

лікаря, сприяючи формуванню його готовності до самостійної, відповідальної та етично виваженої діяльності. Такий підхід відображає міждисциплінарну сутність сучасної освіти, де інтеграція знань, навичок і цінностей створює основу для професійного та особистісного зростання.

Список використаних джерел

1. Корж Л. І. Формування професійної ідентичності студентів медичних ЗВО в умовах інтеграції освіти та клінічної практики // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. – 2020. – № 7(101). – С. 34–42.
2. Гуменюк В. І., Кравченко І. В., Поліщук Л. М. Роль симуляційного навчання у формуванні клінічних компетентностей студентів стоматологічного факультету // Вісник проблем біології і медицини. – 2022. – Т. 2(163). – С. 112–117.
3. Сидоренко І. М. Міждисциплінарний підхід до підготовки лікарів-стоматологів у сучасній системі освіти // Сучасні проблеми науки та освіти. – 2023. – № 2. – С. 67–71.
4. Ткаченко О. М. Використання симуляційних технологій у підготовці лікарів-стоматологів // Медична освіта. – 2021. – № 4. – С. 55–59.
5. Рябоконт О. П. Компетентнісний підхід у підготовці лікарів-стоматологів: сучасні тенденції // Молодий вчений. – 2019. – № 10(74). – С. 210–213.

УДК 3713.26

Росенко Дмитро Олегович

аспірант кафедри фізичної культури та спорту

Національний університет

«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

ТАНЦЮВАЛЬНО-РУХОВА ТЕРАПІЯ ЯК ІНСТРУМЕНТ ВІДНОВЛЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО БАЛАНСУ У СПОРТСМЕНІВ

Танцювально-рухова терапія (ТРТ) належить до сучасних психокорекційних методів, що поєднують тілесно орієнтований та арт-терапевтичний підходи. Її сутність полягає у використанні танцю та руху як засобів емоційного, когнітивного й фізичного самовираження людини. Наукова ідея ТРТ базується на положенні, що між тілом і психікою існує безпосередній взаємозв'язок: зміни у руховій сфері можуть впливати на емоційні стани, а усвідомлення тілесних відчуттів сприяє гармонізації внутрішнього світу. Таким чином, рух розглядається не лише як фізична дія, а як мова, через яку людина може пізнати себе, виразити переживання, трансформувати напругу й досягти емоційної рівноваги [1, с. 15].

Одним із головних ефектів танцювально-рухової терапії є здатність знімати емоційне напруження та підтримувати психофізичну рівновагу. Цей процес сприяє глибшому контакту з власними почуттями, допомагає відновити баланс між фізичним і психологічним станами, формує навички саморегуляції [2, с. 21].

Під час групових занять ТРТ створюється безпечний простір, у якому спортсмени можуть через рух досліджувати власні емоції, відчувати підтримку групи, зміцнювати довіру та відкритість до взаємодії. Це має особливе значення для командних видів спорту, де успіх залежить не лише від індивідуальної підготовки, а й від здатності членів команди розуміти один одного на невербальному рівні. Через спільну рухову діяльність формується відчуття згуртованості, синхронності, спільного ритму, що підвищує ефективність комунікації і зменшує конфліктність у колективі [3, с. 85].

Ще один важливий аспект танцювально-рухової терапії – розвиток креативності спортсменів. Танцювальні імпровізації відкривають можливості для експериментування з рухами, пошуку нових способів вираження внутрішніх станів, виходу за межі звичних моторних патернів. Це сприяє здатності адаптуватися до змінних обставин, швидко знаходити нестандартні рішення – як у творчій, так і у спортивній діяльності. Розвиток креативності позитивно впливає на загальну мотивацію спортсменів, формує впевненість у собі, підвищує здатність долати психологічні бар'єри та зберігати емоційну стійкість.

Танцювально-рухова терапія є ефективною не лише у профілактиці емоційного вигорання, але й у реабілітаційних програмах після травм або тривалих навантажень. Завдяки природному залученню тіла до руху, без надмірного фізичного напруження, метод сприяє поступовому відновленню координації, гнучкості, рівноваги та впевненості у власних силах [5, с. 16].

З позицій сучасної психології спорту, впровадження ТРТ у систему підготовки спортсменів є інноваційним підходом, який поєднує психоемоційний розвиток з тілесною свідомістю. Вона може бути ефективною складовою програм психопрофілактики, спрямованих на збереження ментального здоров'я, формування стресостійкості, оптимізацію емоційних реакцій і поліпшення командної взаємодії. Особливо важливо, що цей метод має природний, ненасильницький характер, не потребує спеціальної хореографічної підготовки і може адаптуватися до рівня фізичної готовності кожного учасника.

Підсумовуючи, слід наголосити, що танцювально-рухова терапія є потужним психолого-педагогічним інструментом у роботі з особистістю спортