок. Н. Москаленко, О. Власюк, І. Степанова, О. Шиян, А. Самошкіна та Т. Кожедуб [6] стверджують, що ігрові методи сприяють формуванню особистості дитини.

В умовах цифрової трансформації актуальними є гейміфікація, а також віртуальна та доповнена реальність. О. Отравенко, Н. Довгань, В. Ганчева та В. Гончаренко [10] пропонують використовувати дистанційне навчання для збереження здоров'я учнів. А. Єфременко, В. Колоколов, М. Позднякова, С. Пятисоцька [6], О. Гайдук [5] вивчали ігрові технології VR/AR.

**Метою роботи** є визначення переваг і недоліків використання ігрового методу, зокрема застосування гейміфікації, віртуальної та доповненої реальності для підвищення ефективності уроків фізичної культури у дітей молодшого шкільного віку в умовах цифрової трансформації.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Сучасна освіта прагне до інноваційних методів навчання, серед яких є ігрові методи [11].

Аналіз літературних джерел показав, що ігрові методи дуже активно використовуються на уроках фізичної культури в початковій школі. На думку авторів підручника «Нова українська школа: методика навчання фізичної культури у 1–4 класах закладів загальної середньої освіти» А. Боляк, Г. Коломоєць, А. Ребрини та Н. Боляк, «Ігровий метод – упорядкована ігрова рухова діяльність згідно з образом або умовним сюжетом, в якому передбачається досягнення певної мети багатьма дозволеними способами, в умовах постійної і значною мірою випадкової зміни ситуації» [1, с. 56].

Згідно з дослідженнями Р. Власенка та С. Бадрака, використання ігрових методів є необхідним для повноцінного розвитку молодших школярів, оскільки «потреба в рухах та підвищення рухової активності є найбільш важливою біологічною особливістю дитячого організму у віці 7-10 років» [4].

Варто зазначити, що основними рисами ігрових методів є інтерактивність, мотивація, співпраця, розвиток критичного мислення та індивідуалізація [11]. З огляду на ці риси та результати аналізу наукових джерел, застосування ігрових методів сприяє залученню учнів, покращенню засвоєння матеріалу, розвитку соціальних та розумових навичок [1-10; 11].

Для реалізації цих переваг використовуються різноманітні ігрові методи: настільні, рольові, симуляції, відеоігри, квести та онлайн-ігри [11].

Ефективне застосування ігрових методів вимагає врахування вікових особливостей молодших школярів [1]. А. Боляк та ін. наголошують, що вибір ігрового методу повинен ґрунтуватися на навчальних цілях та умовах занять. Молодші школярі не витримують тривалих навантажень. Тому ігрові заняття мають бути короткими з паузами для відпочинку. Учні 1-2 класів схильні до імітаційних та сюжетних ігор. Колективні дії для них складні, тому перевага надається простим рухам [1, с. 132]. Учні 3-4 класів демонструють розвиток координаційних здібностей, силових, швидкісних та витривалих якостей. Вони здатні до складних ігор, що вимагають оперативного мислення та вирішення тематичних завдань. У них також зростає інтерес до командних змагальних ігор з чіткими правилами та високою інтенсивністю рухів [1, с.132]. А. Радченко наголошує, що «треба задовольняти інтерес молодших школярів до ігор із сучасною тематикою, наприклад, до ігор із космічними сюжетами, з умовно-образним відтворенням епізодів зі спортивного життя нашої країни» [2, с. 52].

На думку Н. Базилевич та ін., зміни в організації занять з фізичної культури, спрямовані на активне використання рухливих ігор, естафет і

спортивних ігор, сприяють не лише навчанню, але й покращують фізичний стан дітей [3, с. 619].

Науковці-практики Н. Москаленко, О. Власюк, І. Степанова, О. Шиян, А. Самошкіна та Т. Кожедуб систематизували фізичні вправи для вивчення і запропонували рухливі ігри, народні естафети, вправи ігрового та сюжетно-образного характеру. За їхніми даними, такі методи формують усі складові особистості дитини: фізичний розвиток, поведінку, соціально-психологічний потенціал і міжособистісні відносини [6, с. 119-120 ].

В умовах цифрової трансформації інноваційні ігрові методи (гейміфікація, віртуальна реальність) стають ключовими для залучення дітей до рухової діяльності, особливо в дистанційному навчанні. Дослідники О. Отравенко, Н. Довгань, В. Ганчева, В. Гончаренко пропонують «активно використовувати у роботі з учнями вебінари, тренінги, челенджі із застосуванням кейс-технологій, засобів ІКТ, новітніх технологій у режимі дистанційного навчання» [10, с. 10].

Гейміфікація, як один із сучасних інноваційних підходів у початковій освіті, визначається О. Карабін як «використання окремих елементів ігор у неігрових практиках з освітньою метою» [7, с. 45]. Авторка виділяє три структурні рівні цього процесу, організовані у формі піраміди: компоненти (зовнішні атрибути: нагороди, значки, символи); принципи роботи (змагання, взаємодія, очікування перемоги, зворотній зв'язок); динаміка гри (прогрес гравця, соціальні взаємини, емоційний вплив) [7, с. 46].

Сфера застосування гейміфікації охоплює різні етапи навчального процесу: від цілісного уроку до окремих структурних елементів або багаторазового використання ігрових механік [7, с. 46].

Форми гейміфікації на уроках фізичної культури та позакласної роботи визначаються освітніми цілями. До них належать квести, турніри, змагання, флешмоби, руханки, челенджі, естафети та ігри, онлайн-турніри та кіберспортивні змагання [8, с. 17].

Переваги впровадження гейміфікації:

- підвищення мотивації учнів до навчання;
- розвиток розумових навичок, просторової уяви та швидкості реакції;
- формування практичних умінь через групову роботу;
- стимулювання самостійної діяльності;
- створення безпечного середовища, де помилки сприймаються як частина навчання, що зменшує страх і підвищує ініціативність.

Недоліки та виклики гейміфікації:

- недостатнє розуміння педагогами цілей гейміфікації;
- дефіцит комунікації між учасниками процесу;
- необхідність підвищення кваліфікації вчителів у сфері ІТ;
- високі часові витрати на розробку ігрових механік [7, с. 46].

Підсумуємо, на думку О. Карабін, гейміфікація перетворює освітній процес на «гру», де конкуренція та винагороди стимулюють пізнавальний інтерес, а свобода дій формує відповідальність. «Учні, позбавлені страху перед помилками, активізують ініціативність та впевненість у власних силах» [7, с. 46]. За словами В. Лелеки та Я. Гузенка, «Гейміфікація освіти підвищує пізнавальний інтерес молодших школярів, саме тому питання впровадження її в освітній процес початкової школи є актуальним» [8].

Ще одним інноваційним методом виступає віртуальна (VR) та доповнена реальність (AR). Саме ігровий формат представлення контенту є особливістю VR/AR технологій, які пропонуються для використання в процесі фізичного виховання [6, с. 6].

Віртуальна реальність (VR) – це повне занурення користувача в нову для нього реальність, що досягається шляхом моделювання відеоряду [5, с. 59 ].

Розширена або доповнена реальність (AR) – технологія, котра продукує зображення на певній відстані від користувача й не вимагає від нього звертання до допоміжних матеріалів або гарнітур [5, с. 59].

Як доводять А. Єфременко, В. Колоколов, М. Позднякова та С. Пятисоцька, віртуальна та доповнена реальність (VR/AR) є перспективними напрямками модернізації фізичного виховання» [6, с. 5].

#### Переваги VR/AR:

- підвищення ефективності навчання;
- гейміфікація як інструмент мотивації;
- розширення можливостей дистанційного навчання;
- самосвідомість та самостійність;
- розвиток інноваційних напрямків. [6, с. 5].

#### Недоліки VR/AR:

- обмежена доступність;
- недосконалість технологій;
- ризик зниження соціальної взаємодії;
- неоднорідність результатів;
- енерговитратність [6, с. 5-6].



Отже, VR/AR-технології, поєднуючи ігровий формат з інтерактивністю, відкривають нові можливості для модернізації фізичного виховання, однак їхній потенціал потребує подолання технічних та соціальних обмежень. Ці інновації, на думку дослідників [6; 5], стають ключем до мотивації та ефективності навчання, але вимагають балансу з традиційними методами.

**Висновок.** Таким чином, у ході дослідження нами було проаналізовано вплив цифрової трансформації на рухову активність молодших школярів та ефективність ігрових методів у фізичному вихованні. Ми дійшли висновку, що гейміфікація та VR/AR технології є ключовими інструментами для модернізації цього процесу навіть в умовах дистанційного навчання. Ці методи сприяють навчанню, покращують фізичний стан дітей і ефективно залучають їх до рухової діяльності. Вони розвивають необхідні фізичні якості та формують позитивне ставлення до фізичної культури. Однак, для успішного впровадження ігрового методу, необхідно враховувати як переваги, так і потенційні недоліки та виклики, пов'язані з його застосуванням.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Нова українська школа: методика навчання фізичної культури у 1–4 класах закл. заг. сер. освіти : навч.-метод. посіб. / А. А. Боляк, Г. А. Коломоєць, А. А. Ребрина, Н. Л. Боляк. – К. : Видавничий дім «Освіта», 2021. – 160 с.
2. Радченко А. В. Рухливі та спортивні ігри з методикою навчання . Конспект лекцій для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти денної, та заочної форм навчання / уклад. О. В. Радченко, – Луцьк : Луцький НТУ, 2020. - 116 с.
3. Базилевич Н. О., Поліщук В. В., Мовчан В. П., Никоненко Є. Вплив ігрового методу на фізичний стан учнів початкової школи. Proceedings of the 6th International Scientific and Practical Conference «International Scientific Discussion: Problems, Tasks and Prospects» (March 19-20, 2023). Brighton, United Kingdom No 147. P. 602-620.
4. Власенко Р. П., Бадрак С. О. Ігрове спрямування фізичної підготовки дітей молодшого шкільного віку. Матеріали IX Міжнародної науково-практичної конференції «Efektivni nastroje modernich ved. – 2013». pp. 47-49. (Unpublished)
5. Гайдук О. М. Особливості технологій віртуальної та доповненої реальності як нового інструменту в популяризації українських супергероїв.

Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв: наук. журнал. 2020. №2. С. 58-61.

6. Єфременко А. М., Колоколов В.О., Позднякова М.М., Пятисоцька С.С. Ігрові технології віртуальної та доповненої реальності в фізичному вихованні: огляд ефективності. Спортивний дім. 2025. Вип. 1(35), С. 5-15.

7. Карабін О. Гейміфікація в освітньому процесі як засіб розвитку молодших школярів. Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах. 2019. Вип. 67, Т. 1, С. 44-47.

8. Лелека, В. Гузенко Я.. Гейміфікація як інноваційний метод навчання фізичної культури в контексті Нової української школи. Психолого-педагогічні проблеми сучасної школи, 2(12), с. 13–19.

9. Москаленко Н. В. Інноваційні технології у фізичному вихованні школярів / Н. В. Москаленко, О. О. Власюк, І. В. Степанова, О. В. Шиян, А. В. Самошкіна, Т. Г. Кожедуб; під ред. Н. В. Москаленко. – 2-ге вид. – Дніпропетровськ : Інновація, 2014. – 332 с.

10. Отравенко О. В., Довгань Н. Ю., Ганчева В. І., Гончаренко В. І. Новітні технології навчання фізичного виховання студентів у контексті глобальних змін та сучасних викликів. Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. 2022. Вип. 3 (351). С. 6-20.

11. Ігрові методи у навчанні: Як гра може покращити навчання [Електронний ресурс] // Mind Scope. – Режим доступу: <https://mindscope.biz.ua/igrovi-metody-u-navchanni-innovacijni-pidhody-ta-perevagy/>

УДК 159.9

**Юрій Михайлович Кашпур,**

кандидат психологічних наук, доцент  
кафедри теоретичної та  
консультативної психології,  
Український Державний Університет  
ім. Драгоманова М. П. (м. Київ,  
Україна)

**Ярослав Молочко,** магістр,

здобувач ступеня Phd за  
спеціальністю 053 «Психологія»,  
Український Державний  
Університет ім. Драгоманова М. П.  
(м. Київ, Україна)

## **НАРЦИСИЧНИЙ СИМПТОМОКОМПЛЕКС ЯК МЕХАНІЗМ ПОДОЛАННЯ БОЙОВОГО СТРЕСУ ТА ПСИХОЛОГІЧНОЇ ТРАВМИ**

Нарцисичний симптомокомплекс (НСК) є складним і багатовимірним психологічним феноменом, який відображає наявність певних рис, що тимчасово посилюються в екстремальних ситуаціях, таких як бойові дії, психологічні стреси чи інші серйозні життєві випробування. Цей симптомокомплекс відрізняється від класичного нарцизму тим, що він не є сталим або патологічним, а виступає як адаптивна відповідь на зовнішні стресори [1]. Поява НСК зазвичай відбувається у відповідь на високі психологічні навантаження, і ці риси можуть виникати тимчасово, виконуючи роль захисту для збереження психічної стабільності в умовах стресу. У той час як нарцизм в класичному розумінні є сталим психопатологічним станом, НСК є ситуативним і відносно короткочасним явищем, яке дозволяє індивідууму адаптуватися до конкретних умов. Наприклад, у контексті бойового стресу НСК виступає важливим механізмом підтримки самооцінки та впевненості у власних силах, оскільки особа, яка переживає бойові стреси, часто потребує внутрішнього ресурсу для подолання травматичних переживань [6].

НСК може проявлятися у вигляді завищеного почуття власної значущості, прагнення до ідеалізації власної особистості, а також схильності до демонстрації власної переваги або надмірної самовпевненості, що дає можливість зберігати

емоційну стабільність навіть в умовах бойового стресу. Військові або особи, що переживають екстремальні стреси, можуть використовувати ці риси як інструменти для підтримки психологічної стійкості, забезпечуючи собі унікальність і важливість, що, в свою чергу, дозволяє їм функціонувати навіть у найбільш небезпечних і стресових умовах [3]. Однак, в той час як цей симптомокомплекс може бути корисним механізмом подолання стресу в короткостроковій перспективі, його довготривале існування може призвести до серйозних проблем, таких як соціальна ізоляція або труднощі у взаємодії з іншими людьми. Тому важливо розуміти, що хоча НСК може бути ефективним інструментом для подолання моментальних труднощів, він потребує корекції в умовах післявоєнної адаптації для забезпечення повноцінного соціального функціонування.

Існують численні теорії, що пов'язують нарцисизм і підвищену стресостійкість. Психологи стверджують, що нарцисичні риси дозволяють зберігати відчуття унікальності, важливості та гідності навіть у найскладніших ситуаціях. Така стресостійкість є важливим фактором для подолання психологічних труднощів, що виникають під час бойових дій чи інших екстремальних ситуацій, коли індивідуумам необхідно не тільки фізично вижити, але й зберегти свою психологічну рівновагу [2]. Крім того, механізми захисту, пов'язані з нарцисизмом, сприяють створенню ідеалізованого образу себе, що допомагає уникати болючих емоційних переживань, таких як відчуття безпорадності або страху. Ці механізми, таким чином, дозволяють зберігати внутрішню стійкість і зосередженість на меті навіть у найбільш екстремальних умовах.

Згідно з іншими дослідженнями, нарцисичний симптомокомплекс може виступати як захист не тільки від психологічного болю, але й як спосіб підтримання соціального статусу в умовах бойових дій. Прагнення до домінування і визнання стають важливими складовими адаптації до ситуацій, де питання виживання не обмежуються фізичною безпекою, а включають також збереження соціальної значущості і ролі в групі [9]. Однак на відміну від звичайного нарцизму, який є стійким до змін, НСК виникає лише в певних ситуаціях і з часом може відступити, коли індивід відновить своє звичне соціальне середовище і психологічний баланс. Цей феномен вимагає детальнішого вивчення для кращого розуміння механізмів психічного захисту в екстремальних умовах.

Нарцистичний симптомокомплекс складається з низки рис, які забезпечують захист від внутрішніх переживань безпорадності та страху. Однією з основних рис є підвищене почуття власної значущості, що дозволяє особі зберігати впевненість у собі навіть в умовах бойового стресу. Інші важливі аспекти включають прагнення до соціального визнання та відчуття переваги над іншими, що в умовах війни може бути потужним стимулом для виживання [4]. Психологічні механізми нарцисизму в умовах бойового стресу також включають дистанціювання від негативних емоцій і реальності, що дозволяє зберігати емоційну стабільність. Тобто, нарцисизм стає способом психологічного захисту, знижуючи емоційну болючість від пережитих травм [5].

Бойовий стрес є потужним психологічним фактором, що може призвести до розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР), оскільки травмуючі події, з якими стикаються військові, часто перевищують можливості звичайних механізмів психологічного захисту. Проте, в умовах бойових дій, де постійно присутня загроза для життя, нарцисичні риси можуть допомогти індивідуумам зберігати емоційну рівновагу, надаючи їм відчуття внутрішньої сили та самоважливості. Військові, які мають виражені нарцисичні риси, можуть використовувати їх для зміцнення свого внутрішнього ресурсу, формуючи ідеалізовану версію себе, що дозволяє їм залишатися стійкими в умовах надзвичайної небезпеки. Самообґрунтоване переконання в своїй унікальності та невразливості може бути механізмом психологічного захисту, що дає змогу діяти навіть у найкритичніших ситуаціях, забезпечуючи психологічну стійкість і мотивацію діяти в умовах бойового стресу [6].

Однак, незважаючи на тимчасову ефективність нарцисичних рис як механізму захисту, їх надмірне використання може мати серйозні наслідки. Зосередженість на власній значущості та ідеалізації може призвести до відчуження від інших людей, оскільки така поведінка не сприяє розвитку емпатії або здорових міжособистісних зв'язків. Військові, що зберігають високий рівень нарцисизму навіть після бойових дій, можуть стикатися з проблемами в налагодженні контактів і взаємодії з оточуючими. Це, у свою чергу, часто призводить до розвитку соціальної ізоляції, коли індивідуум відчувається відокремленим від суспільства, не здатним адаптуватися до мирного життя. Виходячи з цього, в післявоєнній адаптації важливим фактором є здатність ветеранів інтегруватися в нове соціальне середовище, де їх статус, роль і взаємодія з іншими людьми змінюються. Втім, якщо нарцисичні риси залишаються домінуючими, вони можуть стати серйозною перешкодою для

соціальної реінтеграції, оскільки індивідууми можуть зіткнутися з труднощами у взаємодії з іншими людьми, а також із неприязню або непорозуміннями з боку оточення [7]. Тому важливо під час реабілітації враховувати рівень нарцисичних рис, оскільки їх корекція може сприяти більш успішному відновленню та адаптації в мирному житті.

Нарцисичний симптомокомплекс, хоча й може бути адаптивним механізмом у процесі переживання бойового стресу, може стати перешкодою на етапі соціальної адаптації після повернення з війни. Одним із основних ризиків є підвищена потреба в соціальному визнанні та домінуванні, що може призвести до конфліктів у повсякденному житті. Військові, які перебували під великим тиском, можуть мати труднощі у взаємодії з іншими людьми, адже їх соціальні навички можуть бути ослаблені через тривале перебування в умовах, де соціальні взаємодії підкорялися іншій логіці [8]. Крім того, постійне прагнення до ідеалізації себе та своєї ролі може посилювати емоційну напругу, що сприяє розвитку психоемоційних розладів. У цьому контексті важливо забезпечити належну психологічну підтримку для реабілітації таких осіб [5].

Розуміння ролі нарцисичного симптомокомплексу в бойовому стресі дає змогу розробити стратегії психологічної реабілітації для ветеранів та військових. Важливою складовою є підхід, що враховує як адаптивні, так і деструктивні аспекти нарцисизму, пропонуючи збалансовану стратегію, яка дозволяє використовувати позитивні якості цього феномену, одночасно коригуючи його надмірні прояви [10]. Ефективною може бути робота з підвищенням емоційної інтелігенції, розвитку емпатії та зниженні потреби в соціальній ізоляції, що дозволяє ветеранам краще інтегруватися в мирне життя після пережитих бойових стресів. Крім того, важливо враховувати соціальну підтримку, як ключовий фактор у процесі реабілітації [11].

Нарцисичний симптомокомплекс відіграє ключову роль у підтримці психологічної стійкості осіб, що переживають бойовий стрес, оскільки він дозволяє зберігати внутрішню силу, самооцінку та почуття власної значущості навіть у найбільш екстремальних умовах. У ситуаціях, де стандартні механізми психологічного захисту можуть виявитися недостатніми, нарцисичні риси можуть виступати важливим ресурсом для підтримки емоційної рівноваги. Це зумовлено тим, що підвищена самооцінка і ідеалізація власної особистості забезпечують стабільність і можливість діяти навіть у найскладніших умовах. Вони дають змогу індивідууму зберігати відчуття значущості та унікальності, що, в свою чергу, допомагає йому пережити травмуючі події без руйнівних

наслідків для психологічного стану [1]. У багатьох випадках нарцисичні механізми стають опорою в умовах крайньої небезпеки, коли особа вимушена приймати важливі рішення та виконувати дії, що сприяють її виживанню. Зберігаючи відчуття себе як особливого індивіда, який здатний впоратися з найбільшими труднощами, солдат може відчувати внутрішню силу і мотивацію продовжувати боротьбу.

Проте важливо зазначити, що це явище є тимчасовим і ситуативним, і з часом, при збереженні таких рис після бойових дій, НСК може перетворитися на перешкоду для ефективної соціальної адаптації в мирному житті. Ветерани, які не усвідомлюють або не готові відмовитися від цих рис, можуть стикаються з труднощами у взаємодії з іншими людьми, виникають конфлікти через переоцінку власної важливості та недостатню здатність до емпатії. Такі проблеми можуть ускладнити повернення до нормального соціального функціонування, адже реальність після війни часто не відповідає уявленням про власну велич або значущість. У таких випадках важливо враховувати наявність нарцисичних рис під час психологічної реабілітації, адже без належної корекції вони можуть сприяти розвитку соціальної ізоляції, погіршенню міжособистісних стосунків та зниженню якості життя ветеранів після бойових дій.

Негативний вплив НСК на післявоєнну адаптацію полягає в тому, що надмірне збереження нарцисичних рис може призвести до відчуження від інших людей, виникнення труднощів у взаємодії та соціальній інтеграції. Військові, які продовжують підтримувати ідеалізований образ себе навіть після повернення з бойових дій, можуть зіткнутися з труднощами у розумінні реальних меж своїх можливостей і потреб у соціальному середовищі. Це може спричинити проблеми в міжособистісних відносинах, викликати соціальну ізоляцію та вплинути на здатність налагоджувати стабільні стосунки з іншими людьми [2]. Врахування цього феномену у психологічних програмах реабілітації є важливим для ефективної допомоги ветеранам, оскільки це дозволяє розробити інтервенції, які зберігають психологічне здоров'я і водночас сприяють адаптації до мирного життя. Наприклад, програми, що спрямовані на зниження надмірної самооцінки, допоможуть стабілізувати психічний стан ветеранів, зменшити рівень соціальної ізоляції та сприяти їхній реінтеграції в суспільство.

Подальші дослідження в цій сфері допоможуть розробити більш ефективні методи підтримки та корекції нарцисичних рис у контексті посттравматичного відновлення. Такі дослідження можуть включати вивчення тривалого впливу бойового стресу на формування і закріплення НСК, а також розробку методик

психологічної допомоги, які не тільки допомагають зменшити психологічні наслідки травм, але й стимулюють розвиток здорових механізмів саморегуляції та адаптації до мирного життя. Це дозволить створити цілісні реабілітаційні програми, які враховують індивідуальні психологічні особливості кожного ветерана і допомагають йому ефективно адаптуватися до нових умов, зберігаючи при цьому психологічну стійкість і здоров'я.

### **Висновки та перспективи подальших досліджень.**

Нарцисичний симптомокомплекс (НСК) є важливим психічним феноменом, який відіграє ключову роль у підтримці психологічної стійкості осіб, що переживають бойовий стрес. Тимчасові нарцисичні риси дозволяють індивідуумам зберігати високий рівень самооцінки, відчуття власної значущості та психологічну стабільність у складних умовах екстремальних ситуацій, таких як бойові дії. Водночас, незважаючи на свою адаптивність у момент стресу, цей симптомокомплекс має потенціал для негативного впливу на післявоєнну адаптацію, оскільки може призвести до труднощів у соціальній інтеграції, викликати соціальну ізоляцію та ускладнити міжособистісні стосунки в мирному житті. Таким чином, важливо враховувати НСК у контексті психологічної реабілітації ветеранів, спрямовуючи зусилля на корекцію нарцисичних рис і адаптацію індивідуума до мирного середовища.

Подальші дослідження цього феномену відкривають перспективи для глибшого розуміння його механізмів у контексті бойового стресу та післявоєнної адаптації. Необхідно вивчити довготривалі наслідки впливу НСК на психічне здоров'я та соціальну функціональність осіб, що пережили бойові дії, а також розробити ефективні методи психологічної підтримки і корекції нарцисичних рис в рамках програм реабілітації. Крім того, важливим напрямом є вивчення індивідуальних відмінностей у розвитку НСК, оскільки ці риси можуть проявлятися по-різному у різних людей залежно від їхньої особистісної структури, стресостійкості та життєвого досвіду.

Одним з перспективних напрямків є розробка психологічних інтервенцій, які не лише допомагають знизити рівень нарцисичних проявів у посттравматичний період, а й сприяють розвитку здорових механізмів саморегуляції, що забезпечують більш ефективну адаптацію до нового соціального контексту. Важливим є також вивчення соціокультурних факторів, які можуть впливати на прояви НСК у різних групах ветеранів, а також аналіз відмінностей у реакціях на бойовий стрес у чоловіків та жінок.



Отже, подальше дослідження нарцисичного симптомокомплексу в контексті бойового стресу та післявоєнної адаптації має значення для розробки більш ефективних психологічних програм реабілітації, що можуть сприяти збереженню психічного здоров'я ветеранів та їхній успішній соціальній реінтеграції після бойових дій.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Аллен, Ф. Нарцисична особистість і її роль у післятравматичному відновленні. США, 2019. 198-213с.
2. Блек, Р. Нарцисизм і психічне здоров'я в післябойових ситуаціях. Великобританія, 2020. 172-185с.
3. Браун, А. Бойовий стрес і психологічні розлади у ветеранів. США, 2008. 87-105с.
4. Вілсон, Дж. Конфлікт і нарцисичні риси: Боротьба за психологічне здоров'я. США, 2018. 118-130с.
5. Джонсон, П. Нарцисичні риси та психологічна стійкість у ветеранів війни. США, 2010. 100-112с.
6. Гарріс, Л. Емоційний інтелект і соціальна підтримка у післявоєнній реінтеграції. США, 2017. 64-78с.
7. Грін, Т. Психологічні механізми захисту в умовах бойового стресу. США, 2015. 55-62с.
8. Картера, Д. Емоційна сила і нарцисизм у ветеранів бойових дій. США, 2017. 210-225с.
9. Міллер, Л. Нарцисизм як психологічний механізм захисту. США, 2016. 130-141с.
10. Робертс, Е. Соціальна ізоляція і нарцисизм у ветеранів після війни. США, 2019. 58-72с.
11. Сміт, Дж. Роль нарцисизму в психологічній стійкості. США, 2003. 45-60с.

*О.Г. Кирієнко*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **СИСТЕМА УПРАВЛІННЯ ОХОРОНОЮ ЗДОРОВ'Я В США: СТРУКТУРА ТА КЛЮЧОВІ АГЕНЦІЇ**

Головним органом, що регулює в США сферу охорони здоров'я, є Департамент охорони здоров'я та соціального забезпечення (Department of Health and Human Services). Очолює його міністр охорони здоров'я і соціального забезпечення, який призначається президентом США за згодою Сенату США.

Департамент включає наступні агенції:

- Центри з контролю і профілактики захворювань (Centers for Disease Control and Prevention — CDC),
- Центри з сервісів Medicare та Medicaid (Centers for Medicare and Medicaid Services — CMS),
- Національні інститути охорони здоров'я (National Institutes of Health — NIH),
- Управління з контролю за харчовими продуктами та лікарськими засобами (Food and Drug Administration — FDA),
- Управління ресурсів та служб охорони здоров'я (Health Resources and Services Administration — HRSA),
- Агентство досліджень та оцінки якості медичного обслуговування (Agency for Healthcare Research and Quality — AHRQ).

Centers for Disease Control and Prevention (CDC) є провідною науково-обґрунтованою організацією, яка надає послуги, що захищають здоров'я населення. CDC використовує науку, щоб допомагати сім'ям, підприємствам і громадам боротися з хворобами і залишатися сильними; і захистити здоров'я населення. Стратегічний план CDC на 2022-2027 рр. сприяє розвитку науки та рівності в охороні здоров'я та підтверджує відданість агентства єдиному баченню — справедливий захист здоров'я, безпеки. CDC підвищує безпеку здоров'я нації. Будучи національним агентством із захисту здоров'я, CDC рятує життя та захищає людей від загроз здоров'ю. Для виконання місії агенція проводить критичні наукові дослідження та надає інформацію про здоров'я, які

захищають США від дорогих і небезпечних загроз здоров'ю та реагує, коли вони виникають [2].

Хоча Medicare і Medicaid починалися як базові програми страхування для американців, які не мали медичного страхування, з роками вони змінювалися, щоб надати все більшій кількості американців доступ до якісної та доступної медичної допомоги, яка їм потрібна. Centers for Medicare and Medicaid Services (CMS) є федеральним агентством, яке забезпечує медичне страхування понад 160 мільйонів через Medicare, Medicaid, Ринок медичного страхування. CMS працює в партнерстві з усією спільнотою охорони здоров'я, щоб покращити якість, справедливість і результати в системі охорони здоров'я [3].

National Institutes of Health (NIH) – частина Міністерства охорони здоров'я та соціальних служб США, є національним агентством медичних досліджень, яке робить важливі відкриття, які покращують здоров'я та рятують життя [6]. NIH складається з 27 різних компонентів, які називаються інститутами та центрами. Кожна з них має власну програму досліджень, часто зосереджену на певних захворюваннях або системах організму. Усі ці компоненти, отримують фінансування безпосередньо від Конгресу та розпоряджаються власними бюджетами [7].

Food and Drug Administration (FDA) є частиною Департаменту охорони здоров'я та соціальних служб. На продукти, які регулюються FDA, припадає 20 центів з кожного долара, витраченого споживачами в США. Управління несе відповідальність за охорону громадського здоров'я шляхом забезпечення безпеки, ефективності та захисту лікарських засобів, біологічних продуктів і медичних пристроїв; а також забезпечуючи безпеку харчових продуктів, косметики та продуктів, що випромінюють радіацію. FDA також несе відповідальність за регулювання виробництва, маркетингу та розповсюдження тютюнових виробів для захисту громадського здоров'я. Також FDA несе відповідальність за розвиток громадського здоров'я, сприяючи пришвидшенню інновацій, які роблять медичні продукти ефективнішими, безпечнішими та доступнішими, а також допомагаючи громадськості отримувати точну науково обґрунтовану інформацію, необхідну їм для використання медичних і харчових продуктів для підтримки та покращення свого здоров'я. FDA також відіграє важливу роль у боротьбі з тероризмом в США. Управління виконує цей обов'язок, забезпечуючи безпеку постачання продуктів харчування та сприяючи розробці медичних продуктів для реагування на навмисні та природні загрози громадському здоров'ю [4].

Health Resources and Services Administration (HRSA) – програми HRSA надають медичну допомогу людям, які географічно ізольовані та вразливі з економічної та медичної точки зору. Сюди входять програми, які надають медичні послуги людям з ВІЛ, вагітним жінкам, матерям та їхнім родинам, малозабезпеченим, жителям сільської місцевості, американським індіанцям і корінним жителям Аляски, а також тим, хто іншим чином не може отримати доступ до високоякісної медичної допомоги. Програми HRSA також підтримують інфраструктуру охорони здоров'я, в тому числі шляхом навчання медичних працівників і розподілу їх у місцях, де вони найбільше потрібні, надання фінансової підтримки постачальникам медичних послуг та просування телемедицини. Крім того, HRSA здійснює нагляд за програмами надання знижок на ліки, що відпускаються за рецептом, для постачальників систем безпеки, сприяння трансплантації органів, кісткового мозку та пуповинної крові, компенсації особам, які постраждали від вакцинації, та збереження даних про виплати медичних зловживань. Візією HRSA є здорові громади та здорові люди. Місією HRSA є поліпшення показників здоров'я за рахунок доступу до якісних послуг, кваліфікованої робочої сили охорони здоров'я та інноваційних, цінних програм [5].

Agency for Healthcare Research and Quality (AHRQ). Метою AHRQ є підвищення якості, відповідності та ефективності медичних послуг, а також доступу до таких послуг шляхом створення широкої бази наукових досліджень і сприяння вдосконаленню клінічних практик і практик системи охорони здоров'я, включаючи профілактику захворювань та інших станів здоров'я. Дані та аналіз AHRQ допомагають особам, які приймають рішення в галузі охорони здоров'я, зрозуміти, як працює система охорони здоров'я США та де є можливості для її вдосконалення. Інтерактивні інструменти візуалізації даних AHRQ дозволяють дослідникам, політикам, керівникам охорони здоров'я та іншим переглядати візуальні зображення тенденцій у сфері охорони здоров'я. AHRQ звітує про якість і відмінності в охороні здоров'я протягом двадцяти одного року. У Національному звіті про якість та відмінності в охороні здоров'я (National Healthcare Quality and Disparities Report (NHQDR) представлено тенденції щодо заходів, пов'язаних із доступом до медичної допомоги, доступною медичною допомогою, координацією медичної допомоги, ефективним лікуванням, здоровим способом життя, безпекою пацієнтів та індивідуально-орієнтованою допомогою. Мета полягає в тому, щоб допомогти державним чиновникам та їхнім партнерам у державному та приватному секторах краще зрозуміти якість

охорони здоров'я та відмінності в їхньому штаті. NHQDR оцінює ефективність систем охорони здоров'я та визначає сильні та слабкі сторони, а також розбіжності щодо доступу до медичної допомоги та якості медичної допомоги.

Якість описується з точки зору шести пріоритетних областей: безпека пацієнтів, особистісно-орієнтована допомога, координація допомоги, ефективне лікування, здоровий спосіб життя та доступність допомоги. NHQDR базується на майже 700 показниках із більш ніж 30 джерел даних про якість і відмінності, що охоплює широкий спектр медичних послуг і установ. Інструменти даних AHRQ містять понад 400 заходів. [1].

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Agency for Healthcare Research and Quality. URL: <https://www.ahrq.gov/>
2. Centers for Disease Control and Prevention. URL: <https://www.cdc.gov/about/cdc/index.html>
3. Centers for Medicare and Medicaid Services. URL: <https://www.cms.gov/about-cms>
4. Food and Drug Administration. URL: <https://www.fda.gov/about-fda/what-we-do#mission>
5. Health Resources and Services Administration. URL: <https://www.hrsa.gov/about>
6. National Institutes of Health. URL: <https://www.nih.gov/about-nih/who-we-are>
7. National Institutes of Health. URL: <https://www.nih.gov/about-nih/who-we-are/organization>

*А.С. Кравченко*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТА ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ФУТБОЛІСТІВ РІЗНИХ ІГРОВИХ АМПЛУА НА ЕТАПІ СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ**

Фізична та функціональна підготовленість футболістів є ключовими аспектами у формуванні їхньої спортивної майстерності, особливо на етапі спеціалізованої базової підготовки. Цей період відіграє визначальну роль у підготовці юного футболіста до майбутньої професійної кар'єри, адже саме в період спеціалізованої базової підготовки відбувається активне становлення функціональних систем організму, удосконалюється техніка, формується ігрове мислення, а також починається глибша адаптація до навантажень з урахуванням індивідуальних особливостей.

У футболі, як і в інших командних іграх, успіх залежить не лише від загальної фізичної підготовки, а й від здатності спортсмена виконувати специфічні функції, властиві його ігровому амплуа. Тому вивчення фізичної та функціональної підготовленості гравців залежно від амплуа має практичну значущість як для побудови навчально-тренувального процесу, так і для оптимізації індивідуальних фізичних навантажень.

Кожне ігрове амплуа у футболі вимагає специфічного розвитку певних фізичних якостей. Захисники зазвичай мають добре розвинену силову витривалість, високий рівень м'язової сили, що необхідно для запобігання атакам суперника та не допускання пропущених голів, блокування ударів. Півзахисники, зокрема центральні, характеризуються високим обсягом бігового навантаження та змін темпу м'язової роботи. Вони потребують добре розвиненої загальної і спеціальної витривалості, а також швидкості у прийнятті рішень і передачі м'яча. Нападники — це гравці з вибуховою швидкістю, гарною реакцією, спритністю та точністю, оскільки вони повинні завершувати атаки, часто перебуваючи у ситуації тиску та обмеженого простору [2, с. 45].

Функціональна підготовка є важливим компонентом загального тренувального процесу. Вона охоплює розвиток аеробних та анаеробних можливостей організму, адаптацію серцево-судинної, дихальної та нервової

систем до специфічних вимог футбольного матчу. Відомо, що футболісти під час гри пробігають від 8 до 12 км, з них 10–20% — у високому темпі, включаючи ривки, прискорення, уповільнення, стрибки тощо. Тому спортсмен повинен мати достатній високий рівень функціональної підготовленості, щоб мати можливість постійно змінювати інтенсивності навантаження [5, с. 52].

Сучасні методики передбачають тестування функціонального стану спортсменів за допомогою GPS-моніторингу, газоаналізу, пульсометрії, визначення лактатного порогу та ін, що дозволяють оцінити готовність футболіста до виконання навантаження в реальних умовах матчу. Зокрема, показники  $VO_{2max}$ , ЧСС у спокої та відновлення після навантаження є ключовими при побудові індивідуального навчально-тренувального процесу футболістів [3, с. 60].

Окрім фізичних і функціональних показників, важливим є психологічний стан гравця. Психофізіологічна підготовка допомагає гравцям справлятися з ігровими стресами, мобілізуватись у вирішальні моменти, зберігати концентрацію уваги і витримку. Наприклад, воротарі повинні мати високий рівень реакції, антиципації, зорової уваги. Для нападників — це швидкість прийняття рішень, а для захисників — тактичне мислення й передбачення дій суперника [1, 2].

На етапі спеціалізованої базової підготовки юні футболісти знаходяться в пубертатному періоду онтогенезу, коли відбувається інтенсивний ріст та розвиток організму, а також формуються основи ігрової спрямованості та інтенсивний розвиток витривалості, тому важливо уникати перенавантажень, які можуть призвести до травм або стану перетренованості. Індивідуалізація підготовки має враховувати морфофункціональні особливості кожного гравця: будову тіла, функціональні можливості організму, рівень технічної підготовки, біомеханічні характеристики тощо [4].

Важливо також вивчати амплуа як динамічне явище: сучасний футбол вимагає універсальності. Наприклад, центральний півзахисник може швидко перебудовуватись на оборону, а фланговий захисник — активно підтримувати атаку. Це потребує комбінованої підготовки, де в єдину систему поєднуються швидкість, сила, витривалість, координація, техніка володіння м'ячем і тактичне мислення.

Часто в практиці спорту, в тренувальному процесі використовують моделі вправ, що імітують ігрові ситуації. Зокрема, вправи з обмеженням простору та часу, симуляції ігрових епізодів, багатозадачні вправи зі зміною векторів руху.

Це дозволяє краще сформувати адаптацію до функціонального навантаження в матчах [4].

Позитивний ефект дає поєднання загальної фізичної підготовки з функціональними вправами: біг з інтервалами, наприклад «футбольна піраміда» (біг на 10, 20, 30...100 м з паузами), яка полягає у бігу дистанції, яка спочатку зростає, як східці піраміди, а потім зменшується у зворотному порядку дистанція з паузами, а також вправи на витривалість зі зміною напрямку, повторні спринти зі скороченим відновленням. Для нападників корисними є вправи на вибухову силу з м'ячем і без. Для захисників — змагальні вправи в парі, які розвивають силу й витривалість [3].

Як вже було зазначено, що однією з центральних задач тренера є правильне планування тренувального процесу в залежності від мети спортивної підготовки, враховуючи ігрове амплуа юних спортсменів. Для прикладу, центральний півзахисник повинен демонструвати стійкість до тривалих інтервальних навантажень — для цього ефективним є використання інтервального бігу у форматі  $4 \times 4$  хв на 90–95% ЧСС з 3-хвилинною паузою. Для захисників, доцільно використовувати вправи на силову витривалість (випади з гантелями, станова тяга, тяга до пояса) з великою кількістю повторень (15–20), а також вправи з опором — тренування з мішками, канатами, шинами. Нападникам важливо тренувати вибухову силу: пліометричні стрибки (на тумбу, з місця), штовхання ваги, прискорення на коротких дистанціях 10–20 м, а також ситуаційні спринти з раптовою зміною напрямку. Флангові гравці, що діють по краях поля, мають найбільше прискорень за гру, тому їм потрібно систематично тренувати швидкісну витривалість — біг «змійкою», багатоскок, багатонапрямні старту зі свистком, вправи на швидке прийняття рішення (реактивний біг на колір/сигнал) [3].

Роль тренера в цьому процесі полягає у постійному моніторингу фізичного стану спортсменів, корекції навантажень, психологічній підтримці, створенні комфортного та водночас вимогливого мікроклімату в команді [5]. Також важливим є контроль за сном, харчуванням, рівнем стресу, що безпосередньо впливає на відновлення [2].

Також необхідно звернути увагу на соціальне та психологічне середовище спортсмена. Успішна реалізація фізичної підготовки неможлива без належного клімату в команді, підтримки з боку батьків, тренерів, клубу. Роль тренера у цьому процесі часто перевищує технічну функцію — він виступає ментором,



психологом, мотиватором. Правильна комунікація, індивідуальна увага до потреб футболістів — запорука їхнього гармонійного розвитку.

Загалом, тренувальний процес у футболі на етапі спеціалізованої базової підготовки — це складна, багатфакторна система, що включає: розвиток фізичних якостей, функціональної готовності, психологічної стабільності, тактичного мислення та технічної майстерності. Без урахування амплуа, віку, стану здоров'я, можливостей команди та тренера — говорити про ефективність підготовки неможливо.

Таким чином, на етапі спеціалізованої базової підготовки, фізична та функціональна готовність футболістів повинні формуватись з урахуванням індивідуальних потреб, амплуа, вікових особливостей та специфіки гри. Комплексний підхід дозволяє досягти оптимального балансу між навантаженням і відновленням, а також формує передумови для професійного розвитку спортсмена.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Бабій Л.М. Психологія спорту: ментальна підготовка спортсменів. — Київ: Олімпійська література, 2020. — 232 с.
2. Іванченко В.С. Стрес і фізична працездатність: посібник для тренерів. — Харків: Спортпрес, 2019. — 168 с.
3. Коваль Н.І. Адаптивні методики тренувань в умовах кризи // Фізичне виховання і спорт. — 2023. — №2. — С. 17–22.
4. Радченко І.В. Функціональна підготовка у футболі: методичні рекомендації. — Київ: НУФВСУ, 2018. — 104 с.
5. Черненко Ю.В. Інновації у спортивній підготовці в умовах війни // Молодий вчений. — 2023. — №9 (121). — С. 51–55.

*Р.А. Кравченко, І.С. Олійник*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **СУЧАСНІ МЕТОДИ ТА ЗАСОБИ ФОРМУВАННЯ У ШКОЛЯРІВ ІНТЕРЕСУ ДО ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ**

**Вступ.** Розвиток національної системи освіти активізував педагогічні дослідження, зокрема у напрямі вдосконалення організації навчально-виховного процесу. Цей процес охоплює практичні дії, такі як планування, педагогічний аналіз, коригування, збір і аналітичне оцінювання інформації, контроль і стимулювання. Наукове обґрунтування управління школою та освітнім процесом почало активно формуватися лише протягом останніх 20-25 років.

Однією з умов ефективного проведення уроків фізичної культури є стимулювання пізнавального інтересу учнів під час занять. Оскільки ця діяльність здійснюється на початку уроку, саме її якість значною мірою визначає результативність усього заняття.

Актуальність проблеми полягає у вивченні можливостей застосування ігрових методів для активізації пізнавального інтересу під час уроків фізичного виховання.

**Метою** є проаналізувати сучасні методи та засоби формування у школярів інтересу до фізичної культури.

**Методи дослідження.** Нами був проведений аналіз та узагальнення даних науково-методичних літературних джерел і мережі «Інтернет» з проблеми дослідження.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Як складова частина загальної системи фізичного виховання суспільства, фізичне виховання дітей та молоді реалізується в межах соціальних програм, спрямованих на підготовку молодого покоління до активного й творчого життя. Цей процес передбачає оволодіння певними духовними та матеріальними цінностями фізичної культури, що закладені в навчальних програмах і реалізуються у спеціально організованому педагогічному процесі [5, с. 265].

У роботі з учнями застосовуються методи переконання, демонстрація особистого прикладу, заохочення до участі у спортивних заходах тощо. Методики, що використовуються на уроках, спрямовані на усвідомлення

значущості фізичних вправ, формування мотивації до занять фізичною культурою, а також розвиток навичок самостійного тренування [1, с. 47].

Процес формування інтересу до фізичної культури має поєднувати словесні впливи на свідомість учнів із практичними методами: демонстрацією, повторенням та перевіркою рівня засвоєння матеріалу, розумінням змісту вправ та їх ролі у повсякденному житті. Спершу використовуються пояснювальні методи, далі – показ вправ, а завершальним етапом є інструктування, спрямоване на підготовку до самостійних занять [2, с. 17].

На наступних уроках учням пропонуються завдання, які мають сприяти формуванню внутрішніх мотивів до самостійних занять фізичною культурою. З метою закріплення теоретичних знань і практичних умінь вводяться домашні завдання, ведення щоденників самоконтролю, де фіксуються результати, спостереження та приклади впливу вправ на загальне самопочуття. Аналіз таких щоденників та спостереження за учнями свідчать, що у багатьох формується стійкий інтерес до фізичних занять. Учні, які досягають кращих результатів, позитивно впливають на ставлення однолітків до навчання та громадсько корисної діяльності [4, с. 22].

Ключовим показником ефективності уроків фізичної культури є рівень сформованого інтересу учнів до занять фізичними вправами. При цьому враховується стійкість цього інтересу, його спрямованість на самостійну фізичну активність, покращення фізичної підготовленості, зростання рівня знань, умінь і навичок з предмета «Фізична культура», а також готовність учнів до самостійних занять.

Виховання інтересу до фізичної культури здійснюється як під час основних занять, передбачених режимом дня, так і в процесі позакласної та позашкільної роботи. Бажано, щоб більшість щоденних фізичних активностей проводилися в ігровій формі. Такий підхід сприяє запобіганню перевантаження учнів, забезпечує активне відновлення й сприяє їхньому гармонійному фізичному розвитку та вдосконаленню рухових навичок.

Доцільно регулярно проводити ранкову гімнастику, фізкультхвилинки, спортивні та рухливі ігри під час перерв, а також впроваджувати домашні завдання з фізичної культури. Особливо популярними серед учнів є секції з футболу, футзалу, плавання, боротьби та легкої атлетики. Важливо також залучати школярів до участі в роботі спортивних клубів за інтересами [5, с. 89].

Форми клубної діяльності сприяли формуванню цілеспрямованого інтересу підлітків до бігу та потреби в регулярних заняттях фізичною культурою.

Організація вільного часу має базуватися на чітких індивідуальних та колективних завданнях, з обов'язковим плануванням занять на кожен день, зокрема в період канікул. Колективні форми занять набувають особливої цінності як ефективний засіб розвитку самостійності, ініціативності та соціальної активності учнів [3, с. 204].

У процесі формування в підлітків інтересу до занять фізичною культурою важливу роль відіграє тісна взаємодія між школою та родиною. Вчителі мають допомагати батькам опановувати необхідні методичні знання, заохочувати їх до виконання ролі тренера, популяризувати створення фізкультурних традицій як у школі, так і в родині, а також сприяти спільній участі у спортивних заходах. Одним із ефективних прикладів є конкурси на звання «Краща спортивна сім'я», які проводяться під час зимових і весняних канікул [1, с. 182].

Для батьків, які недостатньо приділяють увагу фізичному розвитку дітей, доцільно організовувати як індивідуальні, так і групові консультації. Така робота зазвичай викликає інтерес до запровадження щоденників самоконтролю за руховою активністю дітей. Ці щоденники є корисними для вчителів, оскільки дають змогу краще зрозуміти індивідуальні потреби учнів у фізичному навантаженні та допомагають у формуванні стійкого інтересу до занять фізичними вправами в домашніх умовах [4, с. 20].

Спільна діяльність школи й родини стимулює залучення батьків до складання індивідуального плану занять і контролю за його виконанням, що сприяє зростанню активності дітей під час фізичних вправ. У багатьох сім'ях діти разом з батьками виконують ранкову гімнастику, беруть участь у прогулянках і походах, займаються фізичними вправами та спортивними іграми у вільний час. Особливо активізується фізкультурно-масова діяльність у таких родинах під час зимових і літніх канікул.

**Висновки.** Отже, існують різноманітні методи стимулювання до зайняття фізичними вправами. Серед них можна виокремити демонстрацію позитивних впливів фізичних навантажень, пробудження інтересу до нових занять, інтерактивні форми секційних уроків, можливість самоствердитися в соціумі і в змаганні з ровесниками. Значною мотивацією також є прагнення до естетичного вигляду та фізичної привабливості; збереження здоров'я, розвиток кар'єрних перспектив, наслідування відомих осіб, а також проведення приємного і корисного дозвілля разом з друзями.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Арєф'єв В.Г., Єдинак Г.А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту): навчальний посібник для студентів навчальних закладів II–IV рівнів акредитації. 3-є вид., перероб. і доп. Кам'янець-Подільський: ПП Буйницький О. А., 2020. 248 с.
2. Безверхня Г.В. Формування мотивації до самовдосконалення учнів загальноосвітніх шкіл засобами фізичної культури і спорту: методичні рекомендації (для вчителів фізичної культури). Умань: Вид-во Уманського держ. пед. ін-ту, 2022. 52 с.
3. Лозова В.І. Пізнавальна активність школярів. Харків: Основа, 2021. 348 с.
4. Остапенко О. Виховання в учнів 8-9 класів інтересу до занять фізичною культурою. Фізичне виховання в школі. 2019. № 2. С. 19-23.
5. Островерхова Н.М. Аналіз уроку: концепції, методики, технології. Київ: Фірма ІНКОС, 2023. 352 с.

***К.О. Кульчинська***

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## ІНКЛЮЗИВНА ФОРМА НАВЧАННЯ В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ

**Анотація:** Стаття присвячена вивченню питання інтегрування дітей з особливими освітніми потребами у шкільне середовище. Автор аналізує позитивний вплив інклюзивної освіти на середовище молодших школярів та їх родини. Аналізуючи поведінкові зміни цього вікового етапу стає зрозумілим необхідність спільного навчання нормо типових дітей та дітей з особливими освітніми потребами.

**Ключові слова:** Молодший шкільний вік, інклюзія, інклюзивна форма навчання, діти з особливими освітніми потребами.

**Anotation:** The article is devoted to the study of the issue of integration of children with special educational needs into the school environment. The author analyzes the positive impact of inclusive education on the environment of younger pupils and their families. Analyzing the behavioral changes of this age stage, it

becomes clear the need for joint education of normally typical children and children with special educational needs.

**Keywords:** Primary school age, inclusion, inclusive form of education, children with special educational needs.

**Актуальність теми:** Сучасний розвиток нашої держави висуває високі вимоги соціального, психологічного, інтелектуального й духовного розвитку дитини та її толерантного ставлення до оточуючих. Забезпечення гармонізації міжособистісних стосунків набуває великого значення. За останні роки тема інклюзивної освіти набула актуальності. У молодшому шкільному віці центром психічного розвитку дитини стає формування всіх психічних процесів (пам'яті, уваги, мислення, організації діяльності). Протягом усього молодшого шкільного віку дитина вчиться керувати своєю поведінкою, психічними процесами.

На прикладі допомоги своєму товаришу, педагог має змогу відкрити в повній мірі для дітей такі якості як доброта, співпереживання, чуйність, радість за досягнення іншого, вміння розуміти потреби іншого та надавати слушну допомогу.

**Мета дослідження:** Теоретичне обґрунтування і визначення шляхів можливого вирішення проблеми розвитку молодших школярів в інклюзивному середовищі шляхом вироблення навичок співчуття, толерантності, підтримки та соціалізації.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій:** Наукові розвідки вітчизняних і зарубіжних фахівців розкривають загальнотеоретичні та організаційно-педагогічні аспекти проблеми інклюзивної освіти (Н.П.Артюшенко, Віт.І.Бондар, Л.В.Будяк, І.В.Дмитрієва, А.А.Колупаєва, Т.В.Сак, В.М.Синьов, М.М.Семаго, А.Ю.Чигрина, А.Г.Шевцов та інші); питання психологічної готовності дітей із психофізичними порушеннями та їх здорових однолітків до спільного навчання, попередження виникнення „соціальних вивихів” та пов’язаних з ними вторинних відхилень у розвитку (Н.Л.Белопольська, Є.Є.Дмитрієва, А.М.Конопльова, І.А.Коробейніков, Н.М.Назарова, Т.О.Соловйова, Є.А.Стребелева, М.О.Супрун, У.В.Ульєнкова, Н.Д.Шматко, Л.М.Шипіцина та ін.); особливості психолого-педагогічного супроводу в умовах інклюзії (С.П.Миронова, С.В.Сорокоумова) та створення інклюзивного середовища (Т.Г.Зубарева, С.Ю.Кондратьєва, Л.Є.Олтаржевська); формування професійної готовності педагогів до інклюзивної освіти (Т.Г.Зубарева, С.П.Миронова, І.Г.Россіхіна, Є.Г.Самарцева, І.Н.Хафізулліна, М.К.Шеремет, Ю.В.Шуміловська та ін.); проблеми правового статусу дітей з обмеженими

можливостями здоров'я у сфері сучасної освіти (М.О.Супрун, Н.А.Теплова, О.Ю.Шинкарьова); формування міжособистісних стосунків в інклюзивних групах (Н.Ю.Белова, Ю.А.Ільїна) тощо.

**Головна частина:** Початок шкільного життя є важливим етапом розвитку дитини. Шкільне середовище займає важливе місце в розпорядку дня. Проводячи у школі велику частину свого часу діти навчаються взаємодіяти та вибудовувати соціальні зв'язки. Також починають перебудовуватися пізнавальні процеси.

Цей період підготовлений як рівнем розвитку психіки і особистості дитини, так і дозріванням її організму.

Соціальна ситуація психічного розвитку молодшого школяра відзначається системою вимог і очікувань дорослих щодо інтеграції дитини в шкільне середовище. У взаємовідносинах змінюється позиція як дитини, так і дорослих, насамперед, батьків. Найавторитетнішою особою серед оточуючих стає вчитель.[2, с.348]

Моральні почуття виявляються у формі симпатії, дружби, товарищескості, обов'язку, гуманності.[2, с.365]

Важливість освітніх інтеграційних процесів підкреслював Л. Виготський. Він вказував на необхідність створення такої системи навчання, яка б органічно пов'язувала спеціальне навчання з навчанням дітей з нормальним розвитком.[4, с. 65]

Навчання в інклюзивних освітніх закладах корисне як для дітей з особливими освітніми потребами (ООП), так і для інших дітей, членів родин та суспільства в цілому. Взаємодія зі здоровими дітьми сприяє когнітивному, фізичному, мовному, соціальному та емоційному розвитку дітей з ООП. При цьому діти з типовим рівнем розвитку демонструють відповідні моделі поведінки дітям з ООП і мотивують їх до розвитку та цілеспрямованого використання нових знань і вмінь. Взаємодія між учнями з ООП та іншими дітьми в інклюзивних класах сприяє налагодженню між ними дружніх стосунків. Завдяки такій взаємодії діти вчаться природно сприймати і толерантно ставитися до людських відмінностей, вони стають більш чуйними, готовими до взаємодопомоги.

Інклюзивні підходи також корисні для сім'ї. В цьому випадку родини дітей з особливими освітніми потребами можуть отримувати підтримку з боку інших батьків, вони краще розуміють, у чому розвиток їхніх дітей типовий, а в чому атиповий, а також беруть активнішу участь у процесі навчання і виховання.

Вчителі інклюзивних класів глибше розуміють індивідуальні відмінності й особливості дітей, а також ефективніше співпрацюють з батьками та іншими фахівцями. Інклюзивна система освіти також корисна із суспільної точки зору, оскільки завдяки спільному навчанню діти змалку вчаться розуміти і толерантно ставитися до людських відмінностей.[5, с. 14]

Згідно з досліджень проєкту «Супровід урядових реформ в Україні», проаналізували вплив інклюзивної освіти на всіх учасників освітнього процесу, респонденти-представники різних цільових груп підкреслили користь навчання дітей з ООП для всіх учнів інклюзивного класу. 80% керівників ЗЗСО, які взяли участь в дослідженні, зазначили, що через інклюзивне навчання виховується толерантність, гуманність, співчуття у інших дітей класу та школи. Вчителі, асистенти вчителів та батьки звернули увагу, що учні інклюзивного класу емпатійніше сприймають дитину з ООП та частіше готові відгукнутися на її потреби чи допомогти їй в порівнянні із учнями інших (не інклюзивних) класів, що впливає на суспільні та культурні зміни в напрямку до більш інклюзивного суспільства.

Крім того, батьки наголошують, що досвід присутності та участі у звичному житті осіб з ООП, є фактором, що може допомогти сприйняти обмеження життєдіяльності, які можуть трапитися у житті будь-якої людини. [3, с.57]

Основні напрями інклюзивного виховання за К.І. Варемус визначаються складниками всебічного розвитку особистості. Ними є: громадське, розумове, моральне, екологічне, статеве, правове, трудове, естетичне, фізичне та економічне виховання. [1, с.23]

**Висновок:** У сучасному суспільстві тема толерантності стає все значущою. Процес інтегрування людей з різними формами інвалідності вже не є чимось дивним та не припустимим. В усьому світі темі інклюзії надають все більше уваги. Особливо важливо інтегрувати у суспільство дітей з інвалідністю, адже чим раніше дитина почне жити більш повноцінним життям, тим більше в неї шансів у майбутньому вести більш комфортний та повноцінний спосіб життя. Але не завжди члени суспільства готові приймати таких людей. Вони їм здаються дивними, не зрозумілими. Навколо людей з інвалідністю існує багато не правдивих міфів, страхів та непорозумінь. Суспільству важко сприймати когось, хто відрізняється від більшості. В нашій країні через сталі пострадянські стереотипи люди з інвалідністю нерідко піддаються булінгу та глузуванню. Саме тому так необхідно ще змалечку навчати дітей, що інвалідність не є чимось



страшним та небезпечним. Що це звичайні люди, як і вони, які мають деякі особливості. Приділяючи особливу увагу дітям з інклюзивною формою навчання, ми матимемо нове покоління, покоління яке не буде поділяти людей за вадами, расою, чи якимись іншими відмінностями, адже з малечку діти спостерігають, що люди можуть бути різними.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Варемус К.І. Пізнавальні завдання для формування моральних норм і цінностей в учнів початкових класів / К.І. Варемус // Початкова школа - 2013. - № 8. - С. 53-56.
2. Дуткевич Т.В. Дитяча психологія. Навч. посіб. / Т.В. Дуткевич - К.: Центр учбової літератури, 2012. - 424с.
3. Звіт за результатами щодо доступу дітей з особливими освітніми потребами до інклюзивної освіти у Львівській області [Електронний ресурс] / Режим доступу: [https://mon.gov.ua/storage/app/media/inkluzyvne-navchannya/2021/04/02/Doslidzhennya\\_dostupu\\_do\\_inkluzyvnoyi\\_osvity\\_2\\_02\\_04.pdf](https://mon.gov.ua/storage/app/media/inkluzyvne-navchannya/2021/04/02/Doslidzhennya_dostupu_do_inkluzyvnoyi_osvity_2_02_04.pdf)
4. Колупаєва А.А. Інклюзивна освіта: від основ до практики: монографія / А.А. Колупаєва, О.М. Таранченко - К. : ТОВ «АТОПОЛ», 2016. - 152 с. - (Серія «Інклюзивна освіта»)
5. Основи інклюзивної освіти. Навчально-методичний посібник / за заг. ред. Колупаєвої А.А. - К.: «А.С.К.», 2012. - 308 с.

*Л.Ф. Мержева*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

### ПОДОЛАННЯ СЦЕНІЧНОГО ХВИЛЮВАННЯ ЯК ПЕРЕДУМОВА ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ТА ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНЬОГО ПЕДАГОГА-ДИРИГЕНТА

Становлення України як європейської демократичної держави в період зовнішньополітичної та економічної нестабільності потребує підготовки висококваліфікованих компетентних фахівців. Зміцнення здоров'я і

вдосконалення системи його охорони є світовою проблемою сьогодення, що знаходить відображення в національних та офіційних документах Всесвітньої організації охорони здоров'я. Тому українська політика в галузі охорони здоров'я та освіти XXI ст., спрямована на зменшення захворюваності та збільшення тривалості якісного життя.

Кожен сучасний педагог-музикант стикався з проблемою сценічного хвилювання та необхідністю його подолання і це є незаперечним фактом. Найбільш гостро відчують цю проблему здобувачі вищої освіти, які ще не мають достатнього досвіду сценічних виступів. Вони проявляють підвищену тривожність перед прилюдними виступами і не володіють прийомами емоційно-вольової саморегуляції.

Критичне ставлення аудиторії до якості співу та гри на інструментах, а також вміння володіти ораторським мистецтвом зумовлюють значущість проблеми сценічного хвилювання у підготовці майбутнього вчителя музичного мистецтва. Наряду з набутим досвідом вокального виконавства та інструментальної гри не меншого значення набуває володіння навичками емоційно-вольової саморегуляції та забезпечення успішності в прилюдних виступах і в навчанні студентів, які готуються як до викладацької, так і до виконавської діяльності.

Проблема подолання сценічного хвилювання під час концертного виступу висвітлюється в наукових доробках багатьох сучасних вчених-науковців В працях сучасних педагогів-музикантів, таких як Л. Баренбойма, Л. Когана, Г. Нейгауза, С. Савшинського та ін., а також зарубіжних – К. Мартінсена, Г. Клікштайна, Дж. Горрі та ін. висвітлюються психолого-педагогічні складові підготовки студентів до концертних виступів Аналіз наукових досліджень свідчить про те, що молоді фахівці в своїй більшості не готові до сценічного виступу їм заважає відсутність емоційно-вольових якостей.

Саме вокально-хорова діяльність з поміж інших видів музичної активності характеризується терапевтичним потенціалом і здійснює найбільш суттєвий гармонізуючий і оздоровчий вплив на особистість (дослідження І. Малошевської, Є. Фролова, І. Харченка). Дотичними питанням здоров'язбереження майбутніх вчителів музичного мистецтва науковці визначають проблеми удосконалення психологічної витримки, здатності майбутніх вчителів музичного мистецтва до емоційно-вольової саморегуляції, творчого самовияву, натхненної виконавської діяльності (О. Гладченко, А. Реброва, В. Костюков,), дослідження в галузі здоров'язбереження, музикотерапії

та вокалотерапії (Ю.Бойко, Л. Василенко, О.Ващенко, Б. Далинський, Г. Побережна, Ю. Степанюк).

Спостереження останніх десятирічь визначають головні причини погіршення здоров'я молоді: фізичні та психологічні перевантаження, стреси, втома, висока відповідальність та психоемоційне виснаження і як наслідок – погіршення стану здоров'я. Однак слід зазначити, що проблема вокально-хорової підготовки студентів педагогічних університетів до виконавської прилюдної діяльності з погляду подолання підвищеної тривожності та сценічного хвилювання не отримала належного висвітлення в науковій та методичній літературі сьогодення.

Основою будь-якого концертного виступу є емоційне напруження і як наслідок цього виникає сценічне хвилювання. Емоційне напруження є запорукою успішної виконавської діяльності, без якого неможливо прийти в стан емоційного тону, творчого піднесення, яке могло б заразити й залучити слухачів до переживання музичного твору.

Особистий оптимальний рівень емоційного збудження у кожного музиканта-виконавця різний, але він дає змогу найуспішніше реалізовувати творчий задум композитора. Однак, якщо особливий стан душі створюється тоді, коли виникає передумови для цього, а саме коли емоційне збудження досягає оптимального рівня, тоді виступ стає яскравим та цікавим. У кожного музиканта-виконавця є власний оптимальний рівень емоційного збудження, що дозволяє йому успішно реалізовувати творчий задум. Від уміння керувати своїм емоційним станом на сцені багато в чому залежить ефективність підготовки до концерту, а стабільність та психологічна стійкість стають необхідними якостями творчості музиканта-виконавця. Саме ці якості мають формуватися у майбутніх музикантів-виконавців.

Сучасні психологи вважають, що невміння контролювати свої емоції та відсутність навичок управління своєю емоційно-вольовою сферою становить проблему виникнення сценічного хвилювання під час концертного виступу.

Емоційно-вольовий компонент у діяльності хормейстера проявляється дуже плідно та масштабно. Він пов'язаний із ставленням диригента до хорової музики як виду мистецтва, як загальнолюдської, художньої та особистісної цінності, оскільки через це мистецтво здійснюється процес спілкування з минулим та сучасним, усвідомлюється безсмертне поняття любові, краси і добра; закріплюються позитивні емоційні стани, "інтелектуальні" почуття, проявляються емоційно-естетичні контакти учасників творчої взаємодії.

Емоційно-вольовий компонент присутній на всіх етапах діяльності педагога-диригента: в пошуках репертуару, керівництва колективом у репетиційному процесі та концертному виступу. Він спрямований на мобілізацію знань, практичних вмінь та навичок суб'єктів творчого процесу, на активізацію розвитку їх творчих здібностей у взаємозв'язку з їх емоційною культурою.

Сценічне хвилювання полягає в невизначеності, непередбачуваності суспільної реакції, а в деяких випадках у перебільшеному побоювання негативної реакції будь-яких конкретних особистостей: такий педагог негативно налаштований, якийсь член комісії дуже суворий, такий екзаменатор «чіпляється», інший відрізняється упередженістю до музиканта-виконавця. Виступи на концертах, іспитах – це поле діяльності, яке для музиканта-виконавця повністю непередбачуване і тому повне невизначеності. У цьому сенсі і майбутній виступ у концерті представляє для музиканта-виконавця проблемну ситуацію, що у непередбачуваності реакції публіки.

Для того, щоб вдало виступити на концерті музикантові-виконавцю необхідно бути у стані стабільної сценічної готовності. Стабільний сценічний стан за своїми психологічними параметрами відповідає тому, що у спортсменів називають стабільний бойовий стан. Одним із найважливіших показників стабільного емоційного стану перед виступом на сцені може бути частота серцевих скорочень, яку кожен музикант-виконавець має знайти у себе під час вдалих та невдалих виступів.

Для підготовки музиканта-виконавця до концертного виступу, на нашу думку, велике значення має феномен саморегуляція. Прийоми саморегуляції – важливий компонент психологічної підготовки виконавця до концертного виступу. Шляхом самонавіювання виконавець здатний значно змінити свій психічний стан. Психічні образи, доволіно актуалізовані людиною, можуть мати такий же вплив, як і реальні об'єкти. Для саморегуляції характерні такі явища як думки, почуття, потреби, вподобання, ілюзії, настрої.

У хоровому виконавстві, як активній формі музичного сприйняття співаків під час концертного виступу, саморегуляцію можна віднести до стихійного процесу, тому основна задача керівника хорового колективу - перетворити його в організаційний. Ця думка обґрунтовується тим, що колективна творча діяльність диригента й виконавців підпорядкована єдиній меті - відтворенню художнього задуму композитора.

Психологічна підготовка до майбутнього виступу має стати складовою

загального педагогічного завдання виховання майбутнього музиканта-музиканта.

Виконавські переживання народжуються і розвиваються у диригента і хору задовго до концертного виступу під час репетиційної роботи. Творча діяльність диригента і хору в концертному виступі, має свої особливості, відмінні від їх проявів на репетиціях. Загальновідомі випадки, коли яскраві результати, досягнуті в репетиційній роботі, потім не реалізуються в умовах концерту. Публічні виступи завжди оцінюються з боку інших людей, які можуть підвищити або знизити самооцінку виконавця.

В умовах концертного виступу студента-хормейстера крім публіки оцінює кваліфікаційна комісія, що створює додаткове психологічне напруження, тому вважаємо за необхідне звернути увагу саме на психологічну підготовку студента-хормейстера до концертного виступу, яка полягає в подоланні наступних бар'єрів концертного виконання.

Так як диригент відповідальний не тільки за себе, але і за колектив, то для хору також необхідне творче налаштування, таким є ретельне розспівування безпосередньо перед концертом. Його мета – зосередити увагу хору, розігріти уяву і почуття, зміцнити виконавську волю, нагадати про найбільш відповідальні і важкі місця в програмі, пристосуватися до акустики залу, провести настройку хорового строю, ансамблю, режиму дихання. Завдання диригента – ретельно зосередити колектив перед виходом на сцену.

Для ефективного подолання сценічного хвилювання музикантів-виконавців та успішного концертного виступу важливо впроваджувати здоров'язбережувальні технології у їх підготовку, а саме:

1. Розробку спеціалізованих тренінгів з управління стресом та саморегуляції.
2. Індивідуалізацію програм підготовки, враховуючи особистісні особливості кожного диригента.
3. Регулярний моніторинг стану здоров'я та психоемоційного стану диригентів.
4. Постійний професійний розвиток у напрямку психологічної стійкості та управління емоціями.

Отже, сценічне хвилювання є природною реакцією педагога-музиканта на високе емоційне та професійне навантаження під час концертних виступів. Впровадження здоров'язбережувальних технологій для подолання сценічного хвилювання у педагогів-музикантів є важливим аспектом їхньої професійної

підготовки. Використання ефективних методик та здоров'язберезувальних технологій допомагає знизити його негативний вплив, зберегти здоров'я та підвищити якість виконання. Комплексний підхід, що включає психологічну, фізичну та професійну підготовку, є ключем до успішного подолання хвилювання та забезпечення високого рівня професійної діяльності диригентів. Вирішення цих питань потребує деталізований аналіз різних форм сценічного хвилювання та особливостей їх прояву майбутніх педагогів-музикантів на різних стадіях підготовки до концертного виступу.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Бришенський М.І., Максименко С.Д. (1977) Саморегуляція поведінки підлітків у процесі навчальної ....// Питання психології. Вип. №3. 57 с.
2. Виноградова М.Д. (1983) Управління, самоврядування та саморегуляція у шкільному навчальному колективі. // Колектив, спілкування, особистість: Зб. наук. тр. / Редкол. А.В.Мудрик - К., С.16 - 23.
3. Готсдінер А.Л. (1978) Концертне виконання як специфічна форма соціального спілкування. - К., С. 131.
4. Редько Т.М. (2015) Проблема збереження здоров'я студентів на сучасному етапі розвитку системи вищої освіти. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки. Вип.124.

*Ю.С. Нечитайло*

*Д.Ю. Ковальова*

### **ЗНАЧЕННЯ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ У ЗАБЕЗПЕЧЕННІ МЕНТАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ЗДОБУВАЧІВ І ЗДОБУВАЧОК ОСВІТИ**

Ментальне здоров'я — це стан психічного добробуту, за якого людина може справлятися зі стресами, продуктивно працювати, навчатися, розвиватися, підтримувати стосунки й робити внесок у своє життя та життя суспільства. Основними характеристиками ментального здоров'я є емоційна стійкість, що проявляється у здатності розуміти та керувати своїми емоціями під час життєвих труднощів. Не менш важливою є соціальна адаптивність – вміння будувати та

підтримувати здорові стосунки, пристосовуючись до змін у соціальному середовищі. Самореалізація відображається у можливості навчатися, розвиватися та досягати особистих цілей, максимально використовуючи власний потенціал. Позитивне самосприйняття формується через прийняття та позитивну оцінку себе, що природно сприяє впевненості та самоповазі. Стресостійкість виявляється у здатності ефективно протистояти життєвим викликам, зберігаючи психічну рівновагу.

Серед багатьох факторів, що впливають на ментальне здоров'я, особливе місце посідає фізична активність. Численні дослідження демонструють прямий зв'язок між регулярними фізичними навантаженнями та покращенням психологічного стану людини. Заняття спортом не лише допомагають покращити фізичну форму, зміцнити м'язи та загалом поліпшити здоров'я, але й знижують ризик цілої низки захворювань, таких як серцево-судинні захворювання, ожиріння, остеопороз та інсульт. Фізичні вправи мають також потужний позитивний вплив на наше психічне здоров'я, зокрема, зменшуючи стрес і покращуючи сон [1].

За даними дослідження Андрос М.Є. та Клименко Ю.С., серед українських студентів спостерігається значущий взаємозв'язок між регулярною фізичною активністю та показниками психічного добробуту. Студенти, які регулярно займаються спортом, демонструють вищий рівень стресостійкості та кращу академічну успішність [6]. Це підтверджується також міжнародними дослідженнями, які показують, що фізичні вправи допомагають позбутися депресивних почуттів, надмірного гніву та стресу [2].

Дослідження Круцевич Т.Ю. та Марченко О.Ю. виявило, що серед українських здобувачів освіти, які регулярно займаються спортом, спостерігається нижчий рівень тривожності та депресивних станів порівняно з тими, хто веде малорухливий спосіб життя. Особливо помітним є позитивний вплив командних видів спорту на соціальну адаптацію та психоемоційний стан студентів [7, ст.447].

Масштабне наукове дослідження, проведене в США протягом трьох років, продемонструвало значущий зв'язок між фізичними вправами та психічним здоров'ям. Результати показали, що особи, які регулярно займалися спортом, мали значно менше психологічних скарг порівняно з тими, хто не займався спортом [1]. Ці дані корелюють з результатами українських досліджень, які підтверджують позитивний вплив регулярної фізичної активності на психоемоційний стан студентів [8].

Науковці встановили психофізіологічне підґрунтя позитивного впливу фізичних вправ на психологічний стан. Під час фізичної активності в головному мозку відбувається виділення нейромедіаторів серотоніну і норадреналіну, які мають заспокійливий вплив на центр тривоги та стимулюють ділянки мозку, відповідальні за планування і контроль імпульсів [3]. Цей ефект найбільш виражений під час інтенсивних занять спортом, таких як біг, плавання або швидка їзда на велосипеді, хоча й помірні фізичні вправи також дають позитивний результат.

Позитивний вплив фізичних вправ пояснюється не лише біохімічними процесами в мозку, але й психологічними механізмами. Спорт допомагає відвернути увагу від тривожних думок та зменшити чутливість до фізичних симптомів тривоги. Фізичні вправи сприяють зниженню вихідного пульсу, що надсилає сигнали про спокійніше внутрішнє середовище до мозку. Крім того, регулярні заняття спортом підвищують самооцінку, посилюють почуття самоконтролю та задоволення собою [4].

За результатами досліджень українських науковців, найбільш ефективними для покращення психічного здоров'я студентів виявилися такі види фізичної активності:

- Регулярні заняття у спортивних секціях (2-3 рази на тиждень)
- Щоденна ранкова гімнастика (15-20 хвилин)
- Активний відпочинок на свіжому повітрі
- Участь у спортивних змаганнях та масових спортивних заходах [8].

Для початківців рекомендуються такі види активності:

1. Прогулянки на свіжому повітрі, які покращують настрій завдяки потраплянню природного світла, що сприяє виробленню серотоніну
2. Йога та розтягування, що допомагають знизити рівень стресу та покращити якість сну
3. Дихальні вправи для заспокоєння нервової системи.
4. Помірні силові вправи з власною вагою для зміцнення м'язів та підвищення впевненості в собі.

Важливо дотримуватися оптимального режиму тренувань. Згідно з дослідженнями, найефективнішим є заняття спортом 3-5 разів на тиждень тривалістю близько 45 хвилин. Надмірні навантаження можуть мати негативний вплив на психічне здоров'я через фізичне та психічне перевантаження [1].

Командні види спорту виявляються особливо ефективними завдяки додатковому соціальному компоненту. Взаємодія з іншими людьми під час



спортивних занять позитивно впливає на настрій, зменшує відчуття самотності та ізоляції. Крім того, групові тренування створюють позитивну мотивацію та зменшують імовірність припинення занять [5].

Таким чином, фізична активність є потужним інструментом підтримки ментального здоров'я здобувачів освіти. Регулярні помірні фізичні навантаження, обрані відповідно до індивідуальних уподобань та можливостей, сприяють покращенню психологічного стану, зниженню рівня стресу та тривожності, підвищенню самооцінки та загального відчуття добробуту. Важливо пам'ятати про збалансований підхід до фізичних навантажень, поступове збільшення інтенсивності тренувань та вибір таких видів активності, які приносять задоволення. Це допоможе сформувати стійку звичку до регулярних занять спортом та забезпечить довготривалий позитивний вплив на ментальне здоров'я.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Chekroud, S. R., Gueorguieva, R., Zheutlin, A. B., Paulus, M., Krumholz, H.M., Krystal, J. H., & Chekroud, A. M. (2018). Association between physical exercise and mental health in 1.2 million individuals in the USA between 2011 and 2015: A cross-sectional study. *The Lancet Psychiatry*, 5(9), 739-746.
2. Stubbs, B., Vancampfort, D., Hallgren, M., Firth, J., Veronese, N., Solmi, M., ... & Kahl, K. G. (2018). EPA guidance on physical activity as a treatment for severe mental illness: a meta-review of the evidence and Position Statement from the European Psychiatric Association (EPA), supported by the International Organization of Physical Therapists in Mental Health (IOPTMH). *European Psychiatry*, 54, 124-144.
3. Anderson, E., & Shivakumar, G. (2013). Effects of exercise and physical activity on anxiety. *Frontiers in psychiatry*, 4, 27.
4. Sharma, A., Madaan, V., & Petty, F. D. (2006). Exercise for mental health. *Primary care companion to the Journal of clinical psychiatry*, 8(2), 106.
5. Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. J., & Payne, W. R. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for adults: informing development of a conceptual model of health through sport. *International journal of behavioral nutrition and physical activity*, 10(1), 1- 14.
6. Андрос, М. Є., & Клименко, Ю. С. (2021). Взаємозв'язок фізичної активності та психічного здоров'я студентської молоді. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 15.*

Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт), (3(133), 15-19.

7. Круцевич, Т. Ю., & Марченко, О. Ю. (2020). Вплив занять спортом на психоемоційний стан студентів закладів вищої освіти. Спортивний вісник Придніпров'я, (1), 443-451.

8. Павлова, Ю., & Тулайдан, В. (2023). Фізична активність студентів закладів вищої освіти як чинник психічного здоров'я. Молода спортивна наука України, 27(2), 178-184.

***В.В. Новицький, О.В. Непша***

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **АЮРВЕДА – ШЛЯХ ДО ЗДОРОВ'Я І БАЛАНСУ ОРГАНІЗМУ ЛЮДИНИ**

Аюрведа, стародавня індійська система медицини, наголошує на важливості балансу між фізичним, ментальним та духовним аспектами здоров'я. Вона базується на принципах гармонії та використовує природні методи, такі як індивідуальна дієта, фізичні вправи, йога та медитація, для оновлення та відновлення. Багато людей практикують аюрведу та використовують її ліки для покращення самопочуття, досягнення внутрішньої рівноваги та відчуття оновлення.

Аюрведа, що зародилася в Стародавній Індії тисячі років тому, донині залишається популярною системою охорони здоров'я. Цей традиційний індійський підхід до медицини не втрачає своєї актуальності в лікуванні різноманітних станів. В основі аюрведи лежить філософія досягнення балансу та гармонії в організмі людини. П'ять першоеlementів – повітря, вогонь, вода, земля та ефір – є фундаментальними для аюрведичної практики, оскільки вважається, що кожен з них відіграє важливу роль у здоров'ї та добробуті людини [3].

Головна мета аюрведичної практики – збалансувати ці п'ять елементів, забезпечуючи гармонію в організмі. В аюрведичному лікуванні широко застосовуються природні засоби, виготовлені з трав, мінералів та олій. Ці ліки

допомагають боротися з різними захворюваннями та підтримують загальне здоров'я.

Аюрведичний підхід до лікування ґрунтується на концепції трьох унікальних типів, які називаються дошами. Ці доші – Вата, Пітта і Капха – мають свої особливості та відповідають за різні функції в організмі (табл. 1). Для кожної людини аюрведичні методи та ліки підбираються індивідуально, залежно від її доші та стану здоров'я [2].

Таблиця 1

## Характеристика видів доші

| Доша  | Риси                                  | Функції в організмі                        |
|-------|---------------------------------------|--------------------------------------------|
| Вата  | Суха, легка, холодна, рухлива         | Рух, дихання, нервова система              |
| Пітта | Гаряча, гостра, масляниста, рідка     | Травлення, обмін речовин, температура тіла |
| Капха | Важка, холодна, масляниста, стабільна | Структура, зволоження, імунітет            |

Розуміння історії та принципів аюрведи допомагає оцінити її значення та застосування в сучасному світі. Аюрведичні методи лікування та препарати можуть бути ефективними для відновлення та підтримки здоров'я, а також для досягнення гармонії в організмі [1].

В аюрведі харчування відіграє ключову роль. Аюрведичний раціон – це не просто дієта, а важлива частина аюрведичного способу життя, спрямована на покращення загального самопочуття. Він підтримує не лише фізичне здоров'я, але й емоційну та психологічну рівновагу. Аюрведична дієтологія базується на концепції «життєвої енергії», що полягає у виборі продуктів, які сприяють здоров'ю та гармонії в організмі. Для цього використовуються спеціальні аюрведичні довідники, які допомагають підібрати індивідуальний раціон з урахуванням аюрведичного типу людини. Наприклад, людям з типом Вата рекомендується вживати теплу та зволожуючу їжу, людям з типом Пітта – уникати гострого та кислого, а людям з типом Капха – віддавати перевагу легкій та сухій їжі. Аюрведичне харчування враховує не лише фізичні потреби організму, але й емоційний та духовний стан людини. Важливим аспектом аюрведичної дієти є свіжість та якість продуктів. Аюрведа рекомендує вживати їжу, яка відповідає сезону та кліматичним умовам. Аюрведичне харчування також враховує індивідуальні особливості травлення кожної людини. В аюрведичному раціоні враховують не лише склад продуктів, а й спосіб їх

приготування та поєднання. Наприклад, аюрведа рекомендує обирати свіжі та натуральні продукти, готувати їжу вдома, і уникати смаженого та пересмаженого. Також радять помірно використовувати спеції і добавки для підтримання травлення і загального балансу організму. Аюрведичний раціон не є суворим чи обмежувальним, а пропонує збалансований і здоровий підхід до їжі. Дотримуючись аюрведичного довідника з продуктів і додаючи різноманітну та поживну їжу до раціону, ви можете покращити здоров'я через аюрведу і досягти аюрведичного стилю життя, що сприяє загальному стану і балансу [5].

Йога і аюрведа тісно пов'язані та взаємодоповнюють одна одну. Йога, що спирається на традиційні фізичні вправи і дихальні практики, допомагає зміцнювати тіло і покращувати самопочуття. Аюрведа, у свою чергу, пропонує принципи та персоналізовані поради для підтримання балансу тіла і розуму.

Багато тих, хто займається йогою, обирають аюрведичний стиль життя і використовують аюрведичні ліки для підтримання здоров'я і досягнення гармонії в тілі та розумі. Вони розуміють, що йога допомагає не лише зміцнити і розтягнути м'язи, а й очистити організм від токсинів і покращити загальну фізичну та енергетичну силу. Йога також сприяє емоційному здоров'ю і допомагає справлятися зі стресом. Аюрведа в цьому випадку пропонує поради щодо раціону, дихальних вправ і йогоїчних практик, які допомагають зберігати емоційну стабільність і гармонію в житті. Синергія йоги та аюрведи відкриває унікальні можливості для фізичного та емоційного благополуччя. Йога сприяє усвідомленню тіла та дихання, збільшує гнучкість і силу, а аюрведа надає знання про індивідуальні потреби та інструменти для досягнення балансу. Практикуючи йогу і дотримуючись аюрведичних принципів, ми відчуваємо покращення загального стану, ясність мислення, кращий настрій і емоційну стабільність. Цей союз двох давніх практик допомагає жити з більшою енергією, радістю і гармонією в житті [1,2,3].

Аюрведа пропонує цілісний підхід до оздоровлення, використовуючи природні методи для відновлення гармонії в організмі. Аюрведична терапія включає різноманітні практики, такі як: масаж, ароматерапія, голодування, глинотерапія, йога-терапія (табл.2) [1]. Кожен з цих методів має свою унікальну дію, спрямовану на відновлення балансу в організмі та покращення його функціонування.

## Практики аюрведичного лікування [1]

| Метод        | Опис                                                              |
|--------------|-------------------------------------------------------------------|
| Масаж        | Застосовують з метою покращення кровообігу і зняття стресу        |
| Ароматерапія | Застосовується для лікування безсоння, стресу і поганого настрою  |
| Голодування  | Використовують з метою очищення організму і сприяє балансу        |
| Глинотерапія | Застосовується для лікування шкірних проблем і очищення організму |
| Йога-терапія | Використовує з метою зміцнення тіла і покращення здоров'я         |

Аюрведичний підхід до оздоровлення базується на цілісному погляді на людину, враховуючи її фізичний, емоційний та духовний стан. Це означає, що аюрведа не просто лікує симптоми, а прагне відновити гармонію в усьому організмі.

Аюрведа, давня індійська система медицини, пропонує цілісний підхід до оздоровлення, який враховує фізичне, емоційне та духовне здоров'я людини. Вона базується на принципах гармонії та балансу, і використовує природні методи для досягнення оптимального самопочуття. Ключові аспекти аюрведичного підходу включають цілісність, де людина розглядається як єдине ціле, індивідуалізацію, де лікування та рекомендації адаптуються до індивідуальних потреб, використання природних методів, таких як трави, спеції, олії, масаж, ароматерапія, йога та медитація, профілактику, що сприяє зміцненню здоров'я через здорове харчування, фізичні вправи та управління стресом, а також досягнення гармонії тіла, розуму та душі. Аюрведичний стиль життя охоплює здорове харчування, регулярні фізичні вправи, практики для управління стресом, використання трав'яних засобів та дотримання режиму дня. Дотримуючись аюрведичного способу життя, можна досягти гармонії в організмі, зміцнити здоров'я та знайти внутрішній баланс [4].

Отже, аюрведа, стародавня система лікування, що зародилася в Індії, пропонує унікальний шлях до здоров'я та гармонії. Її багатовікові традиції та природні методи допомагають відновити баланс між тілом, розумом і духом. Аюрведичне лікування, використання аюрведичних ліків або просто дотримання аюрведичного способу життя можуть покращити самопочуття та досягти гармонії в житті. Аюрведа – це не лише система лікування, а й філософія, що вчить піклуватися про всі аспекти здоров'я: фізичне, емоційне та духовне. Вона розглядає людину як єдине ціле, де всі ці аспекти взаємопов'язані. Індивідуальний підхід, баланс трьох дош (Вата, Пітта і Капха), природні методи

лікування та цілісний підхід є ключовими принципами аюрведи. Аюрведичний спосіб життя включає в себе правильне харчування, фізичну активність, медитацію та релаксацію, а також дотримання режиму дня, що відповідає природним ритмам. Аюрведа може бути корисна для покращення травлення, зміцнення імунної системи, зменшення стресу, покращення сну, підвищення енергії та лікування хронічних захворювань. Якщо ви прагнете довголіття, здоров'я та гармонії, аюрведа може стати вашим вірним провідником.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аюрведа: основи та шлях до здоров'я і гармонії URL: <https://surl.li/gnkhkrk> (дата звернення: 11.04.2025)
2. Дмитрієва А. В. Аюрведа. Вступ до ведичної медицини. К.: НВП Поліграф-Сервіс, 2015. 128 с.
3. Семко, Т., Пахомська, О. Аюрведа – сучасна система оздоровлення організму людини. *Праці Таврійського державного агротехнологічного університету імені Дмитра Моторного*. 2023. № 3(2). С. 206-216.
4. Українець А. І., Сімахіна Г.О., Поліщук Г.Є., Науменко Н.В. Аюрведичні знання як унікальна цілісна система оздоровлення і лікування хвороб. *Наукові праці Національного університету харчових технологій*. 2015. Т. 22. №2. С. 117-123.
5. Фролова Н. Е., Нєміріч О. В., Силка І. М. Технологія аюрведичних харчових продуктів: конспект лекцій для здобувачів освітнього ступеня «Магістр» спеціальності 181 «Харчові технології» освітньо-професійної програми «Технології аюрведичних харчових продуктів» денної форми навчання. К.: НУХТ, 2019. 249 с.

***В.О. Олійник***

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана  
Хмельницького

## **КОРЕКЦІЯ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ ДІТЕЙ ІЗ ЗАТРИМКОЮ ПСИХІЧНОГО РОЗВИТКУ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

Затримка психічного розвитку (ЗПР) — поширене порушення у дітей шкільного віку, що супроводжується труднощами у пізнавальній, емоційно-вольовій та руховій сферах. Одним із ефективних напрямів педагогічної корекції дітей із ЗПР є фізичне виховання, яке позитивно впливає як на фізичний, так і на психофізіологічний стан дитини. У світлі новітніх досліджень фізичне виховання розглядається не лише як засіб зміцнення здоров'я, але й як інструмент адаптації, розвитку, соціалізації та реабілітації дітей з особливими освітніми потребами.

Діти з затримкою психічного розвитку характеризуються порушенням темпів формування пізнавальної діяльності, зниженим рівнем працездатності, труднощами в комунікації, відставанням у формуванні мовлення, пам'яті та мислення. У більшості випадків це супроводжується також порушеннями моторики: незграбністю, нестійкістю рухів, низьким тонусом м'язів, слабкою координацією. Вони швидко втомлюються, важко адаптуються до змін середовища, часто мають низьку самооцінку та знижений рівень мотивації до навчання [3].

Порушення функціонального стану у таких дітей охоплюють як соматичний рівень (зниження фізичної витривалості, порушення координації, гіподинамія), так і психоемоційний (підвищена тривожність, імпульсивність, труднощі у спілкуванні).

Фізичне виховання є універсальним засобом, що дозволяє впливати як на соматичні, так і на психофізіологічні показники. Рухова активність активізує центральну нервову систему, покращує трофіку тканин, кровообіг, стимулює виділення нейротрансмітерів (серотоніну, дофаміну), які позитивно впливають на емоційний стан дитини. Систематичні заняття руховою активністю сприяють формуванню організованості, розвитку уваги, зниженню тривожності та агресивності [4].

Основними завданнями корекційної роботи у процесі фізичного виховання є як поліпшення психомоторної координації, так і формування правильної постави та ходи, розвиток м'язової сили та витривалості, стабілізація психоемоційного стану та поліпшення соціальної адаптації через групові форми роботи [6].

Проблема ефективної корекції психофізичного стану дітей із затримкою психічного розвитку є предметом дослідження низки вітчизняних та зарубіжних науковців у галузі спеціальної та інклюзивної освіти. Важливою складовою цього процесу, як зазначають науковці, є впровадження фізичного виховання як засобу гармонізації розвитку дітей з особливими освітніми потребами.

Зокрема, Світлана Гвоздецька [2] розробила авторські методики фізичного виховання, спрямовані на покращення психічного розвитку дітей старшого дошкільного віку із ЗПР. Її підходи базуються на системності, індивідуалізації та корекційній спрямованості занять. Олена Мамічева [5] у своїх працях висвітлює психолого-педагогічні аспекти організації корекційних занять у спеціалізованих освітніх закладах, надаючи практичні рекомендації для педагогів, що працюють з дітьми, які мають затримку психічного розвитку. А у дисертаційному дослідженні Віталія Шмаргуна [8] обґрунтовано зв'язок між розвитком інтелектуальних функцій та активізацією рухової діяльності, що доводить, що спеціальні рухові вправи сприяють розвитку когнітивної сфери дітей із ЗПР, відкриваючи нові підходи до організації фізичних занять. Н.В. Богдановська та І.В. Кальонова [1] у своїй наукових роботах акцентують увагу на ефективності комплексної корекційної програми з використанням ритмічних вправ у контексті інклюзивного навчання, підкреслюючи важливість поєднання фізичних, психічних та соціальних складових у розвитку дитини. О.М. Лесько та В.М. Трач [7], досліджуючи вплив рухових ігор, наголошують на доцільності введення додаткових уроків фізичної культури для молодших школярів із ЗПР, що позитивно впливає на їхній фізичний розвиток і сприяє корекції функціональних порушень. Отже, узагальнюючи результати зазначених наукових досліджень, можна стверджувати, що вивчення функціонального стану дітей із затримкою психічного розвитку має наукову й практичну значущість і фізичне виховання виступає як ефективний засіб психофізичної корекції дітей із ЗПР. Це зумовлює актуальність подальших наукових досліджень у цьому напрямі.

За результатами досліджень низки науковців [4, 5] найбільш ефективних засобів фізичного виховання, що застосовуються у роботі з дітьми із ЗПР, вважаються: рухливі ігри, які активізують інтерес, сприяють розвитку



комунікативних навичок та дрібної моторики, а також знижують рівень тривожності й стимулюють самовираження; гімнастичні вправи, що укріплюють м'язовий корсет, покращують координацію рухів і постуральний контроль; елементи лікувальної фізичної культури, які застосовуються при порушеннях опорно-рухового апарату, нормалізують м'язовий тонус; плавання та гідропроцедури, які позитивно впливають на всі системи організму, знижують м'язове напруження, покращують дихальні функції; дихальні вправи та вправи на релаксацію, що знижують рівень стресу та сприяють емоційній стабілізації.

Ефективність фізичного виховання значною мірою залежить від застосування індивідуального підходу та психологічної підтримки з боку педагога, що сприяє розвитку довіри, підвищенню мотивації та кращому її включенню в корекційно-розвивальний процес. Організація занять повинна враховувати біологічний вік, функціональний стан і тип темпераменту кожної дитини. Низка результатів наукових досліджень [3, 4, 7] свідчать про позитивну динаміку при регулярному застосуванні фізичного виховання на зменшення тривожності, агресії, покращення уваги, самоконтролю, стабілізацію сну, поліпшення апетиту, стану імунної системи, розвиток комунікативних навичок. Особливо ефективними виявилися програми, які поєднують рухову активність із музикотерапією, арт-терапією та казкотерапією, що дозволяє впливати комплексно на емоційну та когнітивну сфери.

Отже, фізичне виховання виступає важливим інструментом у системі корекційно-розвивальної роботи з дітьми із затримкою психічного розвитку. Комплексне використання рухових методик, індивідуальний підхід та міждисциплінарна взаємодія дозволяють досягти стійкого позитивного ефекту у фізичному, емоційному та соціальному розвитку дитини. Перспективним є подальше впровадження авторських методик, розвиток інклюзивного фізичного виховання, використання сучасних технологій у корекційній роботі.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Богдановська Н. В., Кальонова І. В. Корекційно-розвиваючі технології в інклюзивній освіті дітей із ЗПР // Інклюзивна освіта. — 2019.
2. Гвоздецька С. В. Корекція психофізичного стану дітей старшого дошкільного віку із ЗПР у процесі фізичного виховання // Педагогіка і психологія. — 2004.
3. Дьяченко В. К. Психофізіологічні особливості дітей з порушенням розвитку. — Харків, 2019. — 192 с.

4. Коваленко Т. В. Фізичне виховання в системі корекції дітей з порушеннями розвитку // Дефектологія. — 2021. — №3. — С. 13–16.
5. Мамічева О. І. Корекція затримки психічного розвитку засобами фізичного виховання. — К., 2008.
6. Міщенко О. В. Особливості психофізичного розвитку дітей із ЗПР. — К., 2017. — 128 с.
7. Шаповал Л. В. Сучасні підходи до фізичної реабілітації дітей із ЗПР // Науковий вісник. — 2020. — №4. — С. 65–70.
8. Шмаргун В. В. Психолого-педагогічна корекція затримки психічного розвитку дітей молодшого шкільного віку. — К., 2000.

*В.С. Осипенко, А.А. Проценко*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **МЕТОДИКА РОЗВИТКУ ГНУЧКОСТІ УЧНІВ СТАРШОЇ ШКОЛИ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ**

У фізичному вихованні школярів гнучкість є однією з ключових фізичних якостей. Вона відіграє важливу роль у розвитку інших рухових здібностей. Розвиток гнучкості є необхідною передумовою для запобігання травмам м'язів та сполучних тканин [5]. Кожен рух тіла здійснюється завдяки здатності суглобів до руху. Деякі суглоби, такі як плечові та тазостегнові, відрізняються більшою амплітудою рухів, що визначається їхньою анатомічною будовою. Гнучкість є важливою передумовою для вдосконалення техніки виконання вправ як у фізичному вихованні, так і в спорті.

Гнучкість визначається низкою факторів, серед яких: будова суглобів, еластичність м'язів, зв'язок і суглобових сумок, психоемоційний стан, рівень активності м'язів-антагоністів, вік, індивідуальні морфофункціональні особливості та рівень силової підготовки. Розрізняють два основні види гнучкості: активну, яка проявляється в амплітуді рухів, що досягається самотійно завдяки власним м'язовим зусиллям, та пасивну, що характеризується максимальною амплітудою рухів, яка досягається за допомогою зовнішніх впливів [1].

Збереження природної гнучкості є важливим завданням з дитячого віку, оскільки молодший шкільний вік характеризується кращою еластичністю суглобово-зв'язкового апарату та більшою здатністю м'язів до розтягування порівняно з підлітковим та юнацьким віком. Розвиток гнучкості відбувається одночасно зі зростанням сили та вмінням свідомо розслабляти м'язи. У багатьох рухах з великою амплітудою одні м'язи повинні активно скорочуватися, в той час як інші – розтягуватися. Ефективне розтягування м'яза можливе за умови мінімального напруження його волокон [2].

Для покращення гнучкості застосовуються вправи, які передбачають більшу амплітуду рухів у суглобах, ніж ті, що виконуються у звичайному житті. Усі вправи, спрямовані на розвиток гнучкості, можна класифікувати на три основні групи: силові вправи, вправи на розслаблення м'язів та вправи на розтягування (рис.1).

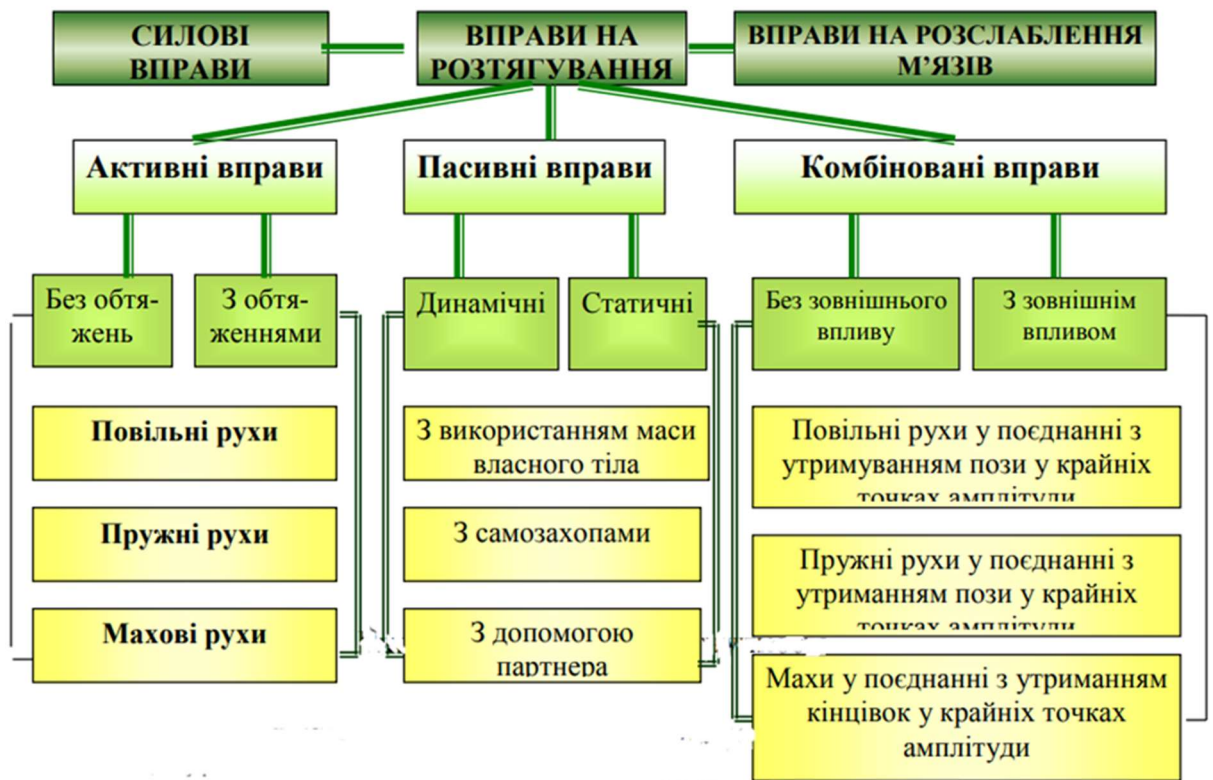


Рис. 1. Вправи на розвиток гнучкості

Кожна з названих груп вправ, спрямованих на розвиток гнучкості, має свої підкатегорії. Активні вправи виконуються завдяки свідомому напруженню та скороченню м'язів-синергістів при одночасному розслабленні та розтягуванні м'язів-антагоністів та інших м'язових структур. Ці вправи можуть виконуватися як з додатковою вагою, так і без неї. За характером виконання активні рухи

поділяються на: повільні рухи (наприклад, нахили голови та тулуба в різних площинах, повороти, кругові рухи, відведення кінцівок); махові рухи; пружні рухи.

Махові рухи являють собою рухи кінцівками, початковий імпульс яким надається за рахунок м'язового напруження, а подальший рух відбувається за інерцією. Вони виконуються за принципом маятника або кругових рухів з поступовим збільшенням амплітуди [1].

Пасивні вправи відрізняються тим, що переміщення частин тіла відносно одна одної відбувається не завдяки власній м'язовій роботі в суглобі, а під впливом зовнішніх сил, таких як допомога партнера або використання спеціального обладнання [3].

Комбіновані вправи поєднують в собі елементи активних і пасивних рухів, а також можуть включати динамічний та статичний режими м'язової роботи в межах однієї вправи [6].

Розвиток гнучкості зазвичай включає два основні етапи: по-перше, досягнення оптимальної амплітуди рухів у суглобах, і по-друге, підтримання цієї рухливості на досягнутому рівні [4,6].

У процесі виконання рухів найчастіше проявляється активна гнучкість. Однак, пасивна гнучкість є важливою функціональною основою для розвитку активної гнучкості. Важливо також пам'ятати, що активна гнучкість розвивається значно повільніше, приблизно в 1,5-2 рази, ніж пасивна [2].

Для розвитку активної гнучкості ефективними є такі вправи: багаторазові пружні рухи до відчуття втоми (наприклад, нахили, присідання, випади, махи ногами); повільні рухи з максимально можливою амплітудою; фіксація певного положення тіла або кінцівки в точці максимального розтягування. Використання самозахватів, активної допомоги партнера, додаткових опор (наприклад, гімнастичних приладів) та різних обтяжень (набивних м'ячів, гантелей, ваги партнера) значно підвищує результативність вправ, спрямованих на покращення гнучкості [1,2].

Під час виконання вправ для розвитку гнучкості амплітуду рухів слід збільшувати поступово. З кожним наступним повторенням необхідно прагнути до більшої амплітуди або хоча б підтримувати вже досягнуту. Темп виконання має бути повільним, особливо на початку тренування. Тривалість відпочинку між підходами може варіюватися від 10-20 секунд до кількох хвилин і залежить від типу вправ, їхньої інтенсивності та рівня фізичної підготовленості. Короткі

перерви (10-20 секунд) рекомендується проводити пасивно, а довші паузи можна заповнювати ходьбою та вправами на розслаблення [3,4].

Послідовність виконання вправ для розвитку гнучкості є важливим аспектом. Рекомендується розпочинати тренування з вправ, спрямованих на збільшення рухливості в найбільших суглобах, оточених значними м'язовими групами, таких як суглоби хребта, кульшові та плечові. Після цього можна переходити до розвитку гнучкості в інших суглобах. При цьому доцільно спочатку виконати всі заплановані вправи для одного суглоба і лише потім переходити до наступного.

Найефективнішим підходом до розвитку гнучкості є комплексне застосування активних рухів, а також статичних вправ, що виконуються з подоланням опору та з поступовим розслабленням. Такий підхід сприяє налагодженню правильної взаємодії між м'язами-антагоністами, коли амплітуда скорочення одних м'язів максимально наближається до розмаху розтягування інших. Подібне співвідношення між м'язами забезпечує стабільність у суглобах та значно знижує ризик м'язових травм [1,2,4].

Найбільш ефективно гнучкість розвивається у дитячому та підлітковому віці, тому основні зусилля спрямовуються на цей період, а в подальшому лише підтримується досягнутий рівень. Вправи для розвитку гнучкості можуть бути включені в будь-яку частину тренування, проте найчастіше їх планують на кінець основної або на заключну частину заняття.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Линець М. М. Основи методики розвитку рухових якостей : навч. посіб. Львів : Штабар, 1997. 207 с.
2. Носко М.О., Носко Ю.М., Лазаренко М.Г., Жула В.П., Могильний Ф.В., Філоненко О.А. Руховий розвиток школярів різних вікових груп: наукове видання / за наук. ред. М.О. Носка. Чернігів, 2020. 408 с.
3. Онопрієнко О.В. Теорія і методика розвитку рухових якостей школярів. Навчально-методичний посібник. Черкаси: Видавничий центр ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2008 р. 92 с.
4. Папуша В. Г. Фізичне виховання школярів: форми, зміст, організація. Тернопіль: Збруч, 2000. 248 с.
5. Тищенко В. О., Іванська О., Шеховцова К. В., Кобезська Д. Дослідження прояву гнучкості в учнів старшого шкільного віку. *Фізичне*

виховання та спорт. 2023. №23. С.48-56. <https://doi.org/10.26661/2663-5925-2023-1-07>

6. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : підручник. Т.: Навчальна книга – Богдан, 2008. Ч. 1. 272 с.

*О.І. Пельтек, М.О. Олійник*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

### **ВПРОВАДЖЕННЯ НЕСПЕЦИФІЧНИХ МЕТОДІВ НАВЧАННЯ У ПРОЦЕСІ ВДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ФУТБОЛІСТІВ 10-12 РОКІВ**

Популярність футболу дає змогу використовувати гру як інструмент для фізичного розвитку та виховання молоді. Наразі визначено основні напрями його розвитку. Вони включають розширення зон дії всіх польових гравців, підвищення колективної швидкості пересування та мислення, збільшення варіативності тактик і стратегій, заснованих на універсальній майстерності футболістів. Ці аспекти формують принципи підготовки та відбору гравців, спрямовані на забезпечення високого рівня надійності та техніко-тактичних дій команди [2, с. 13].

Було виявлено протиріччя між високими вимогами до рівня технічної підготовленості та фізичного розвитку юних спортсменів та недостатньою вивченістю впливу неспецифічних методів навчання на ефективність навчально-тренувального процесу.

Водночас пошук нових підходів до спортивної підготовки спирається на необхідність підвищення ефективності навчально-тренувального процесу. При цьому актуально постає питання використання неспецифічних методів навчання у навчально-тренувальному процесі з метою підвищення його ефективності.

Футбол належить до видів спорту, які «найбільше сприяють різнобічному розвитку людини і водночас висувають її організму виключно високі вимоги. За фізіологічним характером гра у футбол є ациклічною, переважно динамічною роботою з постійно мінливою потужністю (від максимальної до помірної). Під

час гри в різній послідовності та співвідношенні з різними інтервалами чергуються вправи, різні за інтенсивністю та тривалістю [4, с. 34].

Використання таких методів допомагає ще більше розширити їх знання і вміння щодо гри у футбол, а також посилює вплив на загальний фізичний розвиток. У цьому контексті, найбільш ефективними вважаються ті стратегії тренування, що комбінують різноманітні вправи, направлені на покращення координації рухів, збільшення сили і витривалості, а також розвиток швидкості реакції та спритності [5, с. 22].

Досвідчені тренери наполегливо рекомендують систематично включати м'яч у тренувальні сесії, оскільки це допомагає тілу розвивати звичку до інтеракції з ним. Щодо загальної тривалості тренувань, то вона, разом із ігровою практикою та різноманітним навантаженням, не повинна перевищувати півтори-дві години на день, щоб уникнути надмірного виснаження організму. У неробочі дні від фізичних занять вкрай корисно приділяти час бігу на довгі дистанції, а також виконувати розтяжку після таких пробіжок, аби підтримувати м'язи в тонусі та уникати їх надмірного напруження [1, с. 124].

Слід ретельно стежити за тим, щоб ноги не перенавантажувалися під впливом постійного навантаження. Більш того, важливо проводити всі односторонні вправи по черзі, що сприяє рівномірному розвитку й координації правої та лівої сторін тіла.

У процесі дослідження міжнародного досвіду в підготовці висококваліфікованих спортсменів було встановлено, що сучасні тренувальні методики, які доповнюють традиційні засоби і методи навчання футболістів, активно включають елементи степ-аеробіки. Цей вид аеробіки не лише служить ефективним інструментом для тренування серцево-судинної системи та зміцнення мускулатури нижніх кінцівок.

Наукові дослідження також показали, що степ-аеробіка може бути важливим компонентом у підготовці спортсменів до змагань. Відомо, що футболісти бразильської національної збірної вже багато років починають свої тренувальні розминки саме з інтенсивних занять на степ-платформі. Цей підхід до тренування сприяє не лише фізичному розвитку, але також підвищує координацію рухів і почуття ритму, розвиває аеробну витривалість та спритність [6, с. 8].

Виконуючи вправи під музичний супровід, спортсмени отримують можливість активно працювати над поліпшенням ритмічності рухів. Це також

позитивно впливає на розвиток психічних процесів, які є ключовими для концентрації уваги, творчого мислення та покращення пам'яті [3, с. 825].

Педагогічний експеримент, розгорнутий на період чотирьох місяців з вересня до грудня 2024 року, проходив на базі Футбольного клубу «Космос-Запоріжжя», який знаходиться в місті Запоріжжя. У рамках дослідницької роботи були залучені юні спортсмени, віком 10-12 років, які активно займаються футболом. Основний акцент нашого дослідження полягав в експериментальному вивченні впливу психологічних і фізичних змін на технічні навички молодих спортсменів завдяки інтеграції нестандартних методів навчання.

Учасники експериментальної групи виконували спеціально розроблений комплекс вправ, в якому особлива увага була приділена застосуванню нестандартних тренувальних методик, що мають потенціал покращити їх технічні здібності та фізичний стан.

У навчально-тренувальному процесі, який тривав протягом усього педагогічного експерименту, учасники, що входили до складу експериментальної групи, починали кожне заняття з динамічної розминки на спеціальних степ-платформах під акомпанемент ритмічної музики. Це дозволяло підвищити їхню фізичну активність та настрій ще до початку основної частини тренування.

Враховуючи їх юний вік та відповідні вікові особливості, для навчання молодих футболістів були обрані методи, які найкраще підходять для такої аудиторії. Зокрема, перевагу віддали ігровому методу, оскільки він дозволяє інтерактивно та захоплююче опанувати нові навички. Одночасно широко застосовувався метод кругового тренування, який допомагає урізноманітнити заняття і забезпечити всебічний фізичний розвиток юних спортсменів.

Таким чином, завдяки цілеспрямованому використанню неспецифічних методів навчання, юні футболісти отримують можливість значно поліпшити свою фізичну форму і підготовленість, що є критичним фактором для досягнення успіху у футбольній майстерності на початковому етапі.

## **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Лисенчук Г.А., Фоменко Д.С., Гончарук А.І. Огляд психологічних факторів, що впливають на помилкові рішення футбольних арбітрів, які працюють в дитячо-юнацьких змаганнях та на початкових етапах підготовки. Молодий вчений. 2015. № 4(3). С. 123-126.



2. Ніколаєнко В.В. Система багаторічної підготовки футболістів до досягнення вищої спортивної майстерності: автореф. дис. ... д-ра наук з фіз. виховання та спорту: 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт» НУФВСУ. К.: НУФВСУ, 2015. 42 с.

3. Олійник М.О., Олійник І.С. Оцінка рівня розвитку фізичної підготовки в футбольній команді дівчат підліткового віку. «Наука і техніка сьогодні» (Серія «Педагогіка», Серія «Право», Серія «Економіка», Серія «Фізико-математичні науки», Серія «Техніка»): журнал. 2025. № 2(43) 2025. С. 821-833.

4. Сивохоп Е.М., Маріонда І.І., Шкірта М.І. Футбол і методика викладання : навчально-метод. реком. Ужгород : ДВНЗ «УжНУ». 2023. 66 с.

5. Шамардін В.М., Виноградов В.Є., Дяченко А.Ю. Фізична підготовка футболістів високої кваліфікації: монографія. Київ: 2024. 66 с.

6. Kozina Z.L., Vasyutin O.O., Ganin V.Y., Martynenko R.O., Orobchenko D.O., Borodin B.A., Zhylin M.E. Effective, accessible and easy-to-use technologies for the integral development of motor and cognitive abilities of young football players in the modern realities of Ukraine: a review article. Health Technologies. 2023;1(4):6-18.

***О.В. Переверзєва***

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ ОСВІТНІ ТЕХНОЛОГІЇ У ПРОЦЕСІ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ МУЗИЧНОГО МИСТЕЦТВА**

Сучасна освітня парадигма акцентує увагу на розвитку загальної культури та мислення людини, особистість якого у виховному процесі має виступати як відкрита система з високим духовним потенціалом. Музичне мистецтво як підсистема духовного життя суспільства реалізується через творче відтворення дійсності музичних художніх образах. Це специфічна сфера художньої діяльності, що має складну структуру, соціальну значимість і спрямованість. Незважаючи на різноманіття філософсько-естетичних концепцій та підходів у визначенні сутності та ролі музичного мистецтва в житті людини, музика визнана як втілення цілісності людини, сконцентрованої в звуці. Феномен музики сьогодні сприймається нами як процесуальність життя, що і визначає

основні функції музичного мистецтва, що забезпечують ефективність гармонійного розвитку особистості на всіх щаблях музичної освіти.

З позицій сучасних освітніх технологій для нас особливо важливою є функціональна значущість музичного мистецтва та механізми (принципи) реалізації функцій у музично-освітній практиці. Саме функціональна значимість є визначальною при розгляді музичного мистецтва як педагогічного засобу, що забезпечує ефективність різноманітних впливів на особистість.

У широкому розумінні кожна з сучасних освітніх технологій є спеціально організованим процесом, що забезпечує взаємодію окремих осіб у рамках конкретного соціально-культурного досвіду, зокрема досвіду музичної діяльності та музичної освіти. Це дозволяє нам розглядати технологію як механізм формування в особистості соціально та професійно значимих якостей, культурних норм та цінностей, а також передачі досвіду поведінки та спілкування.

Питання функціональної значущості музики досить широко освячені в науковій літературі: соціологія – Т. Адорно, Й. Кресанек, Б.Т. Долинський, Г.Л. Воскобойнікова, Г.М. Мешко, Ю.Д. Бойчук та ін., психологія – Л.С. Виготський, О. Ревякіна, В.Р. Міляєва, Ю.В. Бреус та ін., музикознавство – В.В. Медушевський, А.Н. Холопова, Г.П. Шевченко та ін. Однак перелік функцій не є незмінним, а постійно поповнюється новим контекстом, обумовленим змінами в суспільстві і безпосередньо залежить від системи суспільних потреб у цьому виді мистецтва.

Розглянемо функціональні особливості музичного мистецтва, особливо зупинившись на функціях, що сприяють реалізації здоров'язберігаючих освітніх технологій у музичній освіті.

Естетична функція. Сприймаючи музичний твір, ми лише засвоюємо його зміст, ми емоційно його осягаємо і даємо чуттєво-конкретним музичним образам естетичну оцінку, тим самим формуючи естетичний смак.

Соціальна функція музичного мистецтва виявляється у тому, що ми отримуємо можливість перетворення соціальної реальності: виховання гармонійно розвиненої особистості та перетворення суспільства; формування інтелектуальних, волевих та моральних якостей людини та ціннісних орієнтацій та установок суспільства; стимуляція творчих сил та здібностей; соціалізація особистості (А. Сохор).

Безпосередньо із соціальної впливає комунікативна функція музичного мистецтва, суть якої сьогодні можна охарактеризувати як створення музичної

реальності, зумовленої конкретними соціальними чинниками. Соціальна функція безпосередньо визначає комунікативні можливості музичного мистецтва. Це пов'язано зі створенням музичної реальності, своєрідного віртуального музичного буття, обумовленого конкретними соціальними чинниками та умовами життя особистості та суспільства загалом.

Музика широко використовується з пізнавальною метою. Твори музичного мистецтва є цінними, певною мірою об'єктивними та досить конкретними джерелами інформації про процеси, що відбуваються у суспільстві. Тому пізнавальна функція спрямована на освоєння дійсності та аналіз її за допомогою музичних художніх образів.

Виховний вплив музики різноманітний і має спрямованість формування гармонійно розвиненої особистості, її духовно-моральне становлення і вдосконалення, та тісно пов'язані з гедоністичною функцією, що відбиває здатність музичного мистецтва приносити задоволення. Слід зазначити, що естетична, пізнавальна та виховна функції реалізуються в органічній єдності. Завдяки естетичному початку при освоєнні змісту музичних творів ми пізнаємо нове, просвічуємось та виховуємося.

Музичне мистецтво несе у собі й низку приватних функцій. У науковій літературі звертають увагу на те, що в процесі міжкультурної комунікації музичне мистецтво виконує три основні функції: функцію естетичної насолоди, функцію інтелектуально-філософської гри та фоново-лікувальну функцію. Відповідно до фоново-лікувальної функції музичний твір розглядається як фон, що змінюється в залежності від стану, настрою та самопочуття особистості, що збуджує або заспокоює її. Таким чином, ми підійшли до компенсаторної функції музичного мистецтва, яка дозволяє вирішити певні психологічні проблеми, відновити спокій та душевну рівновагу, компенсувати та збалансувати відсутність краси та гармонії у навколишній дійсності, створити умови, що сприятливо впливають на емоційну сферу особистості та сприяють збереженню здоров'я.

Крім того, в рамках компенсаторної функції музичного мистецтва виділяється кілька дуже суттєвих підвидів, які безпосередньо належать до педагогічних технологій, спрямованих на охорону здоров'я дітей. Це корекційно-розвивальна, реабілітаційна або відновна та оздоровча функції музики, які дозволяють нам розглядати музичне мистецтво щодо соціально-оздоровчих, реабілітаційних та рекреативно-оздоровчих впливів на особистість.

Сьогодні здоров'язберігаючі технології є складовою та відмінною

особливістю вітчизняної освітньої системи, у зв'язку з чим охорона здоров'я дитини сьогодні – пріоритетний напрямок діяльності соціуму: тільки здорові діти матимуть можливість більш ефективно засвоювати знання, вміння та навички, набувати суспільно корисного досвіду для подальшої професійної діяльності.

Нові знання та експериментальні дані про емоційний, інтелектуальний, психологічний та фізіологічний вплив музики на особистість дозволяють розглядати її як універсальний засіб вдосконалення всіх сторін життєдіяльності людини.

Розглянемо особливості деяких оздоровчих освітніх технологій, у яких провідну роль відіграє музичне мистецтво. Однак слід наголосити, що в розумінні поняття «технологія» в освітньому та музично-діяльному аспекті є особливості та деякі розбіжності, які слід позначити.

Якщо в педагогічному аспекті технологія вторинна стосовно методики і є послідовність реалізації методичних установок, то в музичній освіті технологія первинна. Суть та послідовність наших дій при освоєнні творів музичного мистецтва в процесі навчання однозначна та незмінна: сприйняття музичного твору → аналітичне вивчення та виконавське освоєння музичного твору → творче відтворення чи твір музичного твору. Методик реалізації цієї технології може бути нескінченно багато: скільки педагогів-музикантів – стільки і методик. У цьому контексті, співвідносячи освітні та виховні функції музичного мистецтва, необхідно наголосити на цьому факторі.

Оскільки у вітчизняній системі освіти декларується необхідність поліфункціонального підходу до музичного виховання, що передбачає організацію музичного середовища, спрямованого на гармонійний та цілісний розвиток дитини. Тому інноваційний музично-освітній простір потребує відповідних механізмів та технологій, серед яких ми звертаємо увагу на соціально-оздоровчі, рекреативно-оздоровчі та реабілітаційні технології. Незважаючи на відмінність назв, у них багато спільного: кожна з них можна віднести до гуманітарних та суспільно-групових технологій, спрямованих як на певну соціальну категорію, так і на окрему особистість. Це визначає їх основну цільову установку – досягнення позитивних змін у сфері спілкування, культури та дозвілля людей, які призводять до зміни якості та способу життя конкретної особистості.

Більшість оздоровчих технологій у тому чи іншій мірою пов'язані з музичним мистецтвом. Цілком об'єктивно простежується взаємозв'язок і єдність

у розумінні як функцій музичного мистецтва, так і функціональних особливостей різних оздоровчих технологій, що мають його у своїй основі. Як і музичне мистецтво, оздоровчі технології припускають соціалізацію особистості (діяльність, спілкування, самосвідомість); освіту та розвиток, інформаційне збагачення та просвітництво (духовний розвиток, саморозвиток та соціальне самоствердження, трансляція суспільно корисних знань, формування ціннісних установок); реабілітацію (відновлення сил та духовної рівноваги, зняття емоційних затискачів).

Зважаючи на викладене вище, є підстави твердити, що і функції музичного мистецтва, і функції різних освітніх технологій, спрямованих на соціалізацію, розвиток та оздоровлення особистості, забезпечують безперервність освіти та духовного вдосконалення, створюють умови для розвитку активності, самостійності та творчого самовираження особистості, сприяють подоланню фізичної, психічної та інтелектуальної напруги.

Таким чином, музичне мистецтво та музична діяльність у сучасному світі є невід'ємною частиною здоров'язберігаючих освітніх технологій. Їх зміст, принципи, форми, методи та засоби органічно вписуються в концепції здоров'язбереження та збереження здоров'я, сприяють створенню здоров'язберігаючого середовища в музичній діяльності, забезпечують повноцінний гармонійний розвиток та збереження здоров'я дітей.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Воскобойнікова Г.Л. Концепція комплексної оцінки адаптаційних можливостей у формуванні і збереженні індивідуального здоров'я людини. Наука і освіта: Науковопрактичний журнал Південного наукового центру НАПН України. № 8/СХХV. Серпень, 2014.
2. Гончаренко М.С. Духовність, здоров'я, освіта: навчальний посібник. Харків: «БУРУН КНИГА», К.: КНТ, 2011.
3. Долинський Б.Т. Визначення сутності поняття «здоров'я» та його роль у професійній діяльності вчителя початкової школи. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка.; гол. ред. Носко М. О. Чернігів: Вип. 136. ЧНПУ, 2016.
4. Мешко Г.М. Професійне здоров'я педагога як необхідна умова його творчого кар'єрного зростання. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 16. Творча особистість учителя: проблеми теорії і практики: зб. наук. праць. Вип. 9(19), відп. ред. Н. В. Гузій. К.:

Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2009.

5. Міляєва В.Р., Бреус Ю.В. Емоційне здоров'я як складова професійної успішності майбутніх фахівців соціономічних професій. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка. Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія. Х (23), 2012.

6. Ревякіна О. Основні теоретико-методологічні підходи до проблеми особистісного здоров'я у вітчизняній та зарубіжній психологічній науці. Психологія особистості. № 1 (4), 2013.

***О.О. Пономаренко, М.О. Олійник***

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ПРОЦЕС ВДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВОРОТАРІВ НА ЕТАПІ СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ В ФУТБОЛІ**

Досягнення найвищих результатів у сучасному футболі потребує від гравців не лише видатної фізичної підготовки, але й бездоганного володіння технікою руху та м'ячем. Через це одним із ключових завдань у тренувальному процесі є підвищення рівня технічної майстерності футболістів [4, с. 91].

Воротар, безперечно, відіграє вирішальну роль у складі будь-якої спортивної команди, особливо коли мова йде про командні види спорту. На сторінках журналістських матеріалів часто піднімається проблема недостатньої уваги тренерського штабу до процесу підготовки воротарів. Зазвичай та увага втрачається через відсутність спеціалізованих індивідуальних занять, які покращують їх технічні та тактичні навички гри. Внаслідок цього браку уваги технічний рівень воротарів часом виявляється значно слабкішим у порівнянні з польовими гравцями команди [1, с. 165].

Така ситуація стає критично важливою, тому що саме від рівня технічної і тактичної підготовленості воротаря залежить ефективність загальної гри команди як в обороні, так і в нападі, а також остаточний результат поєдинку. Розвиток майстерності воротаря відбувається дуже повільно, а сучасні методики, як фізичних, так і технічних тренувань, на жаль, майже або зовсім відсутні. Тим

часом, футбол постійно прогресує, тому тренувальний процес воротарів також повинен еволюціонувати. Тому оптимально зосередити увагу на питаннях підвищення професійного рівня воротарів, ретельно підходячи до їхньої тренувальної програми, щоб забезпечити успішний виступ команди в цілому.

Науковці стверджують, що успішне виконання технічних завдань футбольним воротарем безпосередньо залежить від його готовності здійснювати ефективні та результативні дії під час гри. З огляду на це, розробка спеціалізованого курсу для покращення якості гри воротаря є надзвичайно актуальною та обґрунтованою [6, с. 76].

У зв'язку з цим, вагомість нашого дослідження стає очевидною, адже воротар займає ключову позицію в команді, і результат матчу багато в чому залежить від його вміння та реакції.

На етапі спеціалізованої базової підготовки у футболі, надзвичайно важливим аспектом є вдосконалення технічної підготовки воротарів. Цей процес включає в себе не лише покращення навичок, пов'язаних з безпосередніми обов'язками воротаря, такими як виконання якісних сейвів і вміння ефективно організовувати захист команди, але й розвиток інших критично важливих компонентів. До них належать швидкість реакції, координація рухів, вміння читати гру та приймати правильні рішення за обмежений час. Крім того, важливо навчити воротарів правильно спілкуватися з партнерами по команді, що сприяє кращій синхронізації дій під час матчу [4, с. 91].

Розвиток амплуа футбольного воротаря не стоїть на місці, а навпаки, постійно вдосконалюється, залишаючись одним із ключових елементів сучасного футболу. Сучасний воротар повинен далеко виходити за межі звичних функцій захисника воріт [2, с. 217].

Окрім завдання відбивати удари й ловити м'ячі, що летять у ворота, воротарі сьогодні зобов'язані вчасно перехоплювати простріли та подачі, що надходять із флангів суперника, також вміло реагуючи на виходах [5, с. 313].

Інтеграція різноманітних методів і підходів у тренувальний процес дозволяє голкіперу досягти високого рівня фізичної та технічної підготовки. Це включає у себе не лише розвиток підвищеної витривалості та вдосконалення майстерності, але також накопичення цінного досвіду та загальне поліпшення фізичного стану. Такі аспекти, як зміцнення здоров'я, розвиток сили та інші ключові характеристики, є важливими складовими цього процесу. Висока фізична та технічна готовність зазвичай виражається у досягненні відмінних спортивних результатів.

Для досягнення значних результатів у спортивній підготовці, особливо коли мова йде про вдосконалення технічної майстерності, вкрай важливо ретельно оцінити та правильно розподілити тренувальні навантаження. Це включає в себе детальне вивчення різноманітних методів та різновидів технічних вправ, які є невід'ємною частиною загальної спортивної готовності. Необхідно брати до уваги також вплив зовнішніх факторів, що можуть суттєво корегувати ефективність тренувальних програм [3, с. 70].

Хоча здається очевидним, що постійна практика в певному спорті і конкретна роль можуть розвинути спеціальну фізичну і технічну підготовку, ця стратегія, на жаль, може бути недостатньо ефективною в умовах безперервних змагань.

Наприклад, для футбольного воротаря критично важливим є розвинення цілого спектру фізичних і технічних навичок, які тісно пов'язані з високою координацією рухів. Однією з ключових задач, яку він виконує на полі, є ловля або відбиття футбольного м'яча, що вимагає концентрованої уваги і швидкої реакції.

При вивченні теоретичних аспектів можна зробити висновок, що значна частина уваги приділяється польовим гравцям, тоді як питання покращення тренувальних методик та ігрових навичок для воротарів залишається недостатньо опрацьованим.

Таким чином, всеохоплююча програма технічної підготовки повинна включати в себе різноманітні тренування, що фокусуються на зміцненні різноманітних аспектів гри воротаря для підвищення їх конкурентоспроможності на полі.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Лапицький В., Коваленко І. Ефективність впливу розробленої методики на техніко-тактичну підготовку воротарів у футзал. Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць. Вип. 2. Житомир, 2016. С. 164-168.
2. Лапицький В.О., Кулик Н.А. Навчально-тренувальна і змагальна діяльність в процесі багаторічної підготовки юних воротарів (на прикладі футболу). Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Вип. 3К, 2023. С. 216-221.
3. Ляхова І.М., Олійник М.О. Теорія і методика фізичного виховання. Навчальний посібник. Запоріжжя: ЗДМУ. 2020. 116 с.



4. Мигаль М., Максименко Л. Техніко-тактична підготовка сучасних футболістів на етапі спеціалізованої базової підготовки. Інноваційні і цифрові технології у процесі підготовки спортсменів в умовах формального і неформального навчання: матеріали II Міжнар. наук.-практ. конф., 5 жовтня 2022 р. Суми: СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2022. С. 91-92.

5. Хоркавий Б. Взаємозв'язки показників змагальної діяльності кваліфікованих воротарів у футболі. Молода спортивна наука України: зб. наук. праць з галузі фізичного виховання, спорту і здоров'я людини. Львів. 2012. С. 311-317.

6. Shamardin V.N., Khorkavyu B.V. Organizational structure of technical and tactical training of skilled goalkeepers in football. Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports. Vol. 19. Issue 2. 2015. P. 75-79.

*І.В. Пришляк, І.С. Олійник*

Мелітопольський державний

Педагогічний університет

імені Богдана Хмельницького

## **ВИКОРИСТАННЯ ПЕТЕЛЬ TRX ПІД ЧАС ФУНКЦІОНАЛЬНИХ ТРЕНУВАНЬ**

**Вступ.** Удосконалення системи багаторічної спортивної підготовки в різноманітних видах спорту залишається однією з найактуальніших проблем теорії та методики спорту. Останнім часом особлива увага приділяється сучасному матеріальному та методичному забезпеченню тренувального процесу, що дозволяє враховувати індивідуальні можливості спортсменів у вибраних видах спорту. Хоча на цю тему існує вдосталь наукових досліджень, постійно триває пошук нових форм і методів роботи зі спортсменами. Виникнення нових матеріалів, технологій виробництва спортивного обладнання та загальний науково-технічний прогрес стимулюють використання інноваційних розробок для здобуття конкурентної переваги над суперниками. На думку деяких фахівців, перспективним напрямком підвищення ефективності тренувального процесу може бути впровадження петль TRX.

Роботи О. Качана, О. Демідова, Ю. Лашина, М. Долгарьової, Т. Федорини,

Е. Мадяр-Фазекаша, В. Тулайдана, В. Сусла, Г. Мордвінцева, С. Афанасьєва, О. Демідової, О. Мітової та інших учених і практиків, таких як Є. Баженов, М. Делямба, Л. Єракова, В. Кириченко, О. Кожанова, А. Матусевич, О. Фролова, розкривають особливості використання тренувальних петель TRX у системі фізичного виховання різних груп населення. Проте це питання потребує подальшого вивчення.

**Метою** нашої роботи є теоретичне обґрунтування ефективності використання петель TRX під час функціональних тренувань.

**Методи дослідження.** Нами був проведений аналіз та узагальнення даних науково-методичних літературних джерел і мережі «Інтернет» з проблеми дослідження.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Петлі TRX (Total Body Resistance Exercise) – це тренувальний пристрій, що складається з довгих ременів із ручками або петлями на кінцях. Їх можна прикріпити до різних опор, таких як дверні рами або турніки, створюючи точку підвісу для виконання вправ на силу, витривалість і гнучкість [3, с. 180].

TRX також є назвою бренду, який виробляє оригінальні петлі, ставши своєрідним символом у фітнес-індустрії.

Ці вправи ґрунтуються на принципах функціонального тренування, вимагають від вас підтримання тіла в певних позиціях, залучаючи безліч м'язів для покращення сили та балансу. Вони також сприяють підвищенню гнучкості, координації, стабільності ядра та витривалості [1, с. 33].

TRX-петлі є універсальними, бо вони підходять для тренувань у залах, вдома та на відкритому повітрі. Завдяки своїй легкій портативності та зручності використання вони стали популярними.

Групові заняття із TRX-петлями стали популярними в останні роки через можливість ефективного тренування всього тіла. На цих заняттях можуть тренуватися люди з будь-яким рівнем фізичної підготовки, оскільки кожен вправу можна налаштувати індивідуально до кожного [5, с. 117].

Тренування з петлями TRX можуть бути досить інтенсивними і вимагати достатньої фізичної підготовки. Однак можливе решулювання навантаження робить їх доступними для новачків або людей з обмеженнями [2, с. 32].

Петлі TRX – унікальний інструмент для занять фізичною культурою; вони можуть використовуватися для різних вправ на силу, витривалість, баланс і гнучкість. Деякі поширені вправи за допомогою петель TRX включають:

- Віджимання для зміцнення грудних м'язів, рук та спини.

- Присідання для розвитку сили ніг.
- Ривки для зміцнення м'язів нижніх кінцівок.
- Бічні віджимання з петлями TRX: вправа для розвитку сили в плечах, руках та торсі.

- Вправа “Велосипед” для збільшення сили м'язів живота і спини [4, с. 77].

У цілому використання петель TRX є чудовим вибором для тих, хто шукає економічний та гнучкий спосіб для повноцінного функціонального тренування.

**Висновки.** Отже, TRX-петлі є інновацією в системі фізичного виховання завдяки своїй ефективності, безпеці, зручності та універсальності, які покращують функціональні можливості організму студентів і розвивають важливі фізичні та психологічні якості. Перевагами тренувань з використанням петель TRX є: прості й ефективні методи інтеграції обертальних рухів з можливістю прогресії відповідно до поставлених цілей; ефективний розвиток мобільності тіла й функціональності рухів; пружний опір, що дозволяє безпечно тренуватися навіть людям після травм; можливість тренуватися в будь-якому місці; універсальність для різних завдань і рівня підготовки атлетів.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Афанасьєв С., Демідова О., Мітова О. Використання обладнання TRX в процесі проведення фізкультурно-оздоровчих занять з жінками першого періоду зрілого віку. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Київ, 2023. Вип. 2 (160). С. 48-54.
2. Демідова О., Лашина Ю. Вплив занять фітнесом з використанням обладнання TRX на фізичний стан жінок. Спортивний вісник Придніпров'я. Дніпро, 2017. Вип. 3. С. 30-36.
3. Долгарєва М.Г., Федорина Т.Е. Застосування функціональних петель TRX на заняттях з фізичного виховання зі студентами з захворюванням остеохондрозом хребта. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Київ, 2019. Вип. 3К (110). С. 177-181.
4. Качан О.А. Упровадження інноваційних технологій у фізкультурно-оздоровчу та спортивну діяльність закладів освіти: навч.-метод. посібн. Слов'янськ : Витоки, 2017. 138 с.
5. Мадяр-Фазекаш Е., Тулайдан В., Сусла, В., Мордвінцев Г. Застосування

функціональних петель TRX на заняттях з фізичного виховання зі студентами з захворюванням остеохондрозом хребта. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Київ, 2022. Вип. 10 (155). С. 116-119.

*А. А. Проценко, В. В. Клушин*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **РОЛЬ ХОРТИНГУ У ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧІЙ ДІЯЛЬНОСТІ З МОЛОДШИМИ ШКОЛЯРАМИ В ПОЗАУРОЧНИЙ ЧАС**

Серед провідних вітчизняних систем бойового мистецтва фахівці виділяють такі як: сварга, спас, хрест, хортинг тощо. Особливої популярності серед сучасної молоді набув саме хортинг [2, с. 23]. На сьогодні вже достатньо вивчені історичні аспекти становлення цього виду спорту, розкрито його філософські засади, а також окреслено основні напрями застосування: оздоровчий, спортивний, військово-патріотичний і прикладний [4, с. 237]. Затверджено відповідні навчальні програми для секційної та гурткової роботи з хортингу для учнів 1–11 класів загальноосвітніх навчальних закладів та дитячо-юнацьких спортивних шкіл. Хортинг як національний вид спорту не лише сприяє фізичному розвитку дітей, а й виконує важливу соціально-виховну функцію [1, с. 7]. Його впровадження у позакласну діяльність дозволяє інтегрувати традиційні цінності та сучасні підходи до формування здорової та свідомої особистості. Завдяки доступності та адаптованості до різного віку, хортинг активно впроваджується в освітній процес як ефективний інструмент патріотичного виховання та гармонійного розвитку [3, с. 45].

Аналіз науково-методичних джерел [1, 2] дозволив дійти висновку, що хортинг є ефективним засобом фізичного виховання, сприяє розвитку фізичних якостей та формуванню морально-вольових рис у дітей. У той же час, питання методичного супроводу занять із хортингу потребує подальшої розробки, особливо в контексті навчання учнів молодшого шкільного віку. Наразі спостерігається нестача науково обґрунтованих методичних підходів до

організації таких занять. Важливо враховувати вікові та психофізіологічні особливості дітей цього вікового періоду при розробці програм. Ефективна методика повинна поєднувати навчальні, ігрові та виховні елементи, спрямовані на формування позитивної мотивації до занять. Залучення педагогів-практиків до створення та апробації програм хортингу є необхідним кроком для забезпечення якості фізкультурно-оздоровчої діяльності в освітньому середовищі.

Метою проведеного дослідження було визначення ефективності системи організації фізкультурно-оздоровчої роботи з молодшими школярами у позакласний час на прикладі занять хортингом.

У 2024-2025 роках було організовано педагогічний експеримент за участю 34 учнів другого класу віком 7-8 років. До позакласної діяльності було впроваджено систему занять, яка передбачала патріотичне виховання, формування морально-етичних рис, зміцнення здоров'я та загальну фізичну підготовку дітей засобами хортингу. Програма занять розроблялася з урахуванням вікових особливостей молодших школярів і включала як індивідуальні, так і групові форми роботи. У навчально-тренувальний процес інтегрувалися елементи гри, що сприяли підвищенню мотивації до занять. Особлива увага приділялася розвитку таких фізичних якостей, як витривалість, спритність, гнучкість і координація рухів. Заняття проводилися двічі на тиждень у позаурочний час у формі секційної роботи. Дітей заохочували до участі в показових виступах і спортивних змаганнях, що стимулювало зростання інтересу до хортингу як виду спорту.

На початку експерименту індекс життєвої ємності легень становив  $52,7 \pm 2,1$  мл/кг (середній рівень), коефіцієнт варіації - 16%. Після завершення дослідження цей показник зріс до  $64,7 \pm 2,7$  мл/кг (вище за середній рівень), коефіцієнт варіації - 17%, що свідчить про статистично значущу зміну ( $p < 0,05$ ). Функціональна сила м'язів кисті на початку становила  $43,1 \pm 3,14\%$  (низький рівень), наприкінці -  $45,5 \pm 2,6\%$  (середній рівень), однак приріст був несуттєвим ( $p > 0,05$ ). Індекс співвідношення маси тіла до зросту практично не змінився: з  $-0,7 \pm 0,1$  у.о. до  $-0,5 \pm 0,1$  у.о. ( $p > 0,05$ ). Індекс фізичної працездатності зріс із  $8,8 \pm 0,4$  у.о. (середній рівень) до  $5,9 \pm 0,4$  у.о. (рівень вище за середній), що є суттєвим показником ( $p < 0,05$ ). Також спостерігалось покращення інтегрального показника фізичного здоров'я: з  $2,3 \pm 0,6$  у.о. (низький клас) до  $7,8 \pm 0,5$  у.о. (середній рівень),  $p < 0,05$ .

Отже, результати дослідження підтверджують ефективність впровадженої системи занять з хортингу у позакласній діяльності молодших школярів. Заняття сприяли поліпшенню функціональних можливостей організму дітей, формуванню стійкого інтересу до фізичної активності та активного способу життя. Позитивна динаміка ключових показників засвідчує цінність хортингу як сучасного національного виду спорту для формування фізичного здоров'я у молодшому шкільному віці. Підвищення життєвої ємності легень, покращення фізичної працездатності та загального фізичного стану є результатом систематичних занять у рамках запропонованої програми. Особливістю хортингу є гармонійне поєднання фізичного навантаження з вихованням патріотичних та морально-вольових якостей.

У процесі дослідження також відзначено зростання дисциплінованості, відповідальності та зацікавленості учнів. Вони виявляли більше бажання до командної взаємодії, проявляли наполегливість у досягненні цілей. Заняття стали для дітей не лише засобом оздоровлення, а й джерелом позитивних емоцій. Варто відзначити позитивну роль тренера-викладача, який зміг налагодити контакт з дітьми, підтримати мотивацію до занять. Важливим аспектом стало також формування почуття національної ідентичності через знайомство з українськими традиціями бойового мистецтва.

Хортинг відкриває широкі можливості для індивідуального підходу до кожного учня, враховуючи їхні фізичні, психологічні та емоційні особливості. Завдяки доступності та адаптованості вправ, навіть діти з початковим рівнем підготовки змогли поступово досягти вагомих результатів. Важливою складовою стало використання елементів ігрових методик, що сприяли підвищенню емоційного фону занять. Батьки учнів також позитивно оцінили результати - діти стали активнішими, впевненішими у собі, охоче виконували фізичні вправи вдома. Зацікавленість хортингом поступово поширювалася не лише серед учнів, а й серед учителів фізичної культури, які виявили бажання долучитися до підвищення кваліфікації з цього напрямку.

Хортинг має потенціал не лише як форма позакласної діяльності, а й як повноцінний компонент освітнього процесу. Його інтеграція у шкільну програму фізичного виховання сприятиме системному підходу до формування здорового способу життя. Подальші дослідження у цій сфері дозволять удосконалити існуючі методики та адаптувати їх до умов освітнього процесу. Необхідною є також підготовка фахівців, здатних якісно реалізовувати оздоровчо-виховний

потенціал хортингу. Такий підхід сприятиме формуванню покоління, яке поєднуватиме міцне здоров'я, духовну силу та любов до рідної землі.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Васецький Ю. В. Виховання молоді в традиціях запорозького козацтва, або чому навчає хортинг: [інформ.-істор. довідник]. Дніпропетровськ: Дніпро, 2011. 25 с.
2. Єрмоєнко Е. А. Теорія і методика хортингу: метод. посіб. Київ: Паливода А. В., 2020. 227 с.
3. Хоронжевський Н., Чорний Л. Особливості використання хортингу у процесі позакласної роботи з фізичного виховання школярів. Фізична культура, спорт та фізична реабілітація в сучасному суспільстві: електр. зб. наук. праць XIV Всеукр. студ. наук.-практ. конф. (м. Вінниця, 09-10 червня 2022 р.). Вінниця: ВДПУ, 2022. С. 44-48.
4. Христова Т. Є. Фанін М. Е. Обґрунтування рівня тренувальних навантажень для старшокласників, які займаються у секціях хортингу. Наука III тисячоліття: пошуки, проблеми, перспективи розвитку: матеріали III Міжнар. науково-практ. інтернет-конф. (м. Бердянськ, 25-26 квітня 2019 р.). Бердянськ: БДПУ, 2019. С. 237-238.

*А. А. Проценко, В. С. Панов*  
Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

### **СПОРТИВНІ ІГРИ - КЛЮЧОВИЙ ІНСТРУМЕНТ РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ УЧНІВ СТАРШИХ КЛАСІВ**

У сучасному світі, де швидкість, точність та координація вирішують багато завдань, спорт відіграє ключову роль у формуванні фізичних та психологічних якостей особистості. Для учнів, чи то у школі, чи у побуті, розвиток координаційних здібностей має особливе значення [2, с. 103]. Спортивні ігри стають не лише засобом підтримки фізичної форми, але й ефективним інструментом формування та підтримки психоемоційного стану. У шкільному середовищі спортивні ігри виступають не лише засобом фізичного виховання,

але й важливим інструментом формування психоемоційної стійкості, розвитку навичок командної роботи, самоорганізації та лідерства кожної особистості

Участь молоді у становленні сучасної України підкреслює важливість подальших досліджень щодо впровадження сучасних та ефективних засобів фізичної підготовки молоді. Тому система освіти має демонструвати сучасний підхід до підлітків, теоретико-методологічну базу, адаптовану до сучасних потреб освітньої системи України. Впровадження нових методів навчання та виховання є передумовою покращення фізичного та морального здоров'я.

Координаційні здібності є важливою складовою всебічного розвитку підлітків. Вони впливають на здатність швидко і точно реагувати на зміни в навколишньому середовищі.

В умовах сучасного військового конфлікту молодь знаходиться перед низкою викликів, які вимагають від них не лише фізичної сили, а й високого рівня координаційних здібностей. Розвиток координації, зокрема, рухових навичок, відчуття простору та співпраці в команді, є критичним для успішного розвитку учнів старших класів та підготовкою для майбутніх викликів у професійній діяльності. У цьому контексті, використання спортивних ігор може бути ефективним інструментом для підвищення рівня координаційних навичок учнів [3, с. 122].

Мета роботи полягає у визначенні ефективності використання спортивних ігор для розвитку координаційних здібностей учнів старших класів.

Методи дослідження - теоретичний аналіз і узагальнення науково-методичної літератури.

Координаційні здібності - це здібності доцільно координувати рухи при побудові і відтворюванні нових рухових дій; здібності перебудовувати координацію рухів при потребі змінити параметри засвоєваної дії у відповідності до мінливих умов. Координаційні здібності забезпечують економне витрачання енергетичних ресурсів учнів, впливають на величину їх використання, так як точно дозоване в часі, просторі і за ступенем наповнення м'язове зусилля та оптимальне використання відповідних фаз розслаблення ведуть до раціонального витрачання сил [1, с. 47].

Серед основних умов, від яких залежить рівень розвитку координаційних здібностей людини, слід виділити: вміння аналізувати власті дії, формувати образи ритмічних, динамічних, часових і просторових характеристик рухів власного тіла і різних його частин у їх складній взаємодії. Розуміти поставлені рухові завдання, планувати конкретні способи виконання рухів. Не менш



важливою є здатність до оперативного аналізу і корекції характеристик дій.

Однією з ключових переваг спортивних ігор у контексті освіти є їхня здатність до комплексного розвитку фізичних якостей. Під час гри учні старших класів не лише навчаються контролювати свій рух та дії в умовах стресу та напруги, але й покращують витривалість, швидкість, силу та гнучкість. Завдяки різноманітності спортивних ігор, можна ефективно тренувати різні групи м'язів, а також розвивати аеробну та анаеробну витривалість [4, с. 114].

Крім фізичного аспекту, спортивні ігри також сприяють розвитку психологічних якостей. Під час гри вони вчаться швидко оцінювати ситуацію, реагувати на зміни в навколишньому середовищі та взаємодіяти з партнерами та опонентами. Це допомагає зберігати спокій у стресових ситуаціях та приймати обдумані рішення навіть у найскладніших умовах [5, с. 282].

Також спортивні ігри відіграють важливу роль у формуванні та підтримки колективного духу. Практичні заняття та змагання сприяють зміцненню колективізму між учнями, вчать командній роботі та підтримці одне одного в будь-яких умовах.

Нарешті, важливою перевагою спортивних ігор є їхня доступність та універсальність. Вони можуть бути організовані навіть у невеликих спортзалах навчальних закладів, використовуючи мінімальний інвентар та доступні ресурси.

Таким чином, спортивні ігри відіграють невід'ємну роль у розвитку координаційних здібностей учнів старших класів. Вони не лише забезпечують фізичну підготовку, але й сприяють формуванню ключових психологічних якостей та зміцненню духовно-морального компоненту. Враховуючи їхню важливість, спортивні ігри обов'язково потрібно проводити на практичних заняттях фізичної культури. Координація є надзвичайно важливою фізичною якістю серед усіх не менш важливих якостей, яка викликає постійний інтерес і стимулює потребу в систематичному вдосконаленні рухових якостей. Більшість навчальних програм з фізичної культури учнів старших класів більше орієнтовані на розвиток сили, витривалості та швидкості при цьому розвитку координаційних здібностей приділяється недостатньо уваги, зокрема, засобами спортивних ігор. Це призводить до дисбалансу у фізичній підготовці та не може у повній мірі задовільнити сучасні вимоги.

Високий рівень координаційних здібностей учнів старших класів дозволяє їм швидко і точно виконувати рухові дії в різних умовах; використання спортивних ігор може бути ефективним засобом для розвитку координаційних здібностей учнів старших класів. Важливо також враховувати гендерні

відмінності у виборі видів спортивних ігор, адже мотивація та інтереси хлопців і дівчат можуть суттєво відрізнятись. Доцільним є проведення психолого-педагогічного моніторингу змін у координаційних здібностях учнів, що дозволить своєчасно коригувати навчальні навантаження. Особливу увагу слід приділяти формуванню позитивної мотивації до участі в спортивних іграх, адже саме внутрішня зацікавленість забезпечує високий рівень залучення учнів. Крім того, залучення батьків і громади до організації спортивних заходів може сприяти формуванню єдиного освітнього простору, спрямованого на синергічний фізичний і духовний розвиток молоді.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Боген М. М. Навчання рухових дій. Київ: Фізична культура і спорт, 2005. 234 с.
2. Круцевич Т. Ю., Воробйов М. І., Безверхня Г. В. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді. Київ: Олімпійська література, 2011. 224 с.
3. Нестерчук Н. Є., Сидорук І. О., Зарічнюк І. Р., Чоповський Д. П. Розвиток координаційних здібностей дітей молодшого шкільного віку. *Rehabilitation and Recreation*. 2022. №13. С. 121-125.
4. Трояновська М. М. Теоретичний аналіз розвитку координаційних здібностей у фізичному вихованні та спорті. *Вісник Запорізького національного університету. Фізичне виховання та спорт*. 2012. № 1(7). С. 112-119.
5. Філіппов М. М., Жула Л. В., Солонець Ю. Ю., Синіговець І. В. Біомеханічні параметри координаційних здібностей студентів факультету фізичного виховання в процесі занять легкою атлетикою. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт*. 2015. Вип. 129(1). С. 281-284

*Д.А. Проценко*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ТЕОРЕТИКО-ПРИКЛАДНІ АСПЕКТИ ВІДБОРУ ДІТЕЙ У СЕКЦІЮ ВОЛЕЙБОЛУ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ**

### **Актуальність теми:**

Питання ефективного відбору дітей у спортивні секції набуває особливого значення в умовах сучасного спортивного розвитку. Саме етап початкової підготовки у волейболі є критичним для формування основ техніки гри, розвитку рухових якостей і, що не менш важливо, для виявлення талановитих дітей із перспективами у спорті вищих досягнень.

Початкова підготовка у волейболі — це фундаментальний етап, який охоплює вік приблизно від 8 до 12 років. У цей період формуються базові технічні навички, загальна фізична підготовка, а також мотивація до занять спортом. Ефективність подальшого розвитку багато в чому залежить від правильного підходу саме на цьому етапі.

### **Фізіологічні особливості:**

Швидке фізичне зростання. У віці 9–12 років діти інтенсивно ростуть, що потребує обережного підходу до навантажень, аби не перевантажити опорно-руховий апарат.

Підвищена рухливість суглобів. Це дозволяє легко опановувати нові рухи, але водночас вимагає уваги до зміцнення м'язів та профілактики травм.

Недостатньо розвинена м'язова сила та витривалість. Тому тренування мають бути спрямовані на розвиток координації, спритності, загальної витривалості.

**Психологічні особливості:** Високий інтерес до гри. Діти надають перевагу активному, емоційному навчанню, тому важливо використовувати ігрові методи. Це залежність від схвалення дорослого. Роль тренера дуже важлива: підтримка, заохочення, створення позитивного клімату в команді. Також головне це формування самодисципліни. На цьому етапі діти лише починають опановувати організованість, відповідальність, командну взаємодію.

### **Ключові напрями розвитку юного волейболіста:**

1. Технічна підготовка: формування правильних рухових дій

(передача, подача, прийом).

2. Фізична підготовка: розвиток гнучкості, координації, сили, витривалості.

3. Тактичне мислення: ознайомлення з основними правилами гри, орієнтація у просторі, реакція на зміну ситуації.

4. Психологічна стійкість: розвиток впевненості, вміння концентруватись, переживати поразки конструктивно.

5. Соціальна адаптація: взаємодія в команді, розвиток комунікаційних навичок.

### **Педагогічні принципи підготовки:**

1. Індивідуальний підхід. З урахуванням фізичного розвитку, рівня навичок і психоемоційного стану.

2. Поступовість та доступність. Вправи повинні відповідати віку та можливостям дитини, не викликати перевтоми.

3. Ігровий характер занять. Більшість тренувань повинні мати форму гри: міні-змагання, естафети, елементи волейболу у форматі забави.

4. Раннє вивчення техніки. Навчання правильному виконанню подач, передач, прийому м'яча вже на ранньому етапі сприяє формуванню моторної пам'яті.

5. Розвиток командного духу. Важливо з перших занять прищеплювати цінність взаємодії, підтримки, взаємоповаги.

Відомі вчені, які досліджували саме тему відбору у спорті та волейболі є:

Платонов В. М. — один із провідних вчених у галузі теорії і методики підготовки спортсменів. У його працях детально висвітлено етапи спортивного відбору, структуру тренувального процесу та особливості дитячо-юнацького спорту.

Ареф'єв В. Г. — спеціалізується на методиках тестування дітей для занять ігровими видами спорту, зокрема волейболом. Його праці містять практичні рекомендації щодо організації відбору у спортивні секції.

Лях В. І. — відомий дослідник у сфері рухової активності дітей, розвитку фізичних якостей та вікових закономірностей формування спортивних навичок.

Жданова О. І. — співавтор багатьох досліджень із проблем початкової спортивної підготовки, психофізіологічних особливостей дітей молодшого віку. Та багато інших.

Мета дослідження:

Проаналізувати теоретичні засади та прикладні аспекти відбору дітей у

секцію волейболу, виявити основні критерії, методи та підходи, які забезпечують якісний набір до груп початкової підготовки.

#### **Завдання дослідження:**

1. Дослідити фізіологічні та психологічні особливості дітей молодшого шкільного віку.
2. Визначити основні критерії та показники, за якими здійснюється відбір.
3. Розглянути сучасні методики оцінювання рухових здібностей.
4. Запропонувати практичні рекомендації для тренерів та викладачів фізичної культури.

#### **Критерії відбору:**

- Фізичні: антропометричні дані (зріст, вага, довжина рук), рівень фізичної підготовленості (координація, швидкість реакції, стрибучість).
- Психологічні: рівень мотивації, емоційна стабільність, здатність до навчання, витривалість до навантаження.
- Медичні: загальний стан здоров'я, відсутність протипоказань до занять волейболом.
- Соціальні: підтримка з боку батьків, наявність належних умов для регулярних тренувань.

#### **Методи відбору:**

- Фізичні тести (біг 30 м, стрибок у довжину з місця, кидок м'яча на дальність, координаційні вправи).
- Медичне обстеження.
- Психологічне анкетування.
- Ігрове тестування (елементи волейболу: подача, прийом, передача м'яча).
- Спостереження за поведінкою дитини у групі, її комунікабельність, лідерські якості.

#### **Особливості відбору:**

Віковий період 9–11 років вважається оптимальним для початку занять волейболом. У цьому віці діти вже мають достатній рівень координаційних здібностей, сприймають інструкції, активно вчаться, формуються базові соціальні навички. Водночас, необхідно враховувати індивідуальний розвиток кожної дитини, не обмежуючи лише критеріями «ідеального» атлета.

#### **Практичні рекомендації:**

- Використовувати поетапну систему відбору: ознайомлювальні заняття → тестування → пробний період у секції → остаточне рішення.

- Проводити відбір за участі мультидисциплінарної команди (тренер, лікар, психолог).
- Ураховувати не лише результати тестів, але й загальну зацікавленість дитини, її поведінку у команді, відкритість до навчання.
- Забезпечити мотиваційну підтримку батькам і дітям — роз'яснювати цілі, перспективи, користь від занять волейболом.

### **Аналіз зарубіжного досвіду:**

У провідних європейських країнах (Нідерланди, Бельгія, Італія, Польща) процес відбору до спортивних секцій, зокрема у волейболі, базується на довготривалому спостереженні та широкій участі освітньої системи. Школи активно співпрацюють із клубами, проводяться регулярні «тести рухової готовності» для дітей. Такий підхід дозволяє на ранньому етапі помічати здібності та підтримувати інтерес до спорту.

### **Роль тренера у відборі:**

Тренер — ключова фігура на етапі початкової підготовки. Його педагогічна чуйність, здатність помітити потенціал, навіть якщо дитина не одразу демонструє видатні результати, можуть вплинути на подальшу спортивну кар'єру. Тому підготовка тренерських кадрів у напрямку педагогіки та дитячої психології має стати одним з пріоритетів.

### **Перспективи розвитку:**

Запровадження національних програм відбору ігрових видів спорту у школах, створення баз даних результатів тестувань, формування шкільних та міських центрів розвитку волейболу дозволить систематизувати підготовку молоді. Особливо перспективним є використання цифрових інструментів для відстеження динаміки розвитку кожного юного спортсмена.

## **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Арєф'єв, В. Г. (2015). Методика відбору дітей для занять ігровими видами спорту. Харків: ХДАФК.
2. Bompa, T., Haff, G. (2009). *Periodization: Theory and Methodology of Training*. Champaign, IL: Human Kinetics.
3. Гончарова, Н. М. (2016). Теоретико-методичні основи підготовки юних волейболістів. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури, №3 (56), с. 45–48.
4. Лях, В. І., Жданова, О. І. (2014). Фізичний розвиток і підготовка дітей до занять спортом. Київ: Олімпійська література.

5. Malina, R. M., Bouchard, C., Bar-Or, O. (2004). Growth, Maturation, and Physical Activity. Champaign, IL: Human Kinetics.
6. Platonov, V. N. (2015). The System of Training Athletes in Olympic Sports. Kyiv: Olympic Literature.
7. Раєвський, Р. Т. (2018). Педагогічні основи підготовки юних спортсменів на етапі початкової спеціалізації. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві, №2(42), с. 78–83.
8. Веретенко, В. В. (2021). Особливості психолого-педагогічного супроводу дітей під час відбору в секції. Педагогіка спорту та фізичне виховання, №1(7), с. 31–35.

*С.М. Розумний, І.С. Олійник*

Мелітопольський державний  
Педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **МЕТОДИКА РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ НА СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТТЯХ З БАСКЕТБОЛУ**

**Вступ.** Фізичний розвиток і підготовленість є ключовими індикаторами здоров'я дитини. В шкільному віці підвищити їхню рухову активність можна за допомогою командних ігор, зокрема через активне залучення до баскетболу. Ця гра не тільки сприяє фізичному розвитку і підготовленості, вона також допомагає дітям розвивати життєво необхідні рухові навички, морально-вольові якості та здоровий спосіб життя.

Досліджуючи фізичну підготовку в баскетболі, фахівці [3, 4] відзначають, що добре розвинені координаційні здібності сприяють високій якості гри. Завдяки цим здібностям баскетболісти можуть покращити свої показники, такі як: точність кидків і передач м'яча; зменшити кількість втрат м'яча, що значно збільшують ефективність своєї гри навіть в умовах втоми.

У сучасному баскетболі, який вимагає високих атлетичних стандартів, особливу увагу приділяють координаційним здатностям для досягнення майстерності. Технічна підготовка охоплює розвиток швидко-силових характеристик, удосконалення координації рухів і підвищення стійкості до різних збурень, хоча саме координаційні здібності ще не повністю висвітлені в

наукових дослідженнях.

**Метою** нашої роботи є теоретично дослідити та обґрунтувати особливості методики розвитку координаційних здібностей на секційних заняттях з баскетболу.

**Методи дослідження.** Нами був проведений аналіз та узагальнення даних науково-методичних літературних джерел і мережі «Інтернет» з проблеми дослідження.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Баскетбол вважається однією з найдинамічніших спортивних ігор, що вимагає розвитку рухових, функціональних та інтелектуальних навичок. Під час гри покращуються розумові здібності, координація рухів і вміння орієнтуватися в постійно змінюваних умовах. Розвиток координації у баскетболі, зокрема, включає тренування вмінь виконувати складні дії та адаптувати рухи відповідно до змін на майданчику [3, с. 145].

Координація характеризується здатністю людей керувати своїми рухами. Ускладненість управління опорно-руховим апаратом обумовлена тим, що людське тіло складається з великої кількості біологічних компонентів, які мають понад сто ступенів свободи [1, с. 312].

Покращена координація рухів є результатом цілеспрямованого педагогічного процесу, спрямованого на її систематичний розвиток. Високий рівень розвитку координаційних здібностей позитивно впливає на здатність дітей ефективно опановувати нові рухові навички. Ступінь складності завдань, різноманітність виконуваних рухів та підвищення темпу виконання є критично важливими умовами для успішного вдосконалення координаційних здатностей [2, с. 14].

Координаційні здібності відіграють важливу роль у технічній підготовці учнів-баскетболістів, допомагаючи узгоджувати та впорядковувати різноманітні рухи відповідно до поставлених цілей [4, с. 31].

Тренування координації включає систематичність занять з підвищенням координаційним навантаженням, різноманітністю спеціальних вправ та поступовим збільшенням інтенсивності й тривалості тренувань. Це дозволяє адаптувати процес вдосконалення координаційних здатностей до індивідуальних потреб кожного спортсмена [5, с. 112].

Координаційні здібності є основою успішної технічної підготовки баскетболістів і важливими на етапі початкової підготовки. Баскетбол відрізняється великою різноманітністю рухів, стрибків і кидків, тому розвиток



координації має бути одним з головних завдань на секційних заняттях з баскетболу [6, с. 478].

Під час розвитку координаційних здібностей на секційних заняттях з баскетболу слід дотримуватися таких методичних підходів:

1. У секційній роботі необхідно дотримуватися принципу поступового освоєння нових рухових дій. Розучування нових вправ повинно проходити з поступовим ускладненням координаційних завдань. Цей метод широко використовується педагогами з фізичної культури та тренерами як на початковому етапі підготовки, так і під час спортивного вдосконалення. Завдяки освоєнню нових вправ спортсмени можуть розширити свій руховий досвід, що допомагає їм легко вирішувати рухові завдання у складних ігрових умовах.

2. На секційних заняттях з баскетболу особливу увагу слід приділяти розвитку здатності швидко адаптувати рухову активність до змінних умов. Цей методичний підхід також користується популярністю в практиці фізичного виховання, особливо у командних іграх та одноборствах.

3. У секційній роботі варто організувати навчання таким чином, щоб одні учні виконували рухові дії, а інші спостерігали за ними, зазначаючи недоліки. Це сприяє розвитку уваги, мислення та уяви [3, с. 84].

**Висновки.** Отже, в баскетболі важливу роль відіграють координаційні здібності, зокрема: здатність зберігати рівновагу, управляти часовими, просторовими та силовими аспектами рухів, відчуття ритму, орієнтування у просторі, довільне розслаблення м'язів, спритність. Вправи для підвищення координаційних здібностей мають поступово ускладнюватися та впроваджуватися як засоби спеціальної підготовки в основній частині заняття. На початковому етапі навчання ці вправи повинні займати до 40% загального часу секційних занять з баскетболу.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Колумбет О.М. Розвиток координаційних здібностей молоді: монографія. Київ: РВУФК, 2014. 420 с.
2. Линець М.М. Основи методики розвитку координаційних якостей: лек. Львів: ЛДУФК, 2015. 15 с.
3. Мітова О.О., Сушко Р.О. Методи наукових досліджень у баскетболі: навч. посіб. Дніпро: ПДАФКіС, 2021. 266 с.
4. Основи фізичної підготовки баскетболістів: метод. реком. Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки, 2022. 55 с.

5. Gunnell K.E. Physical activity and brain structure, brain function, and cognition in children and youth: A systematic review of randomized controlled trials. *Mental Health and Physical Activity*. 2019. Vol. 16. P. 105-127.
6. Páez-Maldonado J.A. Physical Fitness, Selective Attention and Academic Performance in a Pre-Adolescent Sample. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020. Vol. 17, no. 17. P. 6216.

***Р.В. Семеняк, І.С. Олійник***

Мелітопольський державний  
Педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ СИЛОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ У ЧОЛОВІКІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ПАУЕРЛІФТІНГОМ**

**Вступ.** Пауерліфтинг є популярним видом спорту серед сучасної молоді, що зацікавлює фахівців у розробці та науковому обґрунтуванні теорії і методики підготовки спортсменів різних вікових категорій та рівнів кваліфікації. Хоча це досить молодий спорт, за останні десять років інтерес молоді до пауерліфтингу значно зріс завдяки його доступності та швидкому поліпшенню результатів. Цей вид спорту сприяє швидкому підвищенню силових можливостей, нарощуванню м'язової сили та маси, зміцненню зв'язок у спортсменів.

Дослідження показують, що пауерліфтинг особливо популярний серед чоловіків. Проблемі тренування пауерліфтерів чоловічої статі в силовому триборстві приділяється значна увага, і методика їх підготовки постійно вдосконалюється. Аналіз наукової літератури щодо підготовки спортсменів у пауерліфтингу виявляє широкий спектр питань. Зокрема, висвітлюються різноманітні погляди на вік початку занять силовим триборством, обсяг та зміст тренувальної роботи, а також використання різних тренувальних засобів. Відзначаються перші спроби обґрунтування доцільності застосування тренажерів на початковому етапі підготовки в пауерліфтингу.

Аналіз теорії спортивного тренування і практики навчальної діяльності спортсменів у силовому триборстві виявляє низку протиріч, зокрема:

- між традиційним застосуванням засобів розвитку силових здібностей і можливостями опорно-рухового апарату спортсменів;

- між прагненням тренерів інтенсифікувати тренувальний процес на початкових етапах за рахунок зниження частки загальної фізичної підготовки та необхідністю всебічного розвитку молодих спортсменів;
- між необхідністю посилення тренувального процесу і традиційним використанням статичних та динамічних методів виконання силових вправ [4, с. 75].

**Метою** нашої роботи є дослідження особливостей розвитку силових здібностей у чоловіків-пауерліфтерів.

**Методи дослідження.** Нами був проведений аналіз та узагальнення даних науково-методичних літературних джерел і мережі «Інтернет» з проблеми дослідження.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Фізична підготовленість кожної людини має основні фактори, що характеризують рівень розвитку основних фізичних якостей, такі як: витривалість, сила, гнучкість, швидкість і т.д. За допомогою м'язової сили людина має можливість протистояти зовнішнім впливам, долати різну складність перешкоди [3, с. 332].

Розвиток силових здібностей складний процес, кожна людина відрізняється від іншого своєю конструкцією, наприклад ендоморфний тип фігури, з округлими формами, що швидше досягають результату в силовій підготовці. Ектоморфний тип, худорлявої статури навпаки, насилу досягає розвитку силових показників. Але при цьому варто пам'ятати, що людина з будь-якою статурою здатна розвинути свої силові здібності, потрібно лише грамотно скласти тренувальний план і добре розібратися [1, с. 106].

У результаті розвитку фізичної підготовленості в людини відбувається зростання і потовщення м'язових волокон, внаслідок зростання м'язів змінюється статура людини, підвищується міцність суглобів, зв'язок, а під впливом спеціальних вправ – та його еластичність і гнучкість [6, с. 412].

Методи розвитку силових якостей базуються на загальних біологічних принципах використання та відновлення ресурсів організму, таких як енергетичні, пластичні та регуляторні ресурси. Вони також забезпечують фіксацію слідових процесів у нервових центрах для формування умовних рефлексів. Таким чином, методи розвитку силових якостей мають включати дві фази: навантажувальну (витрата енергетичних і пластичних ресурсів) та відновну (відновлення ресурсів). Важливо оптимально визначити тривалість відпочинку, щоб відновлення перевищувало початковий рівень [2, с. 53].

Організація силової роботи впливає на характер навантаження спортсмена.

Ефективність силових вправ залежить від таких чинників як вихідне положення, режим роботи м'язів, величина обтяження або опору, кількість повторень, швидкість виконання рухів, темп виконання і характер та тривалість інтервалів відпочинку [5, с. 144].

**Висновки.** Отже, фізична підготовленість характеризується такими основними якостями, як витривалість, сила, гнучкість і швидкість. За допомогою м'язової сили людина може протистояти зовнішнім впливам і долати перешкоди. З розвитком фізичної підготовленості відбувається зростання і потовщення м'язових волокон, зміни в статурі, поліпшення міцності суглобів і зв'язок, а також еластичності та гнучкості.

Пауерліфтинг є видом спорту, основним завданням якого є подолання опору ваги, максимально важкої для спортсмена. У цьому виді спорту питання фізичної підготовки та методики вдосконалення силових здібностей у підйомі максимальної ваги є ключовими. Пауерліфтинг сприяє швидкому зростанню силових здібностей, збільшенню м'язової сили і маси, зміцненню зв'язок.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Грибан Г.П., Мичка І.В. Педагогічні засади навчання силових вправ з пауерліфтингу студентської молоді в освітньому процесі з фізичного виховання. Вісник Кам'янець-Подільського нац. університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. – Вип. 11. – Кам'янець-Подільський, 2018. С. 102-110.
2. Круцевич Т.Ю., Пилипей Л.П. Актуальність сучасних силових видів спорту для системи професійно-прикладної фізичної підготовки у вузі. Спортивний вісник Придніпров'я. 2006. № 2. С. 51-55.
2. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання: у 2 т. Київ: Олімпійська література, 2008. 568 с.
3. Лавренюк В.С. Удосконалення силових здібностей студентів у навчальному процесі з фізичного виховання. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: науковий журнал. Харків: ХОВНОКУ-ХДАДМ. 2011. №6. С. 74-77.
4. Weinberg R.S., Gould D. Foundations of Sport & Exercise Psychology: Third Edition Human Kinetics, 2003. 586 p.
5. Wilmore J.H., Costill D.L. Physiology of sport and exercise. Champaign, Illinois: Human Kinetics, 2004. 726 p.

***С.В. Сінаков***

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **МЕТОДИЧНІ ПІДХОДИ ДО НАВЧАННЯ ПРАВИЛЬНОЇ РОБОТИ НІГ ЮНИХ ТЕНІСИСТІВ**

У тенісі кожен удар є результатом узгодженої серії рухів, що формують так званий «кінетичний ланцюг». Початок руху бере свій початок з положення ніг спортсмена, далі імпульс передається вгору – через стегна, корпус, плечовий пояс – аж до руки, зап'ястя і, нарешті, до ракетки в момент удару по м'ячу. Такий послідовний механізм забезпечує ефективне накопичення, передачу й вивільнення енергії, яка необхідна для потужного та точного удару. З біомеханічної точки зору, чим злагодженіше функціонують всі ланки цього ланцюга, тим якіснішою є техніка. Порушення в одній із ланок можуть стати причиною не тільки технічних помилок, але й підвищеного ризику травм. Тож гармонійна моторика є запорукою безпечної та результативної гри [2].

У сучасному тенісі, де швидкість і динаміка гри постійно зростають, правильна робота ніг стає ключовим фактором успіху. Ця стаття розглядає фундаментальні аспекти техніки пересування по корту, що є критично важливими як для початківців, так і для досвідчених спортсменів.

Правильна робота ніг у тенісі охоплює всі види пересування по корту, що забезпечують мобільність, швидкість реакції та загальну динаміку дій спортсмена [1].

Ефективність гри значною мірою залежить від здатності тенісиста швидко та точно переміщатися, щоб вчасно вийти в зручну позицію для удару. Траєкторія руху до м'яча варіюється в залежності від ігрової ситуації та може включати різні способи пересування: повільну ходу, перехресний і приставний біг, стрибки, а також так звану «розніжку» (рис. 1).

Новачки мають засвоїти (а досвідчені спортсмени це вже інтуїтивно розуміють), що хоча очі дозволяють відстежити напрямок польоту м'яча, точно оцінити його траєкторію, швидкість і відстань заздалегідь неможливо. Саме тому вирішальним чинником для точного удару є швидкість та правильне положення ніг у момент прийому м'яча [1].



Рис. 1. Робота ніг

Ноги тенісиста повинні постійно перебувати в русі, аби компенсувати можливі візуальні помилки під час оцінки м'яча. Однак безсистемний рух лише шкодить.

Одним із основних компонентів правильного старту є опора на передню частину стопи. Якщо початківцям складно зберігати баланс у такому положенні, допустимий тимчасовий розподіл ваги на всю стопу. Втім, важливо уникнути формування звички, яка надалі може заважати спортивному прогресу [1].

Визначення необхідної швидкості та напрямку руху має здійснюватися якомога раніше. Це дозволяє гравцеві більш точно спрогнозувати політ м'яча, оцінити його силу та відстань, а також обрати оптимальну кількість кроків для наближення до точки удару. Така оцінка суттєво впливає на спосіб старту: при повільному м'ячі, що падає в центрі корту, надмірне прискорення є недоцільним – краще спокійно зайняти зручну позицію.

Навіть якщо м'яч летить недалеко, не варто зневажати точністю рухів – саме в таких випадках часто трапляються помилки через недооцінку ситуації. Тож зосередженість має супроводжувати кожну дію на корті.

Для ефективного покриття ігрової площі слід добирати відповідний спосіб пересування. Великі відстані доцільно долати бігом, для коротких переміщень у сторони – краще підійде приставний крок. Динамічна гра потребує поєднання кількох технік – прискорень, швидких кроків, зміни напрямку руху. Відступ назад, наприклад, для прийому високих м'ячів, найкраще виконувати приставним кроком [3].

При зміні позиції часто використовуються приставні кроки та розніжка – балансуючий рух зі стрибком, що виконується синхронно з ударом суперника. Це дозволяє бути готовим до реакції на м'яч. Також можливе комбіноване застосування кількох технік пересування для досягнення максимальної ефективності [4].

Отже, правильна робота ніг у тенісі є ключовим фактором успіху, адже вона забезпечує мобільність, швидкість реакції та загальну динаміку дій спортсмена. Ефективність гри залежить від здатності тенісиста швидко та точно переміщатися, щоб вчасно вийти в зручну позицію для удару. Ноги гравця повинні постійно перебувати в русі, компенсуючи можливі візуальні помилки під час оцінки м'яча. Основою правильного старту є опора на передню частину стопи, а раннє визначення необхідної швидкості та напрямку руху дозволяє точніше спрогнозувати політ м'яча. Вибір техніки пересування залежить від ігрової ситуації: для великих відстаней підходить біг, для коротких – приставний крок, а динамічна гра вимагає поєднання різних технік. При зміні позиції часто використовуються приставні кроки та розніжка, а комбіноване застосування технік дозволяє досягти максимальної ефективності. Отже, правильна робота ніг – це комплекс навичок, що включає положення стоп, швидкий старт, ефективне використання технік та вміння змінювати напрямок руху. Освоєння цих навичок є необхідним для досягнення високих результатів у тенісі.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бурлака І.В., Лукачина А.В. Фізичне виховання: Теніс: навч. посіб. для здобувачів ступеня бакалавра. К.: КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2022. 75 с.
2. Ібраїмова М.В. Сучасна школа тенісу: початкова підготовка. Київ: ВПЦ Експрес; 2013. 204 с.
3. Козак А. Обґрунтування доцільності діагностики координаційних здібностей тенісистів на початковому етапі підготовки. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2014. № 2. С. 19-22.
4. Курмаєва О. В. Особливості методик навчання тенісу дітей 5-6 років на початковому етапі. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2014. № 6. С. 21-26.

***О.С. Скляр***

Харківський національний  
університет внутрішніх справ,

***Я.С. Кудря-Скляр***

Мелітопольський державний  
педагогічний університет імені  
Богдана Хмельницького

## **СУЧАСНІ НАУКОВІ ПІДХОДИ ДО РОЗУМІННЯ ЗМІСТУ ПСИХОЛОГІЧНОГО ВІДНОВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ ПІСЛЯ ТРАВМІВНОГО ВПЛИВУ**

Механізми психологічного відновлення особистості після травматичних подій передбачає вивчення комплексу підходів і процесів, які допомагають особистості адаптуватися і повернутися до психічної рівноваги після впливу стресових чи травматичних обставин. Цей процес охоплює кілька рівнів – від біологічних механізмів адаптації організму людини до соціально-психологічних факторів.

Психологічне відновлення особистості після травматичних подій є важливим аспектом роботи в галузі клінічної та реабілітаційної психології. У сучасній науці існує декілька підходів до розуміння цього процесу, кожен з яких акцентує увагу на різних аспектах особистісного відновлення.

Психологічне відновлення – це процес повернення до збалансованого психічного стану після перенесеного травматичного досвіду чи сильного стресу. Воно охоплює поступове відновлення емоційної стабільності, фізіологічного здоров'я, відновлення когнітивних функцій та соціальних взаємозв'язків. Цей процес може проходити природно або за допомогою професійної підтримки з боку психологів [1].

Вчені визначають наступні складові психологічного відновлення [2]:

- емоційне відновлення – робота з негативними емоціями (страх, тривога, гнів тощо) через розвиток навичок саморегуляції та осмислення емоційного досвіду. Цей етап передбачає вивчення способів безпечного вираження та управління власними емоціями і почуттями;

- когнітивне відновлення – передбачає перебудову негативних переконань і відновлення раціонального мислення. Після травматичних подій у людини можуть з'являтися деструктивні думки, які потребують когнітивної терапії для



відновлення позитивного світогляду;

- фізіологічне відновлення – це відновлення нормального функціонування тіла, зменшення напруження в м'язах, поліпшення якості сну та зниження рівня тривоги. Фізіологічна складова передбачає застосування методів релаксації, фізичних вправ, медитацій тощо;

- соціальне відновлення спрямоване на відновлення соціальних взаємин, спілкування з родиною, друзями, колегами. Соціальна підтримка відіграє важливу роль у реабілітації та допомагає людині інтегруватися в суспільство після пережитих випробувань;

- особистісне відновлення – це робота з власною ідентичністю, пошук сенсу подій та інтеграція нових життєвих досвідів. Людина може переосмислити свій життєвий шлях, що призведе до особистісного зростання.

У деяких випадках після травми люди відчують не тільки відновлення, але й новий етап розвитку який науковці назвали посттравматичним зростанням. Людина після травматичного досвіду відкриває для себе нові цінності, змінює свої пріоритети та стає більш стійкою до стресу.

Дослідження феномену психологічного відновлення після травматичних подій активно вивчається як українськими, так і зарубіжними вченими. У контексті сучасної наукової літератури, розуміння механізмів відновлення особистості після травматичного впливу включає комплексні підходи, що охоплюють біологічні, когнітивні, емоційні та соціальні аспекти.

Наразі українські науковці (Т. Тиратренко, О. Чупрій, Т. Євсєєва, Т. Морозова, М. Савченко), приділяють велику увагу психологічним наслідкам травм, спричинених збройними конфліктами та іншими кризовими ситуаціями. Однією з актуальних тем є психічна реабілітація військових і цивільних, які постраждали під час військових дій. Вчені досліджують вплив посттравматичного стресового розладу (ПТСР), механізми адаптації, а також роль психосоціальної підтримки у процесі відновлення. Наприклад, дослідження психологів О. Чупрія та Т. Євсєєвої показують, що використання когнітивно-поведінкових технік та групових терапій значно підвищує ефективність психологічного відновлення [3].

Українські психологи також акцентують увагу на важливості психосоціальної підтримки та колективної терапії, де індивіди можуть отримати емоційну підтримку в групах людей, що пережили схожі травматичні ситуації. Наприклад, дослідження Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України розглядають адаптаційні механізми, які допомагають військовим,

постраждалим в результаті бойових дій, повертатися до нормального функціонування.

У західній науковій літературі також приділяється велика увага процесу психологічного відновлення. Однією з найбільш впливових концепцій є модель посттравматичного зростання (Post-Traumatic Growth, PTG) розроблена американськими психологами Тедом Ешером та Річардом Тедескі. Вони наголошують, що, окрім звичайного відновлення, люди можуть досягти вищого рівня психологічної стійкості та внутрішнього розвитку після травматичних подій. Дані дослідники описують його як ситуацію, за якої розвиток особистості (постраждалого), принаймні в окремих сферах перевищив свій попередній рівень, той, який був присутній до того, як в житті з'явилася криза. Людина не просто вижила, але щей значуще змінилася відносно свого попереднього стану. Тобто це не просто повернення до певної базової лінії, але – вдосконалення у певних дуже важливих для людини сферах. Ці зміни проявляються у різних напрямках: зростання цінування життя в цілому, зростання почуття особистої сили, наповнення стосунків смислами, зміна пріоритетів, збагачення духовного життя. [4] До 80-х років XX століття позитивні наслідки негативних подій систематично не досліджувалися. Але є поодинокі повідомлення в даному руслі, наприклад дослідження науковця як Н. Фінкеля (1975), в якому було виявлено, що студенти, які мали травматичний досвід, описували не лише негативні наслідки що склалися у процесі кризи, але й певні зміни на краще у своєму житті.[5]

Але ситуація змінилася після публікації низки досліджень, зокрема робіт Р. Тедескі, Л. Калхуна. Так, наприкінці 80-х років працював під керівництвом В. Юле та Р. Вільямс, досліджуючи осіб, які постраждали від катастрофи Herald of Free Enterprise (6 березня 1987), а саме 6 березня 1987 року була катастрофа автомобільно-пасажирського парому Herald of Free Enterprise, в даній катастрофі загинули 150 чоловік і з 500 які знаходились на борту. У 1990 році було проведено чергове обстеження постраждалих, і з'ясовано, що у 46% осіб погляди на життя змінилися на гірше, але у 43% – змінилися на краще.

Загалом, погляди Р. Тедескі та Л. Калхуна на виміри посттравматичного зростання відображені в опитувальнику їх авторства (Опитувальник посттравматичного зростання, The Post-traumatic Growth Inventory (PTGI)), який містить 5 субшкал, а саме: ставлення до інших; нові можливості; особистісна сила; духовні зміни; цінування життя.

На сьогоднішній день існує вже ряд опитувальників та шкал, які

спроможні допомогти дослідити посттравматичне зростання. Однак, на превеликий жаль, вони не адаптовані до використання в Україні. Опитувальники такі як «The Changes in Outlook Questionnaire» (CiOQ, Опитувальник світоглядних змін) та «The Posttraumatic Growth Inventory» (PTGI, Опитувальник посттравматичного зростання) були одними із перших, та розвивалися у тісному зв'язку із авторськими баченнями про посттравматичне зростання. Перший опитувальник (CiOQ) має дві версії, повну (23 пункти) та скорочену (10 пунктів), і дозволяє оцінити дві групи наслідків пережиття травми: позитивні і негативні. Він має добрі психометричні характеристики, що дозволяє використовувати його і з клінічною, і з науково-дослідною метою. Другий опитувальник (PTGI), як зазначалося раніше, містить 5 субшкал: ставлення до інших; нові можливості; особистісна сила; духовні зміни; цінування життя

Значну увагу дослідники приділяють також біологічним аспектам психологічного відновлення. Дослідження показують, що тривалі стресові стани змінюють хімічний склад мозку, і тому відновлення вимагає стабілізації гормонального фону. Зарубіжні фахівці активно використовують такі методики, як EMDR (десенсибілізація і переробка рухами очей), щоб допомогти особистості інтегрувати травматичні спогади.

Сучасні науковці об'єднують когнітивні та психосоціальні підходи до відновлення. Зарубіжні психотерапевти, як-от Бессел ван дер Колк, акцентують увагу на тому, що травма зберігається не лише в пам'яті, а й на рівні тіла, тому відновлення повинне охоплювати також тілесні техніки, такі як йога або тілесно-орієнтована терапія.

Такі дослідники як С. Декель, Т. Ейн-Дор, З. Соломон, досліджуючи ізраїльських ветеранів, виявили, що вищий рівень ПТСР у 1991 році є предиктором більшого зростання у 2003, а вищий рівень ПТСР у 2003 – дозволяє передбачити більше зростання у 2008 році.

Дане відкриття дало змогу вченим можливість до нових досліджень, які, у поєднанні із сучасним розумінням ПТСР (не стільки як хворобливого стану, а скільки як прагнення організму до подолання (опрацювання) травматичних спогадів у поєднанні з вузьким вікном толерантності до стресу), призвели до появи такого розуміння як криволінійного зв'язку між ПТСР та ПТЗ. В даному розумінні йдеться про те, що незначні травми не можуть призвести до ПТЗ, оскільки не провокують сильного стресу, і людина справляється з ними звичними засобами копінгу. Однак надмірний стрес після травми може спровокувати сильні симптоми ПТСР, за яких система копінгу руйнується, і так

само руйнуються механізми зростання (принаймні, до моменту послаблення симптоматики ПТСР). Помірний (незначний) стрес, з одного боку, веде до руйнувань у структурі «Я», що проявляється у симптомах ПТСР, які у свою чергу сигналізують нам про потребу психіки у когнітивному та емоційному опрацюванні нової травматичної інформації, з іншого боку – він не настільки спроможний, щоб знищити саму можливість людини здійснити таке опрацювання.

Існують дослідники такі як Т. Зеллер та А. Меркер які вважають, що терапевтичні інтервенції можуть самі по собі бути механізмами, які сприяють зростанню. Дані їх дослідження спираються, з одного боку, на дані, які говорять про наявність зв'язку між інтрузивною симптоматикою (як самотійною спробою психіки опрацювати минуле) та посттравматичним зростанням, з іншого боку – на сутність психотерапевтичних інтервенцій при травмі, яка полягає саме у допомозі людині опрацювати травматичні спогади і перетворити травматичну пам'ять у життєву історію, наратив.

Однак, терапевти спроможні зробити дещо більше, вважають Л. Калхун, Р. Тедескі, у своєму керівництві з фасилітації посттравматичного зростання

Даний феномен як посттравматичного зростання постав у центрі уваги дослідників не так давно, але за цей час встиг посісти важливе місце у розумінні наслідків психічної травми та травма-фокусованої психотерапії. Також найважливішим є те, що цей феномен дає нам дослідити емпіричний базис для сприймання подолання травми не лише як виклику, але й як змогу до відновлення, досягнення мудрості та більшого цінування життя й стосунків.

Важливо пам'ятати, що відновлення – не тотожне поняттю одужання.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. проф. О.В. Тімченка. Київ : ТОВ «Август Трейд», 2017. 502 с.
2. Кокун О. М. Всеукраїнське опитування «Твоя життєстійкість в умовах війни»: препринт. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2022. 46 с.
3. Остапович В. П., Бабенко В. Г., Кирієнко Л. А. Психологічна та фізична готовність особистості до дій в екстремальних ситуаціях : практичний посібник / за ред. В. О. Криволапчука. Київ : ДНДІ МВС України, 2016. 84 с.
5. Williams, J. M. G., & Pennebaker, J. W. (2015). The Benefits of Expressive Writing. In *The Science of Writing: The Psychology of Learning and*

*Motivation* (pp. 115-133). Routledge.

6. Wong, P. T. P. (2017). Meaning and Resilience: Spirituality as a Resource for Resilience. In *Handbook of Resilience* (pp. 211-226). Springer. pp. 123-131.

**Л.О. Слюта, М.О. Олійник**

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **УДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ- ПАУЕРЛІФТЕРІВ ВІКОМ 16-18 РОКІВ**

У зв'язку з підвищенням популярності пауерліфтингу серед молоді та дорослих, дедалі більше людей починають займатися цим силовим видом спорту. В нашій країні розвиток пауерліфтингу активно веде Федерація пауерліфтингу України (ФПУ). На сьогодні ФПУ виступає як єдина Всеукраїнська громадська організація з пауерліфтингу, яка має статус національної і тісно взаємодіє з Міністерством молоді та спорту України, що підкріплює її значення у спортивному житті країни. В останні роки зростає популярність проведення змагань, зосереджених на окремо визначеній дисципліні, такій як жим штанги лежачи. У різних федераціях розроблені додаткові нормативи для цих специфічних змагань, що стимулює розвиток спеціалізованих навичок спортсменів.

В Україні свого часу організовувалися також окремі турніри зі станової тяги, що підкреслює різноманітність підходів до популяризації цього виду спорту. Додатково, пауерліфтинг часто включають до програми різноманітних спортивних фестивалів, де він іноді навіть стає ключовим видом спортивних змагань, привертаючи увагу великої кількості глядачів та учасників.

Загальна привабливість пауерліфтингу обумовлюється його простотою, доступністю, швидким прогресом у результатах і позитивним впливом на здоров'я спортсмена.

Заняття пауерліфтингом сприяють розвитку м'язової сили, зміцнюють зв'язки і суглоби, допомагають підвищити витривалість, гнучкість та інші корисні якості, формують силу волі, впевненість у собі і збільшують загальну працездатність організму [5, с. 321].

Основні складові, що сприяють досягненню високих результатів у пауерліфтингу, як і в будь-якому іншому спортивному напрямку, включають декілька ключових аспектів: фізичну підготовленість, технічну майстерність і психологічну стійкість. У даній роботі ми зосереджуємося на детальному аналізі технічних аспектів підготовки спортсменів, які займаються пауерліфтингом.

Під час виконання будь-якої фізичної вправи, характерної для пауерліфтингу, атлет стикається з необхідністю вирішення конкретного рухового завдання. Це може бути жим лежачи, виконання присідань зі штангою, що розташована на плечах, або здійснення станової тяги. Кожна з цих вправ вимагає спеціальної підготовки та знань для оптимізації техніки і максимізації результативності [3, с. 8].

У межах виконання вправ у пауерліфтингу, під технікою ми розуміємо набір специфічних рухів, що виконуються як під час тренувань, так і в змагальних умовах. Згодом техніка стає фундаментом первинної підготовки спортсмена і здатна до постійного вдосконалення в процесі регулярних занять. Різноманітні підходи до вирішення одного і того ж завдання фізичного характеру пов'язані загальною смисловою і цільовою спрямованістю. Ці дії, інтегровані між собою єдиною метою фізичної вправи, зазвичай називають операціями [1, с. 40].

В основі будь-якого способу здійснення конкретної фізичної вправи лежить комплекс взаємопов'язаних рухів. Найважливішою і вирішальною частиною в методиці виконання цього способу є центральний елемент техніки, який відіграє роль провідної ланки.

Інші супутні рухи, хоч і не є основними, не порушують фундаментальність техніки. Вони представляють другорядні аспекти руху, які визначають нюанси техніки. Детальні особливості можуть відрізнятися у різних людей, залежно від їхніх анатомічних, фізіологічних і психологічних характеристик. Правильне застосування індивідуальних особливостей кожного займається надає його техніці унікальність. Вивчення будь-якого руху починається з опанування його бази, з акцентом на основному елементі техніки, а потім переходить до її деталей [2, с. 101].

Техніка фізичних вправ постійно вдосконалюється і адаптується до нових стандартів, що є результатом:

- підвищених вимог до рівня фізичної підготовленості; пошуку ефективніших методів виконання рухів;
- зростання ролі науки у фізичному вихованні і спорті;
- вдосконалення методик навчання;

- розробки нового спортивного інвентарю та обладнання, включаючи захисне спорядження, тренажери та спеціалізовані снаряди [4, с. 57].

Наразі наявні методики навчання у сфері фізичної підготовки та спорту, особливо ті, що стосуються розвитку навичок у пауерліфтингу, вимагають значних уточнень і розширень своєї структури. Важливо провести детальний теоретико-методологічний аналіз, який дозволить узагальнити існуючу науково-методичну літературу та передовий практичний досвід тренерів. Це включає збір і аналіз практик, що найкраще себе зарекомендували, разом із проведенням спеціалізованих досліджень, які будуть спрямовані на розробку змістовного програмного матеріалу. Така методика була застосована до контрольної групи, яка дозволить вдосконалити підхід і забезпечити більш ефективну підготовку спортсменів.

В рамках експериментальної групи заняття були сконцентровані на розвитку стабільних технічних здібностей, які базувалися на спеціально розроблених науково обґрунтованих методах, що враховували адаптаційні процеси організму під впливом інтенсивних силових навантажень, з акцентом на максимальній силі. Максимальна сила є ключовою характеристикою у пауерліфтингу, особливо для спортсменів молодшого віку, віком від 16 до 18 років, котрі знаходяться на етапі активного фізичного розвитку. Для таких атлетів оптимальний режим тренувань передбачає заняття тричі на тиждень, що вважається найефективнішим способом досягнення високих результатів.

Відмінною особливістю підходу є необхідність підтримувати варіативність тренувань як протягом кожного окремого тижня, так і у межах місячного тренувального циклу. Оскільки тижневе навантаження складається з трьох занять, рівень варіативності буде менш інтенсивним порівняно з програмами, що включають чотири або п'ять тренувань на тиждень, але це дозволяє краще фокусуватися на якості виконання вправ і поступовій адаптації до зростаючих навантажень.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Грибан Г.П., Мичка І.В., Ткаченко П.П. та ін. Розвиток силових якостей у студентів-чоловіків у навчальному процесі з фізичного виховання засобами пауерліфтингу та гирьового спорту. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 2021. Вип. 10 (141). С. 39–42.

2. Ляхова І.М., Олійник М.О. Теорія і методика фізичного виховання. Навчальний посібник. Запоріжжя: ЗДМУ. 2020. 116 с.
3. Олійник М.О. Атлетична гімнастика в ЗВО: навчальний посібник. Запоріжжя: ЗДМУ, 2019. 79 с.
4. Стеценко А.І. Пауерліфтинг. Теорія і методика викладання: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Черкаси: Вид-во ЧНУ ім. Богдана Хмельницького, 2008. 460 с.
5. Tovstonoh O., Roztorhui M., Zahura F., Vynogradskyi B. Experimental substantiation of teaching algorithm of technique in weightlifting and powerlifting competitive exercises. Journal of Physical Education and Sport. 2015.Vol.15. Is.2. P.319–323.

*О.С. Стащук, М.О. Олійник*  
Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **РОЗВИТОК СИЛОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ У ПІДЛІТКІВ ВІКОМ 13-14 РОКІВ НА ТРЕНУВАННЯХ З ВАЖКОЇ АТЛЕТИКИ**

Протягом тривалого часу важка атлетика зарекомендувала себе як вид спорту, що не тільки залишається вельми простим у виконанні, але й демонструє високу доступність для широкого кола людей. Це заняття приносить значні позитивні зміни у фізичний стан спортсменів, сприяючи поліпшенню їхнього здоров'я. Оскільки учасники можуть спостерігати відносно швидкі успіхи та поліпшення результатів, все більше людей вирішують займатися важкою атлетикою.

Незмінно важливим є той факт, що популярність важкої атлетики як силового спорту продовжує зростати з кожним роком, привертаючи до себе увагу як початківців, так і більш досвідчених спортсменів.

Багатьма дослідниками встановлено, що розвиток силових якостей найефективніше відбувається в підлітковому віці. Це пов'язано з тим, що саме в цей період організм людини активно росте і здатний до інтенсивного фізичного розвитку [4, с. 14].

Важливо враховувати вікові особливості при плануванні та реалізації



занять, спрямованих на силову підготовку учнів, оскільки вони визначають оптимальні методи і підходи до тренувань, що можуть сприяти досягненню кращих результатів.

Період розвитку дітей у віці від 10 до 15 років зазвичай вважається підлітковим етапом життя, протягом якого відбувається дуже інтенсивний розвиток і глобальна перебудова всіх систем організму дитини [1, с. 154].

Коли дитина досягає 13-14 років, стає важко не помітити, як у цей час починаються активні процеси її фізичного росту. Зокрема, деякі діти за один рік можуть вирости на цілих 3-7 сантиметрів. Такий значний стрибок у рості стає справжнім випробуванням для всього організму, адже це потребує значних внутрішніх ресурсів та адаптаційних процесів [1, с. 24].

Залучення спеціалізованих засобів та методів для вдосконалення силових якостей у молодих спортсменів є надзвичайно ефективним, особливо на стадії початкової підготовки важкоатлетів [1, с. 153].

У важкій атлетиці, на відміну від багатьох інших видів спорту, підсумкові досягнення спортсменів визначаються не стільки співвідношенням різних параметрів їх тілобудови, скільки рівнем м'язової сили, що вони здатні розвинути. Це означає, що первинна увага під час навчання і тренування повинна бути зосереджена на максимізації фізичної сили, що є фундаментальним фактором для успіху в цьому виді спорту [3, с. 16].

Розвиток силових здібностей у важкоатлетів починається з ретельного засвоєння техніки виконання важкоатлетичних вправ, що є фундаментальним аспектом тренувального процесу. Щоб досягти цього, необхідно постійно працювати над різними аспектами рухової культури, які включають такі параметри, як точність і економічність виконуваних рухів. Спочатку рухи повинні виконуватися в помірному темпі, що дозволяє спортсменам відчувати і зрозуміти правильну техніку, а потім поступово переходять до виконання в максимальному темпі [3, с. 18].

У міру засвоєння техніки підйому штанги постає завдання постійного збільшення ваги снаряду, одночасно зберігаючи високу швидкість і точність здійснюваних вправ. Важливо не забувати, що у підлітків, особливо у віковій категорії 12-15 років, силові можливості ще досить обмежені [4, с. 197].

Тому розвиток сили в цьому віці повинен проводитися вкрай обережно і поступово, щоб уникнути можливих травм і перенапруги, адекватно підтримуючи природний фізичний розвиток молодого організму.

Аналіз методичної літератури показує, що для ефективного розвитку сили

серед учнів віком 13-14 років, які займаються важкою атлетикою і спеціальною фізичною підготовкою, існує ряд основних вправ [2, с. 93].

Провідними методами є різні типи жимів, зокрема жим лежачи та стоячи, які надають можливість працювати з вагою і зміцнювати м'язи верхньої частини тіла. До цього додаються нахили зі штангою, розташованою на плечах, що сприяють розвитку м'язів спини і преса. Вправи, такі як поштовхові і ривкові тяги (з навантаженням, яке не перевищує 80% від максимального результату учня), також є важливими, оскільки вони націлені на покращення вибухової сили. Підйоми штанги на груди дозволяють збільшити загальну силу та витривалість, а використання гантелей та гирь у вичавлюваннях забезпечує додаткове опрацювання м'язових груп.

Крім того, важливим елементом тренувань є статична напруга, яка особливо орієнтована на зміцнення м'язів спини і черевного преса. Ці вправи дозволяють не тільки покращити фізичні показники молодих атлетів, але й підвищити їх загальний рівень фізичної підготовки [5, с. 221].

Таким чином, важливо завжди мати на увазі, що у підлітків, особливо в перші роки їхнього навчання, м'язи розвиваються нерівномірно і асиметрично. В зв'язку з цим, особливої уваги вимагають ті групи м'язів, які значно відстають у своєму розвитку в порівнянні з іншими. Це необхідно для забезпечення гармонійного та збалансованого фізичного розвитку, який сприятиме загальному благополуччю та впевненості дітей підліткового віку.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Ляхова І.М., Олійник М.О. Теорія і методика фізичного виховання. Навчальний посібник. Запоріжжя: ЗДМУ. 2020. 116 с.
2. Мичка І. В. Тенденції розвитку пауерліфтингу в Україні. Вітчизняна наука на зламі епох: проблеми та перспективи розвитку. 2016. Вип. 20. С. 93–95
3. Олійник М.О. Атлетична гімнастика в ЗВО: навчальний посібник. Запоріжжя: ЗДМУ, 2019. 79 с.
4. Стеценко А.І. Пауерліфтинг. Теорія і методика викладання: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Черкаси: Вид-во ЧНУ ім. Богдана Хмельницького, 2008. 460 с.
5. ZatsiorskyV., KraemerJ.W., Fry C.A. Science and Practice of Strength Training. USA:Human Kinetics, 2020. 344 p.

*М.І. Стусяк, М.О. Олійник*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **РОЗВИТОК СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ У ФУТБОЛІСТІВ ВІКОМ 13-14 РОКІВ**

Футбол у сучасному світі є одним із найпопулярніших видів спорту, який приваблює численні шанувальників та учасників із різних вікових категорій та рівнів фізичної підготовки. Люди по всьому світу відчують справжню пристрасть до цієї гри, яка об'єднує в собі захоплення, стратегічне мислення та командну роботу.

Аналіз сучасних тенденцій розвитку світового футболу демонструє безперервне зростання інтенсивності ігрових дій, що супроводжується високою ефективністю та точністю виконання різноманітних ігрових прийомів [5, с. 18].

Однак професійні футболісти стикаються з особливими вимогами, які ставляться до їхньої фізичної форми та розвитку. Це пов'язано з критичною необхідністю виконувати вправи з м'ячем та без нього протягом коротких часових інтервалів, що вимагає високого рівня фізичної витривалості та швидкісного потенціалу. Ці компоненти виступають ключовими для успішної гри, і саме витривалість стає важливим елементом, який дає змогу спортсменам витримати інтенсивність тренувань і додати силові переваги до загальної фізичної стійкості [3, с. 27].

Форми тренувань, безперечно, не можуть бути повністю запозичені з інших видів спорту, оскільки кожен вид спорту має свої специфічні вимоги та особливості. Футбольні тренування мають бути розроблені так, щоб відповідати конкретним потребам цього виду спорту. Вони повинні акцентувати увагу на розвитку фізичних якостей, поєднуючи в собі інтервальні тренування з постійними навантаженнями. Важливо також, щоб ці навантаження були інтегровані з технічними і тактичними заняттями, що дозволяють спортсмену максимально зануритися в суть гри і засвоїти ключові навички. Варто повністю виключити з програми тренувань односпрямовані та монотонні вправи, оскільки вони здатні значно зменшити активність ігрового процесу у спортсмена і негативно вплинути на його мотивацію [6, с. 167].

У футболі моменти, коли гравець бере участь у боротьбі за верховий м'яч,

є одними з найзахопливіших і водночас найскладнішими. Наприклад, щоб виконати потужний удар головою, спортсмени повинні досконало володіти мистецтвом використання сили. Це стосується не лише сили самого удару, а й стабільності опорної ноги, адже вона забезпечує баланс під час виконання удару. Додатково велике значення має сила рук, які необхідні для амортизації та підтримання рівноваги тіла в момент падіння після стрибка і контакту з м'ячем головою. Всі ці аспекти є тільки частиною ширшої картини, яка визначає важливість фізичної сили у грі [1, с. 22].

Крім цього, футболістам надзвичайно важливо приділяти значну увагу загальній атлетичній підготовці. Розвиток аеробної витривалості грає ключову роль у можливості залишатися активним і ефективним на полі протягом усього матчу. Тренування на витривалість забезпечують гравця енергією для того, щоб успішно долати значні дистанції та підтримувати високий рівень агресивності та ентузіазму в грі. Таким чином, поєднання сили та витривалості є фундаментальним фактором, який забезпечує успіх у цій динамічній спортивній грі [2, с. 154].

У цьому віці юні спортсмени перебувають на критичному етапі свого активного фізичного розвитку. Це створює унікальні і відповідні умови для максимально ефективного вдосконалення їхніх силових характеристик. Фокус тренувань зосереджується на всебічному розвитку основних фізичних якостей, зокрема, вибухової сили, швидкісної витривалості та загальної фізичної підготовленості, які є ключовими для успішних виступів.

Особливо важливо враховувати специфічні вікові та фізіологічні особливості підлітків, зокрема їхню здатність до відновлення після фізичних навантажень, щоб запобігти можливому перевантаженню молодого організму. Рекомендованим підходом є систематична методика тренувань, що вдало поєднує силові вправи з опрацюванням технічних та тактичних компонентів гри у футбол, забезпечуючи таким чином комплексний розвиток спортсменів [4, с. 825].

Прояви силових здібностей значною мірою залежать від структури м'язової тканини, яка формує основу нашого рухового потенціалу. Одним з фундаментальних аспектів є скоротливі властивості самих м'язів, які визначають їх здатність до швидкого або повільного скорочення. Ці функції тісно пов'язані з наявністю і співвідношенням в м'язах білих і червоних м'язових волокон. Білі м'язові волокна спеціалізуються на швидких рухах завдяки своїй здатності до раптових скорочень, тоді як червоні є більш стійкими, забезпечуючи поступове

і тривале скорочення. Додатково, активність ферментів, що беруть участь у процесах м'язового скорочення, відіграє ключову роль у функціонуванні цих волокон. Сама маса м'язів також має велике значення, оскільки вона впливає на силу та витривалість всього організму. Нарешті, важливо звернути увагу на якість міжм'язової координації, яка забезпечує злагоджену і ефективну роботу всіх м'язових груп під час виконання різноманітних фізичних завдань [2, с. 146].

Крім того, важливим елементом залишається роль високих показників сили у фізичній підготовці футболістів. Наприклад, значущість силової підготовки в цій грі є очевидною не лише через те, що кожному гравцю необхідно мати достатньо сили для швидких стартів, швидкого бігу, стрибків з м'ячем та для раптових зупинок і різких змін напрямку руху. Важливо також мати змогу влучно бити по м'ячу як ногою, так і головою

Також важливо зазначити, що сучасний футбол відзначається великою кількістю фізичних єдиноборств, які футболісти мають вести протягом усього матчу. У зв'язку з цими вимогами, актуальною стає задача оптимізації процесу силової підготовки футболістів для відповідності підвищеним вимогам гри.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Грибан Г.П., Мухін В.І. Основи розвитку фізичних якостей у юних футболістів. Спортивна наука. 2021, С. 21-24.
2. Ляхова І.М., Олійник М.О. Теорія і методика фізичного виховання. Навчальний посібник. Запоріжжя: ЗДМУ. 2020. 116 с.
3. Ніколаєнко В.В. Система багаторічної підготовки футболістів до досягнення вищої спортивної майстерності: автореф. дис. ... д-ра наук з фіз. виховання та спорту: 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт» НУФВСУ. К.: НУФВСУ, 2015. 42 с.
4. Олійник М.О., Олійник І.С. Оцінка рівня розвитку фізичної підготовки в футбольній команді дівчат підліткового віку. «Наука і техніка сьогодні» (Серія «Педагогіка», Серія «Право», Серія «Економіка», Серія «Фізико-математичні науки», Серія «Техніка»): журнал. 2025. № 2(43) 2025. С. 821-833.
5. Платонов В.М. Сучасні системи спортивного тренування. К.: Перша друкарня, 2021. 672 с.
6. Grihan G., Zablotska O., Yeroshenko G., Nikolaeva I., Sahach O., Oliynyk M., Oliynyk I. The nature of motivation for a healthy lifestyle in children of different ages. Acta Balneologica, 3(175), 2023. P. 165-170.

*Л.М. Стрижак*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ФІЗИЧНЕ І МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ГЛОБАЛЬНИХ ЗМІН: АДАПТАЦІЯ, ІННОВАЦІЇ, РОЗВИТОК**

У статті розглядається вплив глобальних змін на фізичне та ментальне здоров'я людини. Аналізуються основні виклики сучасності, такі як пандемія, екологічні катастрофи, цифрова трансформація та соціальна ізоляція. Виокремлюються три ключові механізми збереження здоров'я: адаптація, що передбачає формування нових звичок і стратегії стресостійкості; інновації, серед яких цифрові технології, телемедицина та мобільні додатки для контролю здоров'я; розвиток, який охоплює фізичну активність, психоемоційну грамотність та соціальну взаємодію. Зазначається важливість формування культури здоров'я на рівні особистості та суспільства.

Здоров'я людини це безперечно соціальна цінність, яка є невід'ємною, коштовною частиною кожної нації. Від суспільства залежить, як здоров'я зберігається, охороняється і відтворюється.

Міжнародні заходи, по охороні здоров'я, задекларовано в Статуті ВООЗ, у Конституції Європейського Союзу (ЄС) та національних конституціях багатьох країн. Забезпечення права на здоров'я є пріоритетом у сфері світового розвитку людства, що затверджено у програмі ООН "Цілях розвитку тисячоліття".

Конституцією України визнано людину, її життя, здоров'я, честь, гідність, недоторканність, безпека, як найвища соціальна цінність і благо (ст.3).

Феномен збереження здоров'я вивчався протягом усієї історії розвитку людства. Спроби побудови основних ознак здоров'я проводились у різні епохи і часи, в рамках відповідних релігій, культури та форм філософського знання кожної нації. Проте, проблема побудови цілісної, єдиної концепції здоров'я до завершення не наблизилась. Темп, спосіб, рівень життя, розвиток індустрії, глобальні, кліматичні зміни це малий перелік подій та обставин, які впливають, на визначення стану здоров'я людини ХХІ сторіччя.

Існує значний обсяг підходів до визначення поняття "здоров'я", які почали формуватися ще мислителями Стародавньої Індії і Китаю. Античні філософи, звертали увагу на гармонійному поєднанні тілесної та духовної складової

сутності людини, впорядкуванні її внутрішньої єдності, рівновазі протилежно спрямованих дій. Протягом багатьох років, мудреці завжди звертали увагу на персональній відповідальності кожної людини за своє здоров'я, пропонуючи модель лікування «Не нашкодь!» (Гіппократ).

Аналіз показників захворюваності та поширеності хвороб, свідчить про стійкі тенденції до їх зростання серед населення України. Головними загрозами національній безпеці країни, також і у сфері охорони здоров'я - війна, яку почав агресор, поглиблення внаслідок трагічних обставин демографічної кризи, виникнення масштабних епідемій і пандемій, масове поширення ВІЛ-інфекції/СНІД, туберкульозу, наркоманії, алкоголізму. [1, с. 21].

Сучасній людині, давно відомо, що головними показниками здоров'я є:

- фізичне здоров'я – стан функціонування організму людини, усіх його органів та систем;
- психоемоційне здоров'я – стан функціонування психічної сфери людини;
- інтелектуальне здоров'я – стан розвитку особистості і її адаптації в навколишньому світі;
- соціальне здоров'я – стан усвідомлення рольових функцій в соціумі;
- особистісне здоров'я – стан усвідомлення власної самореалізації;
- духовне здоров'я – стан реалізації цільових життєвих настанов.

Сукупність і поєднання усіх чинників буде сприяти розвитку особистості, збереженню гарного самопочуття та психоемоційного врівноваження, що в свою чергу неодмінно вплине на позитивні зміни у відношеннях до навколишнього середовища.

Питання забезпечення та збереження ментального і фізичного здоров'я населення країни, в умовах повномасштабної війни, набуває все більшого значення, важливості і актуальності. Основними, інформативними, психологічними ознаками стану людини, які характерні для більшості українців будь-якого віку, статі, професії, є на сьогоднішній день, почуття виснаженості, тривожного передчуття негативних подій, вигорання, невизначеності, тотальної, внутрішньої, емоційної втоми. [3, с. 11].

У ХХІ столітті питання збереження фізичного та ментального здоров'я набуває нового значення. Людство зіткнулося з безпрецедентними глобальними змінами: пандемією COVID-19, війнами, екологічними катастрофами, змінами клімату, економічною нестабільністю, цифровою трансформацією. Усі ці виклики створюють нову реальність, де стан здоров'я людини залежить не лише від медичних послуг, а й від здатності адаптуватися, використовувати інновації

та постійно розвиватися.

Фізичне здоров'я страждає через гіподинамію, неправильне харчування, хронічну втому та сидячий спосіб життя. Ментальне здоров'я — під постійним тиском інформаційного перенавантаження, соціальної ізоляції, тривожності, вигоряння. У цих умовах важливо розглядати здоров'я як динамічну систему, що вимагає комплексної підтримки.

Одним з ключових механізмів є адаптація. Це здатність змінювати поведінку, формувати нові звички, гнучко реагувати на стресові ситуації. Прикладом є перехід до гібридного способу життя: дистанційне навчання, домашні тренування, психологічна підтримка онлайн. Люди почали більше уваги приділяти сну, правильному харчуванню, прогулянкам на свіжому повітрі, емоційному самоконтролю. Адаптація також охоплює розвиток внутрішніх ресурсів — усвідомленість, стресостійкість, саморефлексію [2, с. 64].

Соціальна поведінка людини завжди була сукупністю таких параметрів, які базуються на основних рисах індивідуальності та їх складових, а саме:

- збалансованість психічних процесів;
- адаптивність;
- само-актуалізація, самореалізація, саморегуляція;
- духовність, толерантність, відповідальність, дисципліна та інші.

Втрачена психологічна рівновага, вносить корективи у соціальну поведінку і потребує тривалого часу для поступового відновлення.

Кожному українцю, вже зараз, потрібно звернути особливу увагу на своє, ментальне і фізичне здоров'я, намагатися докласти певних зусиль у процесі здобування та пошуку нових, позитивних моментів у багатьох, життєвих, побутових обставинах, у навчальній і професійній діяльності.

Окрім об'єктивних чинників, які негативно впливають на ментальне здоров'я населення країни, є ще суб'єктивні обставини такі як "соціальна стигма", яка поширюється на осіб з психічними хворобами і розладу. У сучасному українському суспільстві, ще й досі вважається соромом відвідувати психолога і існує стереотип, що "сильна людина не ходить до психолога, треба тримати в собі емоції і не показувати вигляду, як воно дійсно є в житті". У наслідок такої установки люди часто звертаються до фахівців уже тоді, коли хвороба вийшла за межі початкової стадії, а її лікування потребуватиме більше часу й зусиль. [8, с. 111].

Ментальне і фізичне здоров'я є запорукою щасливого, усвідомленого, здорового способу життя. Мова йде про здорові стосунки, вміння жити,



працювати, навчатися з розумінням власної цінності виховувати в собі співчуття та встановлювати довірливі стосунки в соціумі, з оточуючими людьми, справлятися із щоденними, стресовими ситуаціями, мати можливість і здатність реалізувати весь свій творчий потенціал.

Згідно з визначенням ВООЗ, ментальне здоров'я це стан щастя і добробуту, в якому людина реалізує свої творчі здібності, може протистояти життєвим стресам, продуктивно працювати та робити внесок у суспільне життя.

Фізичне здоров'я (благополуччя) характеризує рівень розвитку і функціональні можливості органів та систем людського організму, забезпечує енергією, адаптацією до навколишнього середовища. Ментальне здоров'я є фундаментом для здорового росту та розвитку особистості. Водночас, фізична активність допомагає і сприяє психологічній стійкості, зниженню стресу, покращенню самопочуття, розвитку позитивного мислення і підвищенню самооцінки. Фізична активність, в цьому контексті, відіграє першочергову, визначальну роль у покращенні ментального здоров'я. Багато наукових досліджень свідчать, що рухова активність зменшує симптоми тривоги та депресії. Ментальне здоров'я і фізичне здоров'я це єдине міцне поєднання, де погіршення одного неодмінно вплине на інше. [5, с. 36].

Протягом останніх років, трагічного, шокуючого випробування країни і нації, розглядається та впроваджується велика кількість інструментів, методів підвищення рівня психологічної, фізіологічної стійкості для усіх українців. Існує велика кількість заходів і засобів по психотерапії, кожен з яких доводить свою ефективність. Так, Державою була розгорнута всеукраїнська програма під назвою “Ти як?”, яка допомагає позбутися психологічної напруги. Створена і працює цілодобово “Аптечка психологічної допомоги”, де кожна людина в дистанційному режимі може звертатися до спеціалістів і отримати відповідні рекомендації щодо уникнення стресового стану, конфліктів, девіантної поведінки, тощо.

Для покращення і збереження ментального і фізичного здоров'я, науковцями розробляються, пропонуються, вдосконалюються нові, інноваційні, практичні заходи, методики, які направлені на формування сталих навичок у підтримці здоров'я. Це можуть бути різні арт-терапевтичні засоби, практики тілесно-орієнтованої терапії, гештальт-терапії, де благополуччя і гармонійний розвиток учасників процесу, буде значною мірою поліпшуватися через заняття фізичною культурою і спортом, активною їх участю в житті свого осередку, суспільства, країни. [6, с. 33 ].

Інновації є невід’ємною частиною сучасної моделі здоров’я. Розвиток цифрових технологій відкрив нові горизонти у профілактиці, діагностиці та лікуванні. Мобільні застосунки контролюють рівень активності, пульс, настрій, якість сну. Телемедицина та онлайн-консультації зробили допомогу доступнішою. Розвиток освітніх платформ дозволяє отримувати знання про здоров’я, проходити онлайн-курси з психоемоційної грамотності, технік дихання, йоги, харчування [7, с. 57].

Третім важливим компонентом є розвиток. Це не лише фізичне тренування чи професійне вдосконалення, а й психоемоційний ріст. Підтримка соціальних зв’язків, участь у волонтерстві, самоосвіта, творчість — усе це сприяє загальному благополуччю. Зростає роль спільнот, які формують культуру здоров’я: спортивні клуби, психологічні групи підтримки, молодіжні ініціативи [4, с 98].

Формування культури здоров’я — стратегічний напрямок розвитку суспільства. Школи, виші, робочі колективи мають стати просторами турботи, підтримки й розвитку здоров’я. Політика держави також має сприяти доступності психічної та фізичної допомоги, популяризації здорового способу життя, профілактиці емоційного вигорання [8, с. 98].

Отже, здоров’я у сучасному світі — це багатогранне явище, що залежить не лише від медицини, а від рівня особистої відповідальності, культури, освіченості та доступу до інновацій. Адаптація, інновації та розвиток — це три кити, на яких ґрунтується нова стратегія збереження здоров’я у XXI столітті. У поєднанні з індивідуальним прагненням до саморозвитку та підтримкою з боку суспільства вони відкривають шлях до стійкого і гармонійного життя в умовах глобальних змін.

**Ключові слова:** фізичне здоров’я, ментальне здоров’я, глобальні зміни, адаптація, інновації, розвиток, стресостійкість, цифрові технології, телемедицина, культура здоров’я.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Близнюк Є. Психічне здоров’я та ставлення українців до психологічної допомоги під час війни. К.: Градус. 2022. 21с.
2. Всесвітня організація охорони здоров’я. Психічне здоров’я та COVID-19. К.: 2021. 64 с.
3. Горностаї П. Поранені війною: Україна в епіцентрі колективної травми. Психологія українсько-російської війни. №1 2022. 11с.

4. Звіт МОЗ України про стан громадського здоров'я. К.: МОЗ, 2023. 98 с.
5. Карамушка Л. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати. Методичні рекомендації. Інститут психології імені Г. С. Костюка. НАПН України К.: 2022. 36с.
6. Костєва Т. Вплив ментального здоров'я Науковий журнал Наукові праці Серія Педагогіка №1 229. 2018. 33с.
7. Мурашко В. В. Сучасні цифрові інструменти підтримки здоров'я Інформаційні технології в медицині. 2022. 55–60 с.
8. Чутора М. Стигматизація : сутність, види, причини виникнення. Науковий вісник Ужгородського національного університету. 2011. 111с.
9. Ярошенко О. М. Формування культури здоров'я в молодіжному середовищі . Освітній простір. 2022. 85–89с.

*А. А. Хор'якова*

4(ВО+СК) курсу, 053 Психологія

Керівник: Юнг Н. В.

к. психол. н., доцент кафедри  
практичної та клінічної психології  
ФПСР

## **ТРАВМАТИЧНИЙ ДОСВІД ТА ПСИХОДРАМА ЯК ЕФЕКТИВНИЙ МЕТОД ЙОГО ПОДОЛАННЯ**

Актуальність дослідження визначається зростанням кількості людей, які стикаються з травматичними подіями внаслідок воєнного стану на Україні, соціальних криз та особистісних втрат. У сучасних умовах особливої ваги набуває пошук ефективних психотерапевтичних методів, таких як психодрама, що сприяють глибокому зціленню та відновленню психологічної рівноваги особистості.

Травматичний досвід охоплює фізичні, емоційні та психологічні наслідки, що виникають під впливом екстремальних подій. Він може бути спричинений насильством, втратою, зрадою або життєвими кризами, які порушують звичний ритм життя. Такі події змінюють мислення, емоції та поведінку людини, часто викликаючи відчуття ізоляції та внутрішнього відчуження.

Одним із основних наслідків травматичного досвіду є втрата довіри. Довіра є фундаментальним компонентом будь-яких міжособистісних відносин, а також внутрішньої стабільності особистості. Після пережитої травми, людина може втратити здатність довіряти іншим, зокрема тим, хто знаходиться поруч, або навіть собі. Це може стати значною перепорою на шляху до відновлення, оскільки відновлення довіри є необхідною умовою для загоєння травми та відновлення психічної рівноваги.

Підтримка довіри є критично важливим аспектом у терапевтичному процесі, адже без наявності довірчих відносин між клієнтом і терапевтом, ефективне лікування стає малоімовірним. Відновлення довіри потребує часу, зусиль і особливо важливих моментів у створенні безпечного простору для пацієнта, де він може відкрито ділитися своїми переживаннями та емоціями.

Одним із ключових чинників, що впливають на процес подолання травматичного досвіду, є створення безпечного та підтримуючого середовища. Безпека сприяє поступовому зниженню тривоги та відкриттю для нових форм взаємодії.

Важливим є також розвиток навичок саморегуляції, які допомагають людині відновити контроль над своїм внутрішнім станом та впоратися з наслідками травми. Ефективні методи роботи з травмою включають когнітивно-поведінкову терапію, методи роботи з тілом, арт-терапію та групову підтримку, яка сприяє відновленню довіри через взаємодію з іншими.

Сімейна і соціальна підтримка відіграє значну роль у відновленні, оскільки вона допомагає людині знову відчути себе частиною спільноти та знайти ресурси для подолання складностей. Нарешті, важливо пам'ятати, що кожен процес відновлення є унікальним, і успіх терапії залежить від індивідуальних потреб, готовності та здатності людини прийняти підтримку.

Психодрама є одним з найбільш ефективних методів терапії травм, оскільки вона дозволяє не тільки пережити травматичний досвід, але й активно працювати з ним через рольову гру. Цей метод був розроблений Якобом Морено і базується на використанні театральних технік для відтворення реальних ситуацій, що допомагає пацієнтам виразити та трансформувати свої внутрішні переживання. Психодрама допомагає пацієнтам «поглянути» на свої емоції і думки з іншої перспективи, об'єктивуючи внутрішній досвід через рольові програвання та діалоги.

Однією з основних особливостей психодрами є те, що вона створює безпечний простір для дослідження своїх травм, що дозволяє людині пережити

емоційний досвід відновлення та зцілення, залишаючи при цьому контроль над ситуацією. Пацієнт має можливість виступати в ролях різних людей, що брали участь у його травматичних переживаннях, а також змінювати сюжет розвитку подій. Така форма роботи дозволяє не тільки програвати минулі ситуації, але й перегравати їх, знаходячи нові варіанти поведінки та розв'язання конфліктів, що раніше здавалося неможливим.

Психодрама надає пацієнтам можливість виразити свої почуття та емоції в безпечному середовищі, що сприяє розвитку емоційної грамотності. В результаті таких вправ зменшується рівень тривоги і стресу, пацієнти отримують можливість для більш глибокого розуміння себе та інших, а також розвивають здатність адаптуватися до змін у власному житті.

Психодрама ефективна і в груповій роботі, де учасники отримують підтримку й відгуки одне від одного, що знижує відчуття самотності. Вона інтегрує емоційний, когнітивний і фізичний рівні переживань, роблячи метод гнучким і потужним засобом відновлення.

Таким чином, травматичний досвід потребує глибокого аналізу та індивідуального підходу до терапії. Відновлення довіри та створення безпечного простору є ключовими умовами ефективного подолання наслідків травми. Психодрама, як інтегративна терапевтична методика, дозволяє не лише працювати з наслідками травми, а й сприяє розвитку особистості, емоційної грамотності та внутрішньої гармонії.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Бессел ван дер Колк, Тіло веде лік. Як лишити психотравми в минулому, Харків: 2022, С. 5–150
2. Джудіт Герман, Психологічна травма та шлях до видужання. Наслідки насильства — від знущань у сім'ї до політичного терору, 1992, Львів, 2019, С. 157–200
3. Морено Я., Психодрама / Пер. с англ. — М.: Квітень Пресс, ЭКСМО-Пресс, 2001. — С. 528

*Т. Є. Хрystова, І. О. Заїчко*  
Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **СПЕЦИФІКА ТРАНСФОРМАЦІЙ СОМАТОТИПУ ТА КОМПОНЕНТНОГО СКЛАДУ МАСИ ТІЛА КУРСАНТІВ ВІЙСЬКОВИХ ВИШІВ**

Фізична підготовленість та маса тіла курсантів є визначальними чинниками, що впливають на їх здатність ефективно виконувати широкий спектр завдань, включно з бойовими операціями, тренуваннями та повсякденними службовими обов'язками [2, с. 96]. Усвідомлення динаміки змін соматотипу й компонентного складу маси тіла має важливе значення для вдосконалення програм фізичної підготовки, спрямованих на підвищення загального рівня фізичної готовності та професійної результативності військовослужбовців [3, с. 104].

Регулярне залучення до фізичних навантажень та тренувального процесу є невід'ємною складовою системи фізичної підготовки у військових формуваннях. Ефективність тренувального впливу зростає за умов урахування індивідуальних морфофункціональних особливостей кожного курсанта, включаючи його соматотип та показники маси тіла. Сучасні дослідження фізичної підготовки військовослужбовців засвідчують, що персоналізований підхід до побудови тренувальних програм забезпечує покращення фізичних якостей та службової ефективності [1, с. 6]; охоплює не лише розвиток сили та витривалості, але й цілеспрямовану корекцію структури тіла з метою досягнення оптимального співвідношення між масою тіла та рівнем фізичної підготовленості.

Метою даного дослідження є всебічне вивчення особливостей змін компонентів соматотипу та складових маси тіла серед курсантів в умовах систематичних фізичних навантажень.

Фізична форма та маса тіла курсантів безпосередньо впливають на їхню здатність виконувати різноманітні завдання, включаючи бойові операції, тренування та щоденні обов'язки. Розуміння змін у соматотипі та складі маси тіла може допомогти оптимізувати програми фізичної підготовки для поліпшення загального фізичного стану військовослужбовців і підвищення їхньої ефективності на службі.

Соматотип - це система класифікації тіла людини за його фізичними характеристиками, яка включає в себе такі компоненти, як м'язова маса, жирова маса і кісткова маса [1, с. 5]. Серед військовослужбовців можна виділити різні соматотипи, які визначаються їхньою фізичною статуєю. Мезоморфний тип є найпоширенішим серед військових. Його основні риси - це розвинена мускулатура, міцна кісткова структура, широкі плечі та пропорційне тіло. Ектоморфний тип, натомість, зустрічається рідше. Він характеризується худорлявою фігурою, високим зростом, вузькими плечима та довгими кінцівками. Щодо ендоморфного типу, він рідкісний для курсантів. Його особливості - схильність до повноти, округлі форми та масивне тіло. Важливо зауважити, що соматотип не визначає боєздатність військовослужбовця. Успішними солдатами та офіцерами можуть бути особи з будь-яким типом статури.

М'язова маса є суттєвим аспектом фізичного стану людини. Вона представляє собою загальну вагу всіх м'язів організму. Фактори, що впливають на її формування, різноманітні: починаючи від генетичних особливостей і закінчуючи рівнем фізичної активності та харчуванням. М'язова маса відіграє ключову роль у руховій активності та забезпечує стабільність тіла. Крім того, м'язи активно беруть участь у обміні речовин, що робить їх важливим елементом для збереження загального здоров'я.

Жирова маса у людини представляє собою сукупність всіх видів жирових тканин, що знаходяться у тілі. Вона включає в себе не лише підшкірні депозити, а й внутрішньорганні жири та інші форми жирової тканини. Функції жирової маси багатогранні: вона слугує як запас енергії, регулює тепловий обмін, а також є джерелом для вироблення гормонів. Необхідно враховувати, що рівень жирової маси має велике значення для загального стану здоров'я. Зайва жирова маса може стати причиною розвитку різних захворювань, таких як ожиріння, серцево-судинні захворювання та діабет. Тому контроль за її рівнем та підтримання його на оптимальному рівні важливі для здоров'я та добробуту [5].

Кісткова маса - це сукупна маса всіх кісток у тілі людини. Вона виконує важливі функції, такі як підтримка структури тіла та захист внутрішніх органів. Цей показник може змінюватися протягом життя під впливом різноманітних факторів. Генетика, рівень фізичної активності, харчування та статеві гормони грають значну роль у формуванні та збереженні кісткової маси. Тому важливо підтримувати здоровий спосіб життя для забезпечення оптимальної кісткової маси протягом усього життя.

Кожен індивід має унікальне співвідношення цих компонентів, що визначає його соматотип. Соматотип може використовуватися для класифікації тіла за його фізичними характеристиками та для розуміння його потенційних можливостей у спорті або інших сферах. Склад маси тіла військовослужбовців включає різні компоненти, які мають свої особливості і впливають на їхню фізичну готовність та ефективність у виконанні бойових завдань.

М'язова маса є одним з ключових компонентів. Курсанти, які мають високий рівень м'язової маси (приблизно 40-45% від загальної маси тіла), забезпечені силовим потенціалом і витривалістю, необхідними для ефективного виконання бойових завдань. Такий рівень м'язової маси дозволяє їм переносити важкі навантаження, забезпечує швидкість та координацію рухів, а також функціонує як додатковий захист від травм.

Щодо жирової маси, важливо, щоб її рівень був оптимальним, становлячи приблизно 10-15% від загальної маси тіла. Надмірна жирова маса може негативно впливати на фізичну працездатність військовослужбовців, знижувати їхню витривалість та збільшувати ризик травм. Також вона може призвести до розвитку хронічних захворювань, що ускладнює їхню здатність до виконання службових обов'язків.

Компонентний склад маси тіла курсантів, такий як м'язова маса, жирова маса і кісткова маса, відіграє ключову роль у їхній фізичній готовності та здатності до виконання різних завдань. М'язова маса визначає силу та витривалість військовослужбовців, що необхідно для успішного виконання фізичних завдань та бойових маневрів. М'язи забезпечують рухову активність, необхідну для підйому важких предметів, стрибків та бігу, а також допомагають у підтримці правильної позиції тіла, запобігаючи травмам.

Крім того, кісткова маса відіграє важливу роль у підтримці структури тіла та захисті внутрішніх органів від травм. Збільшення кісткової маси може підвищити стійкість до травм та поліпшити загальну стійкість військовослужбовців до фізичних впливів, що є ключовим аспектом їхньої готовності до виконання завдань у військовому середовищі.

У військовослужбовців, які регулярно займаються фізичною підготовкою, спостерігається більш розвинена м'язова система і менший відсоток жиру в тілі порівняно з тими, хто не займається спортом. З віком м'язова маса зазвичай зменшується, а жирова маса, навпаки, збільшується. Цей процес особливо виражений у чоловіків, і частково пояснює різницю у складі маси тіла між чоловіками та жінками. Жінки, як правило, мають вищий відсоток жиру в тілі,



навіть у молодому віці [5, с. 86].

У військовослужбовців старшого віку частіше спостерігається менша м'язова маса і більший відсоток жиру в тілі порівняно з молодшими військовими [5, с. 87]. Щодо впливу харчування, важливо пам'ятати, що воно відіграє ключову роль у регуляції маси тіла. Для збільшення м'язової маси необхідно забезпечити достатню кількість білка в раціоні, а для спалювання жиру важливо вживати менше калорій, ніж витрачається [4, с. 114]. Військовослужбовці, які дотримуються здорового харчування, мають більш оптимальний склад маси тіла.

У військових, як і в будь-яких інших професіях, оптимальний фізичний стан відіграє ключову роль у виконанні обов'язків. Тому, для досягнення оптимального соматотипу та компонентного складу маси тіла, можуть бути використані різноманітні стратегії.

Починаючи з фізичних навантажень, слід дотримуватися збалансованого підходу до тренувального процесу. Силкові тренування, які охоплюють всі основні групи м'язів, доцільно проводити 3–4 рази на тиждень з поступовим збільшенням робочих ваг відповідно до рівня фізичної підготовки та прогресу. Аеробні навантаження також відіграють важливу роль; їх рекомендовано виконувати 3–5 разів на тиждень протягом 30–60 хвилин із середньою або високою інтенсивністю, обираючи різні види фізичної активності, такі як біг, плавання або їзда на велосипеді. Для ефективного зниження жирової маси тіла необхідно створити помірний дефіцит калорій (500–1000 ккал на добу) шляхом зменшення загального енергоспоживання, обмеження вживання цукрів та рафінованих вуглеводів, а також підвищення споживання клітковини й води [2].

Додаткові рекомендації включають нормалізацію сну (не менше 7–8 годин на добу), зниження рівня психоемоційного навантаження, достатній час на відновлення після тренувань, а також регулярний моніторинг маси тіла та її компонентного складу. Комплексний підхід до організації фізичної активності, харчування та відновлення дозволяє оптимізувати фізичний стан військовослужбовців, підвищити їх працездатність і готовність до виконання службових обов'язків. Застосування сучасних методів оцінювання антропометричних показників дозволяє об'єктивно визначити ефективність запропонованих заходів.

У результаті аналізу особливостей змін соматотипу та компонентного складу маси тіла курсантів можна зробити такі висновки. Фізичні навантаження мають істотний вплив на формування соматотипу та компонентний склад маси тіла: інтенсивні тренування сприяють зростанню м'язової маси та зниженню

жирової, що позитивно впливає на рівень фізичної працездатності та боездатності. Вік та стать є важливими факторами, що визначають співвідношення основних компонентів тіла: з віком відзначається зниження м'язової маси і збільшення жирової, а також існують відмінності між чоловіками та жінками у структурі тіла. Раціональне харчування відіграє ключову роль у підтриманні оптимального компонентного складу маси тіла: збалансована дієта з достатнім вмістом білків, корисних жирів та складних вуглеводів сприяє підтримці м'язової маси та контролю рівня жирової тканини.

Таким чином, для досягнення оптимального компонентного складу маси тіла військовослужбовців доцільним є комплексний підхід, який передбачає регулярні фізичні навантаження, збалансоване харчування та врахування індивідуальних морфофункціональних особливостей організму. Важливим аспектом також є використання персоналізованих програм фізичної підготовки, що дозволяє адаптувати навантаження до потреб конкретної особи. Залучення фахівців з фізичної реабілітації та спортивної медицини може додатково підвищити ефективність таких програм. Упровадження системного моніторингу фізичного стану сприяє своєчасному коригуванню тренувального процесу та забезпеченню високого рівня бойової готовності.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Беспалова Н. М. Морфофункціональні закономірності фізичного розвитку студентів в залежності від переважання типу автономної нервової системи: автореф. дис. ...канд. біол. наук: спец. 14.03.01. Тернопіль, 2010. 18 с.
2. Гумінський Ю. Й., Андрійчук В. М., Шпакова Н. А. Закономірності річних змін соматометричних та спірометричних показників юнаків під час строкової військової служби та навчання. *Biomedical and biosocial anthropology*. 2015. № 25. С. 95-99.
3. Войтенко Є. І. Особливості змін компонентів соматотипу військовослужбовців у процесі фізичної підготовки. *Науковий вісник Національного університету оборони України*. 2012. № 1. С. 104-108.
4. Антропова І. В., Захарченко Т. В. Потреби в харчуванні військовослужбовців: актуальні дослідження. *Журнал військової медицини*. 2020. № 18(3). С. 112-119.
5. Єрмаков С. С. Вплив віку та статі на компонентний склад тіла військовослужбовців. *Вісник Національної академії наук України*. 2013. № 8. С. 86-90.

*Т. Є. Хрystова, А.В. Муравчиков*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ЗАСТОСУВАННЯ ВОЛЕЙБОЛУ ДЛЯ ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ УЧНІВ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ**

Фізичне виховання є невід'ємною складовою загальної освіти, оскільки воно сприяє гармонійному розвитку учнів, зміцненню їхнього здоров'я та формуванню життєво необхідних рухових навичок [2, с. 157]. У сучасних умовах зростає кількість дітей із низьким рівнем фізичної активності, що негативно впливає на їхній фізичний стан і загальне самопочуття [3, с. 134; 4, с. 36]. Одним із ефективних засобів оптимізації фізичного стану є спортивні ігри, зокрема волейбол, який розвиває силу, витривалість, координацію, швидкість реакції та сприяє соціалізації учнів [5, с. 179]. Заняття волейболом не тільки покращують фізичні показники школярів, а й формують важливі навички командної роботи, взаємодопомоги та відповідальності [6, с. 100]. Гра у волейбол вимагає швидких рішень і координації, що сприяє розвитку когнітивних здібностей [1, с. 71]. Включення волейболу до освітнього процесу підвищує зацікавленість учнів у фізичній активності та знижує рівень стресу, пов'язаного з навчальним навантаженням, сприяє профілактиці порушень опорно-рухового апарату та серцево-судинних захворювань [7, с. 23].

Мета роботи: визначити вплив занять волейболом на рівень здоров'я та фізичний стан учнів середнього шкільного віку.

Дослідження проводили у 2024-2025 навчальному році. У дослідженні взяли участь 30 учнів середнього шкільного віку (12-14 років), яких було розподілено на дві однорідні групи по 15 осіб: контрольну та експериментальну. Учні контрольної групи займалися відповідно до традиційної шкільної програми з фізичної культури. Для учасників експериментальної групи було впроваджено додаткові навчально-тренувальні заняття з волейболу, розроблені з метою підвищення рівня здоров'я та фізичної підготовленості. Додаткові заняття проводилися тричі на тиждень (у понеділок, середу та п'ятницю) протягом 12 тижнів, із тривалістю одного тренування 60 хвилин.

Аналіз наукової та методичної літератури з досліджуваної проблематики дозволив встановити, що здобувачі освіти основної школи закладів загальної

середньої освіти, які систематично виконують різні види фізичних вправ, демонструють більш виражену позитивну динаміку змін за основними морфофункціональними показниками та показниками розвитку фізичних якостей. Серед основних чинників, що зумовлюють фізичне та психологічне перевантаження учнів середньої школи, виділено: надмірне навчальне навантаження, необхідність швидкого перемикавання між різними видами діяльності, значні обсяги аудіо- та відеоматеріалів у межах систематичних дистанційних занять, значну кількість нової інформації, що потребує формального запам'ятовування, обмеженість часу, високий рівень стресу під час складання іспитів, відсутність комунікативних енергетичних витрат, перебування у стані постійного самоконтролю в умовах дистанційного навчання.

Встановлено негативний вплив дистанційного навчання, за якого здобувачі освіти змушені працювати з різними комп'ютерними програмами, що спричиняє тривале перебування у статичному положенні «сидячи» перед екраном та значне зниження рівня рухової активності. Збільшення обсягу рухової активності учнів можливо через організацію додаткових занять оздоровчої спрямованості. Одними з пріоритетних видів рухової діяльності для учнів основної школи є ігри. Враховуючи це, використання елементів волейболу в процесі додаткових занять може позитивно вплинути на розвиток фізичних якостей дітей середнього шкільного віку.

На основі узагальненого структурно-логічного аналізу літературних джерел виділено особливості розвитку учнів середньої школи. Зокрема, підлітки, порівнюючи себе з дорослими, часто приходять до висновку, що між ними немає суттєвих відмінностей. Це зумовлює прагнення до рівноправних стосунків із дорослими, що нерідко призводить до конфліктів, пов'язаних із відстоюванням власного світогляду. Стиль взаємин підлітка з батьками має значний вплив на формування особистості та на його ставлення до інших людей, зокрема до однолітків. На початку підліткового віку змінюється внутрішня позиція щодо навчання та школи загалом.

Якщо у початковій школі учнів цікавить насамперед освітній процес, то в середній школі акцент зміщується на взаємини з однокласниками. Водночас, хоча спілкування набуває пріоритетного значення, підлітки не відмовляються від навчальної діяльності. Вони надають перевагу самостійним формам навчання, що сприяє розвитку особистої відповідальності. У цей період розвивається рефлексія, що виявляється у схильності до самоспостереження та пошуку відповіді на запитання: «Хто я серед інших?». Самосвідомість стає ключовою

рисом цього віку. Таким чином, середній шкільний вік є періодом активного формування світогляду дитини, її системи цінностей та соціальних орієнтирів.

Розглянуто вплив занять волейболом на рівень здоров'я та фізичної підготовленості учнів середнього шкільного віку. Виділено позитивні аспекти цього виду спорту, його вплив на формування характеру та фізичного розвитку. Волейбол є командним видом спорту, що сприяє розвитку комунікативних навичок, уміння взаємодіяти у колективі, відчувати відповідальність за результат спільної діяльності. Участь у змаганнях формує вміння долати труднощі, розвиває волюві якості та навички стратегічного мислення.

Фізичний розвиток підлітків, які займаються волейболом, є гармонійним за умови грамотної організації тренувального процесу. Розвинені м'язи, пропорційна статура та висока координація рухів сприяють зміцненню загального стану здоров'я. Окрім фізичних переваг, волейбол забезпечує психологічне розвантаження. Під час гри школярі забувають про повсякденні труднощі, що сприяє зниженню рівня стресу та покращенню емоційного стану. Крім того, здорова конкуренція у команді стимулює постійний саморозвиток та прагнення до вдосконалення.

Заняття волейболом є ефективним засобом зміцнення здоров'я школярів, сприяє розвитку їхніх фізичних якостей та соціально-психологічних навичок, що забезпечує гармонійний розвиток особистості. Організація додаткових навчально-тренувальних занять з волейболу для учнів середнього шкільного віку можлива за умови створення відповідного педагогічного середовища. Зокрема, важливими чинниками є формування позитивної мотивації до засвоєння навчального матеріалу, усвідомлення необхідності самовдосконалення, застосування ігрового та змагального методів, гуманізація освітнього процесу, інтеграція теоретичної, фізичної, технічної, тактичної та ігрової підготовки в межах таких занять, а також системна організація контролю та самоконтролю.

Досліджено вплив додаткових навчально-тренувальних занять з волейболу на загальний рівень здоров'я учнів 6–7 класів. На початковому етапі експерименту встановлено, що середній показник рівня здоров'я в контрольній групі становив 3,21 бала, що відповідає «середньому» рівню, тоді як в експериментальній групі цей показник був на рівні 3,27 бала, що також свідчить про «середній» рівень здоров'я. За результатами повторного анкетування в контрольній групі середній показник підвищився до 3,31 бала, проте залишився в межах «середнього» рівня. Водночас в експериментальній групі спостерігалось суттєве зростання середнього показника до 3,93 бала, що відповідає «високому»

рівню здоров'я.

На основі проведеного порівняльного аналізу фактичних даних можна констатувати, що всі учасники експериментальної групи продемонстрували покращення рівня ставлення до власного здоров'я, досягнувши високих показників. Після 12 тижнів занять у експериментальній групі спостерігалось покращення основних показників фізичного стану: час бігу на 30 м скоротився в середньому на 0,3 секунди ( $p < 0,05$ ); середній показник стрибка в довжину з місця покращився на 8 см ( $p < 0,05$ ); кількість піднімань тулуба за 30 секунд зросла на 5 повторень у середньому ( $p < 0,01$ ); середній показник тесту Руф'є покращився на 10% ( $p < 0,05$ ), що свідчить про підвищення рівня загальної витривалості.

Діти середнього шкільного віку експериментальної групи показали значно кращу динаміку фізичних показників порівняно з контрольною групою. Це підтверджує ефективність занять волейболом у рамках шкільної програми фізичного виховання. Зафіксовано покращення координації рухів, що проявлялося у більш точних і швидких діях під час виконання ігрових вправ, відзначалося зниження частоти серцевих скорочень у стані спокою, що вказує на підвищення рівня їхньої серцево-судинної витривалості. Додатково спостерігалось підвищення мотивації до занять спортом, що позитивно вплинуло на дисциплінованість та емоційний стан дітей. Вчителі фізичного виховання відзначили збільшення рівня зацікавленості учнів у освітньому процесі.

Таким чином, отримані результати свідчать про позитивний вплив занять волейболом не лише на фізичний стан, а й на загальний розвиток учнів, що робить його ефективним засобом фізичного виховання.

#### Висновки.

1. Аналіз літературних джерел щодо впливу спортивних ігор на рівень здоров'я та фізичний розвиток школярів вказує на позитивний вплив фізичних активностей на різні аспекти здоров'я і фізичного розвитку підлітків.
2. В процесі роботи розроблені навчально-тренувальні заняття з волейболу, спрямовані на підвищення рівня здоров'я та фізичної підготовленості учнів
3. Після експерименту рівень здоров'я учнів став таким: контрольна група підвищила середній показник до 3,31 бала (залишився «середній» рівень здоров'я). Експериментальна група підвищила середній показник до 3,93 бала (відповідає «високому» рівню здоров'я). Запропонована програма тренувань сприяє покращенню результатів фізичних тестів та загального рівня фізичної підготовленості школярів.

Перспективи подальших досліджень передбачають вивчення довгострокового впливу занять волейболом на фізичний стан школярів і розробку комплексних програм із використанням інших спортивних ігор. Перспективним є дослідження впливу занять волейболом на психосоціальний розвиток дітей, формування навичок командної роботи.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бейгул І.О., Шишкіна О.М. Волейбол, як засіб фізичного виховання студентської молоді. Актуальні питання фізичної культури, спорту та ерготерапії: матеріали II Міжнар. наук.-спорт. конгресу студентів та молодих вчених (м. Чернівці, 24-25 квітня 2020 р.) / за ред. Я.Б. Зоря, О.М. Киселиці. Чернівці: Чернівецький національний університет, 2020. С. 70-72.
2. Добридень А. В. Фізичне виховання здобувачів вищої освіти в умовах воєнного стану в Україні. Перспективи та інновації науки. 2023. № 9(27). С. 155-164. URL: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-9\(27\)-155-164](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-9(27)-155-164).
3. Захарова О.В., Мотузенко Т.Є., Махно В.В. Заняття з фізичного виховання у процесі розв'язання проблеми дефіциту рухової активності студентської молоді. Наукові записки. 2022. № 206. С. 133-140. DOI: <https://doi.org/10.36550/2415-7988-2022-1-206-133-140>.
4. Страшко С.В. Освіта і здоров'я підростаючого покоління. Київ: Алатон, 2022. 102 с.
5. Христова Т.Є., Ребар І.В., Абдуллаєв А.К. Схема професійної підготовки майбутнього вчителя фізичної культури до спортивно-ігрової діяльності. Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загально-освітній школах: зб. наук. праць / [редкол.: А.В. Сущенко (голов. ред.) та ін.]. Запоріжжя: КПУ, 2021. Вип. 74. Т. 3. С. 178-182. <https://doi.org/10.32840/1992-5786.2021.74-3.34>
6. Khrystova Tetiana. Professional preparation of the future teacher of physical culture for sports-gaming activities. Implementation of modern science into practice: Abstracts of I International Scientific and Practical Conference (January 12-13, 2020). Varna: New Route. 2020. P. 100-103.
7. Obidovna D.Z., Sulaymonovich D.S. Forming a healthy lifestyle for students on the example of the volleyball section in universities. European journal of innovation in nonformal education. 2023. Vol. 3. №. 3. P. 22-25. URL: <https://www.inovatus.es/index.php/ejine/article/view/1519>.

*Т. Є. Хрystова, А. П. Полтавченко*  
Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ВПРОВАДЖЕННЯ СИНЕРГІЧНОГО ПІДХОДУ У ФІЗИЧНУ ПІДГОТОВКУ ПІДЛІТКІВ ІЗ ВЕГЕТО-СУДИННОЮ ДИСФУНКЦІЄЮ**

Впродовж останніх десятиліть у провідних індустріальних країнах світу хронічні неінфекційні захворювання посідають провідні позиції серед причин високої смертності населення. Їх частка становить 83,5% у загальній структурі смертності, зокрема хвороби системи кровообігу – 55,5%. Україна відрізняється від більшості країн Європи як за рівнем смертності, так і за його динамікою. На початку ХХІ століття смертність від хвороб системи кровообігу перевищувала аналогічні показники Великобританії, Німеччини та Фінляндії у 3,5 рази, а Латвії - у 1,5 рази. У європейських державах фіксується тенденція до зниження цього показника, тоді як в Україні відсутні суттєві позитивні зрушення [2, с. 38-39].

В умовах підвищення соціальної динаміки та інших зовнішніх впливів особливої актуальності набуває збереження здоров'я молоді, адже фізично здорова, активна і соціально адаптована особистість має вищий рівень конкурентоспроможності. Аналіз стану здоров'я школярів середнього віку демонструє зростання захворюваності, що потребує запровадження ефективних методів фізичного виховання [4, с. 337].

Розробка нових засобів відновного лікування підлітків із вегето-судинною дистонією (ВСД) є актуальним напрямом наукових пошуків, оскільки ВСД є поширеним функціональним розладом серед підлітків [1, с. 24]. Фізичні тренування – дієвий засіб адаптації організму, що активізує процеси відновлення [3, с. 37]. Разом з тим, механізми їх впливу залишаються предметом наукових дискусій. Недостатньо вивчено питання впровадження фізичного виховання й реабілітації в школах для підтримки здоров'я учнів.

Тому важливо звернути увагу на підвищення кваліфікації педагогічних працівників, які здійснюють фізичне виховання, для забезпечення більш ефективної корекції стану підлітків із ВСД. Також необхідно проводити дослідження щодо врахування психоемоційних аспектів у програмі фізичного виховання, оскільки стреси та емоційне напруження можуть значно впливати на перебіг захворювання.



Вегето-судинна дистонія проявляється порушенням вегетативного контролю серцевої діяльності, судин, внутрішніх органів і залоз внутрішньої секреції, що пов'язано з дисфункціями нервової системи. ВСД не вважається окремою нозологією, а є синдромом, що супроводжує інші патологічні стани. Розрізняють системні та регіональні варіанти ВСД. Системна форма виявляється артеріальним тиском у межах 140/90–159/94 мм рт. ст. і нервово-вегетативними розладами: емоційною нестабільністю, порушенням сну, втомлюваністю, змінами пульсу, пітливістю, страхом. Регіональна форма супроводжується гіпотонією (тиск нижче 100/60 мм рт. ст.), слабкістю, запамороченням, головним болем, млявістю [1, с. 48].

Метою дослідження є наукове обґрунтування, створення й оцінка ефективності комплексної програми фізичного виховання школярів середнього віку з ВСД для загального зміцнення організму. Зазначений підхід дозволяє не лише покращити фізичний стан учнів, але й суттєво підвищити їхнє загальне самопочуття та настрій, що є важливим фактором у процесі навчання.

Об'єктом вивчення виступає процес фізичного виховання підлітків із ВСД. Дослідження охоплювало 2024–2025 навчальний рік, у ньому взяли участь 20 дівчат із ВСД змішаного типу, розділених на дві рівнозначні групи по 10 осіб. Середній вік учасниць становив  $13,57 \pm 0,59$  років. Експериментальна група (ЕГ) працювала за синергетичною програмою, яка включала ЛФК, фітбол-гімнастику, точковий масаж та дихальні вправи за О.М. Стрельниковою. Контрольна група (КГ) займалась за стандартною програмою для спеціальних медичних груп.

Огляд наукових джерел та власні результати свідчать про поступове зростання кількості підлітків з вегето-судинною дисфункцією. Причинами розвитку цієї нозології є спадковість, травми, гіподинамія, стреси нейроендокринного характеру, несприятливе довкілля. У корекції стану серцево-судинної системи важливу роль відіграють немедикаментозні засоби – лікувальна фізична культура, масаж, загартування, дієта. Чинні програми фізичного виховання для школярів з вегето-судинною дистонією потребують подальшого вдосконалення.

За результатами аналізу медичних карток встановлено, що морфо-функціональні показники в учасниць ЕГ та КГ не мали статистичної різниці ( $p > 0,05$ ). Частота загострень ВСД змішаного типу становила  $2,72 \pm 0,78$  випадків за навчальний рік. Основні скарги дівчат – швидка втомлюваність (90,0%), зниження працездатності (87,5%), нестабільний тиск (82,5%), задишка (67,5%), головний біль (62,5%), запаморочення (50,0%), перебої в серцевому ритмі

(50,0%) і зміни настрою (50,0%). Загострення найчастіше фіксувалися навесні (95,0%) та восени (90,0%). Медикаментозну профілактику проходили лише 17,5% дівчат.

Під час дослідження зафіксовано зростання систолічного об'єму крові (СОК): у ЕГ – на 19%, у КГ – на 11%. Це пов'язано з початково нижчим фізичним розвитком школярів ЕГ. За чотири місяці занять СОК зріс у обох груп на 10–13%, а наприкінці дослідження – на 11–19%. Хвилинний об'єм крові (ХОК) також покращився: через чотири місяці – на 10–12%, наприкінці – у КГ на 11%, у ЕГ – на 18%.

Коефіцієнт економичності кровообігу (КЕК) знизився: після чотирьох місяців занять у КГ – на 8%, у ЕГ – на 16%, наприкінці дослідження – відповідно на 12% та 24% ( $p < 0,05$ ).

Показник роботи лівого шлуночка серця ( $W_{лш.}$ ) за чотири місяці зріс у КГ на 5%, у ЕГ – на 10%; до завершення експерименту – у КГ на 9%, у ЕГ – на 15% ( $p < 0,01$ ). Об'єм серця ( $V_c$ ) також зріс: у КГ – на 5% за чотири місяці, у ЕГ – на 10%, а наприкінці дослідження – на 8% і 13% відповідно.

Індекс Робінсона (ІР) зменшився: через чотири місяці – у КГ на 17%, у ЕГ – на 12%, наприкінці дослідження – на 22% та 32% відповідно. В ЕГ 25% дівчат досягли високого рівня ІР, 50% – рівня вище за середній. У КГ на фінальному етапі дослідження 80% дівчат мали середній рівень ІР, 10% – нижчий за середній, 10% – вищий за середній.

Отже, аналіз результатів доводить ефективність комплексної програми фізичного виховання, яка включає фітбол-гімнастику, ЛФК, точковий масаж, самомасаж і дихальні вправи за методикою О.М. Стрельникової та сприяє зниженню проявів вегето-судинної дистонії і покращенню функціональних показників серцево-судинної системи.

Перспективами подальших досліджень є аналіз довгострокового впливу синергетичного підходу до фізичного виховання на стан серцево-судинної й нервової систем у школярів з ВСД. Слід також розробляти індивідуалізовані програми з урахуванням вікових і фізіологічних особливостей дітей. Вартим уваги є інтеграція фізичних навантажень із методиками психологічної релаксації та когнітивно-поведінкової терапії для покращення загального здоров'я учнів.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абрамова С. В. Фізична реабілітація в кардіології: навч. посіб. (курс лекцій). Суми: Вид-во СумДПУ, 2020. 140 с.

2. Коваленко В. М., Корнацький В. М. Динаміка стану здоров'я народу України та регіональні особливості. Аналітично-статистичний посібник. Київ: Вежа, 2018. 212 с.
3. Христова Т. Є., Суханова Г. П. Основи лікувальної фізичної культури: навч. посіб. Мелітополь: ТОВ Колор Принт, 2015. 172 с.
4. Khrystova Tetiana. Optimization of health level of senior pupils. Contemporary Problems of Improve Living Standards in a Globalized World: Volume of Scientific Papers. The Academy of Management and Administration in Opole, 2018. P. 336-341.

*Л.Я. Чепига, М.О. Олійник*

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

### **ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ 8-9 РОКІВ**

У роботі наголошується, що розвиток фізичних якостей у юних футболістів вимагає системної багаторічної підготовки та модернізації тренувального процесу. Ця необхідність закономірно веде до оптимізації не лише самого тренувального процесу, але й змагальної діяльності. Особливий акцент робиться на фізичній і функціональній підготовці, які слугують базою для формування спеціальної працездатності, необхідної для досягнення високого рівня техніко-тактичної майстерності. Значення високого рівня фізичної підготовленості футболістів для успішного виступу у змаганнях детально висвітлено в дослідженнях [1, с. 123].

Основні аспекти розвитку фізичних якостей у юних футболістів включають цілеспрямовану роботу над вдосконаленням сили, витривалості, швидкості, спритності, гнучкості та координації рухів. У процесі формування спортивної майстерності молодих гравців важливо поєднувати фізичні вправи з тактичними та технічними елементами гри, адже футбол вимагає комплексного підходу до тренування [3, с. 822].

Правильна методика тренувань повинна враховувати вікові особливості та фізичний потенціал спортсменів, що в свою чергу сприяє поступовому розвитку їхньої функціональної та ігрової спроможності [3, с. 829].

Щоб забезпечити ефективний розвиток кожної фізичної якості, тренування мають бути добре спланованими та адаптованими до рівня підготовленості дітей.

Для розвитку сили особливо важливі вправи з використанням ваги власного тіла або легких обтяжень, що запобігає надмірному навантаженню юного організму [2, с. 152].

Розвиток витривалості вимагає систематичних кардіовправ, бігу на середні та довгі дистанції, а також виконання вправ на витривалість під час командної гри [2, с. 162].

Швидкість тренується за допомогою спринтерського бігу, спеціальні комплекси на вибухові рухи та вправи з елементами реакції на зміну ситуації на полі [2, с. 149].

Гнучкість є ще одним важливим аспектом успішної підготовки футболістів, оскільки вона сприяє уникненню травм і дозволяє виконувати більш технічно складні маневри. Її варто розвивати за допомогою регулярних розтяжок та передтренувальних і післятренувальних вправ для підвищення еластичності м'язів [2, с. 140].

Окрему увагу необхідно приділяти координації рухів, яка є ключовою для злагодженого виконання тактичних завдань на полі. Виконання вправ із м'ячем, робота над балансом та розвиток просторової орієнтації дозволяють молодим футболістам впевненіше діяти у швидкоплинних умовах гри. Рівень володіння гравцем своїм руховим апаратом і ступінь розвитку його рухових здібностей безпосередньо впливають на швидкість, точність і своєчасність виконання технічних прийомів. Спритність і координаційні якості виступають основою, яка забезпечує легкість у формуванні багатого арсеналу технічних навичок [2, с. 146].

Щоб забезпечити ефективний розвиток кожної фізичної якості, тренування мають бути добре спланованими та адаптованими до рівня підготовленості дітей.

Аналіз спеціальної літератури, присвяченої розвитку спритності у футболі, дозволив виявити основні аспекти розвитку цієї якості у юних футболістів [5, с. 167].

Складовими спритності футболіста є:

- координація рухів - здатність виконувати рухові дії, співміряючи їх у часі, та у просторі (від координації рухів залежать швидкість, точність та своєчасність виконання технічного прийому);

- швидкість і точність дій - від них залежить результативність всієї гри (виконати технічний прийом правильно - значить виконати його швидко і точно);
- здатність розподіляти та перемикаати увагу - функція, що забезпечується сумарною діяльністю аналізаторів та рухливістю нервових процесів;
- стійкість вестибулярних реакцій - неодмінний прояв спритності у грі, яка рясніє падіннями, прискореннями, ривками, стрибками, раптовими зупинками; надмірне збудження вестибулярного апарату (аналізатора) викликає зниження працездатності інших, що зменшує точність рухів, внаслідок чого з'являються помилки у техніці та тактиці гри [4, с. 24].

Для визначення рівня розвитку спритності юних футболістів у процесі проведення педагогічного експерименту проводилось педагогічне тестування: біг периметром квадрата зі стороною 10 м (с.); човниковий біг 6х5 м (с.), жонглювання м'яча (кількість разів); ведення м'яча з обведенням фішок (с.).

Гармонійне поєднання всіх аспектів фізичного розвитку дозволяє юним спортсменам не лише покращити свої показники, але й отримати впевненість у власних силах, необхідну для успішного виступу в матчах. Спільна робота тренера з футболістами, яка базується на поступовому нарощуванні навантажень і уважному аналізі досягнень, дає можливість створити міцний фундамент для подальшого спортивного вдосконалення [6, с. 16].

Таким чином, під час навчально-тренувального процесу слід орієнтуватися на педагогічні принципи. Для роботи з футболістами-початківцями спершу необхідно засвоювати легші та більш доступні вправи. З набуттям досвіду у виконанні простих рухових дій можна поступово додавати складніші елементи, але важливо, щоб вони також залишалися доступними для їхнього рівня підготовки.

У футболі існують технічні прийоми, виконання яких ускладнюється без достатнього розвитку окремих рухових здібностей. Тому під час навчально-тренувального процесу варто приділяти значну увагу вдосконаленню таких важливих якостей, як сила, швидкість, швидко-силова витривалість, координація, загальна витривалість та гнучкість.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Лисенчук Г.А., Фоменко Д.С., Гончарук А.І. Огляд психологічних факторів, що впливають на помилкові рішення футбольних арбітрів, які працюють в дитячо-юнацьких змаганнях та на початкових етапах підготовки. Молодий вчений. 2015. № 4(3). С. 123-126.

2. Ляхова І.М., Олійник М.О. Теорія і методика фізичного виховання. Навчальний посібник. Запоріжжя: ЗДМУ. 2020. 116 с.

3. Олійник М.О., Олійник І.С. Оцінка рівня розвитку фізичної підготовки в футбольній команді дівчат підліткового віку. «Наука і техніка сьогодні» (Серія «Педагогіка», Серія «Право», Серія «Економіка», Серія «Фізико-математичні науки», Серія «Техніка»): журнал. 2025. № 2(43) 2025. С. 821-833.

4. Шамардін В.М., Виноградов В.Є., Дяченко А.Ю. Фізична підготовка футболістів високої кваліфікації: монографія. Київ: 2024. 66 с.

5. Griban G., Zablotska O., Yeroshenko G., Nikolaeva I., Sahach O., Oliinyk M., Oliinyk I. The nature of motivation for a healthy lifestyle in children of different ages. *Acta Balneologica*, 3(175), 2023. P. 165-170.

6. Kozina Z.L., Vasyutin O.O., Ganin V.Y., Martynenko R.O., Orobchenko D.O., Borodin B.A., Zhylin M.E. Effective, accessible and easy-to-use technologies for the integral development of motor and cognitive abilities of young football players in the modern realities of Ukraine: a review article. *Health Technologies*. 2023;1(4):6-18.

***В.В. Шрамко, О.В. Непша***

Мелітопольський державний  
педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## **ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА ПОЗАКЛАСНІЙ РОБОТІ УЧНІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ**

У сучасному суспільстві питання, пов'язані з погіршенням здоров'я підростаючого покоління, набувають дедалі більшої уваги з боку науковців і практиків. З огляду на те, що діти шкільного віку значну частину часу проводять в освітніх закладах, доцільним є впровадження здоров'язбережувальних технологій як у навчальний, так і у позаурочний процес, що сприятиме вирішенню проблем, пов'язаних зі збереженням здоров'я школярів [1,6] .

У сучасних умовах активне впровадження освітніх технологій, спрямованих на збереження здоров'я учнів, є необхідною складовою формування гармонійної особистості. Створення єдиного освітнього простору,

зорієнтованого на здоров'язбереження, передбачає врахування фізичних, психологічних та інтелектуальних особливостей дітей молодшого шкільного віку, що дозволяє поєднувати фізіологічну активність з навчальним процесом [2,3].

Здоров'язбережувальні технології – це комплекс заходів, орієнтованих на організацію фізичної активності учнів та профілактику захворюваності. Основні вимоги до уроків із використанням таких технологій включають: високий відсоток активної діяльності, часту зміну видів діяльності, активне включення когнітивних та мотиваційних елементів, проведення фізкультхвилинок, рефлексій, індивідуалізацію навчання та створення сприятливого психологічного клімату [4].

Педагогічний експеримент проводився у гімназії №86 м. Дніпро з жовтня 2024 по березень 2025 року. Участь взяли 22 учні 7-8 років, які були поділені на контрольну та експериментальну групи. На початку та наприкінці експерименту проводилася оцінка якості фізичного розвитку дітей, потім математична обробка отриманих результатів і наприкінці сформульовано висновки з проведеного дослідження.

Учні експериментальної групи тричі на тиждень відвідували уроки фізичної культури за запропонованою методикою. Основна особливість цієї технології полягала у впровадженні спеціальних здоров'язбережувальних методик у навчальний процес, що створювали умови для зміцнення та підтримки здоров'я молодших школярів.

У міській школі для експериментальної групи було оптимізовано рухову активність учнів. До їхнього розкладу були введені рухливі перерви та фізкультурні паузи, що сприяло збільшенню загального обсягу рухової активності. Зокрема, через 15-20 хвилин після початку уроку проводилися фізкультурні паузи, що складалися з 7-9 вправ і тривали 2-3 хвилини.

Рухливі перерви відіграють важливу роль у режимі дня школярів, оскільки мають значний оздоровчий ефект. Активні ігри між уроками сприяють емоційному розвантаженню, підвищенню працездатності, зменшенню втоми та зміцненню нервової системи [5]. Під час кожної перерви та в класних приміщеннях забезпечувалася вентиляція – відкривалися фрамуги та кватирки. Восени й узимку, за сприятливих погодних умов, учні проводили перерви на свіжому повітрі. Усі паузи між заняттями наповнювалися активним відпочинком, що включав рухливі ігри та фізкультурно-оздоровчі заходи. Також були розроблені методичні рекомендації щодо організації рухливих перерв для

учнів молодших класів

Було розроблено комплекс ранкової гімнастики, який проводився щодня перед першим уроком. Це сприяло дисциплінуванню, організації та згуртуванню учнів, а також підвищенню їхньої працездатності.

Упродовж уроку виконувалися дві обов'язкові зарядки: для різних груп м'язів та для очей. Вони допомагали запобігти перевтомі, покращували концентрацію уваги та сприяли збереженню правильної постави.

В рамках експерименту організовувалися туристичні походи, екскурсії, а також конкурси плакатів і малюнків, присвячені здоровому способу життя. Крім того, було створено гурток «Абетка здоров'я», який проводився щотижня. На заняттях розглядалися не лише питання рухової активності, а й аспекти режиму дня, харчування, естетичної та моральної поведінки.

На кожному уроці фізичної культури використовувалися вправи для профілактики плоскостопості. Для цього було розроблено спеціальний комплекс, який включав: ходьбу по нерівній поверхні, збирання пальцями ніг дрібних предметів (каменів, гудзиків тощо), ходьбу на масажних килимках та інші вправи.

На третій годині фізичної культури для дітей експериментальної групи було впроваджено заняття з окремих видів гімнастики через відсутність необхідного спортивного обладнання. Гімнастику було обрано не випадково, адже вона не лише сприяє розвитку мускулатури, а й позитивно впливає на роботу серцево-судинної, травної, дихальної та інших систем організму.

Контрольна група навчалася за традиційною методикою відповідно до поточної навчальної програми. Дослідження проводилося в умовах школи під час уроків фізичної культури.

Результати дослідження свідчать про позитивну динаміку фізичного розвитку в експериментальній групі. Зокрема:

- Тест на стрибок у довжину з місця показав зниження середнього рівня розвитку з 45,5% до 18,2% та зростання високого рівня до 36,4%;
- У тесті на підтягування результат зріс з 18,2% до 27,3%;
- У тесті на біг 1000 м спостерігалось підвищення показників високого рівня на 18,2% проти 9,1% у контрольній групі;
- Координаційні здібності за тестом «човниковий біг» також значно покращилися – з 9,1% до 27,3%;
- Рівень силової витривалості (згинання/розгинання рук) зріс з 45,5% до 72,7%;



- Гнучкість залишилася на низькому рівні, проте показники в експериментальній групі покращилися на 9,1% у порівнянні з контрольною;
- Загальний рівень рухової підготовленості у високій категорії підвищився з 0% до 31,8%.

Порівняльний аналіз отриманих експериментальних даних підтвердив ефективність здоров'язбережувальних технологій у фізичному розвитку дітей молодшого шкільного віку. Учні експериментальної групи наприкінці дослідження продемонстрували значно вищі результати порівняно з контрольними показниками.

Результати дослідження дозволяють зробити висновок про підтвердження гіпотези: впровадження здоров'язбережувальних технологій у процес фізичного виховання позитивно впливає на фізичний розвиток учнів молодшого шкільного віку.

Впровадження здоров'язбережувальних технологій сприяє гармонійному розвитку школярів, зниженню рівня втоми, формуванню мотивації до здорового способу життя. Технології довели свою ефективність у покращенні фізичних показників учнів, що дозволяє рекомендувати їх до широкого використання.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Ващенко О.М. Впровадження здоров'язберігальних технологій у навчально-виховний процес початкової школи. Вісник Глухівського національного педагогічного університету імені Олександра Довженка. Серія: Педагогічні науки. 2012. Вип. 20. С.214-218.
2. Карабанов Є.О., Купрєєнко М.В., Непша О.В. Формування культури здоров'я в процесі фізичного виховання школярів. Північне Приазов'я: проблеми регіонального розвитку у міжнародному контексті: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції (Мелітополь, 14-15 вересня 2017 року). Мелітополь: ФОП Однорог Т.В., 2017. С. 134-136.
3. Непша О.В., Суханова Г.П., Ушаков В.С. Формування навичок здорового способу життя учнів молодших класів засобами фізичної культури. Актуальні проблеми молоді в сучасних соціально-економічних умовах: Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції, 23 березня 2018 року. Житомир: ПП «ДжіВіЕс», 2018. С.90-92.
4. Романець А. Мета здоров'язберігаючих технологій в початковій школі в умовах реалізації концепції Нової української школи. Формування стратегій міжкультурної комунікації особистості учня в онтогенезі: від методики

до методології: тези міжнародної науково-практичної конференції (13-14 червня 2018 р.) / за заг. ред. Афанасьєва Л., Глебова Н. Мелітополь : Вид-во МДПУ імені Богдана Хмельницького, 2018. С.188-192.

5. Шуба Л.В. Рухливі ігри як засоби розвитку рухових якостей у школярів початкової школи. Наука і освіта. №8. 2014. С. 212-216.

6. Khrystova T. Optimization of health level of senior pupils. Contemporary Problems of Improve Living Standards in a Globalized World: volume of Scientific Papers. Opole: The Academy of Management and Administration in Opole, 2018. pp.336-341.

Наукове видання

Міждисциплінарний діалог: Молодь, Наука, Інновації: Матеріали I  
Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю  
(Запоріжжя, 18 квітня 2025р.)

**Редакційна колегія:**

*Фалько Н. М. – доктор психологічних наук, доцент;  
Глебова Н.І. – доктор соціологічних наук, професор;  
Полякова Л.І. – кандидат історичних наук, доцент;  
Сіроштан Т. В. – кандидат філологічних наук, доцент;  
Муртазієв Е.Г. – кандидат педагогічних наук, доцент;  
Подорожний С.М. – кандидат біологічних наук, доцент;  
Гузь Н.В. – кандидат психологічних наук, доцент  
Проценко А.А. – кандидат педагогічних наук, доцент  
Спірінцев Д.В. – кандидат технічних наук, доцент*

**Технічний редактор:** Дьячкова Анастасія

вул. Наукового містечка, 59, м. Запоріжжя, Запорізька область,  
Україна, 69000  
Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана  
Хмельницького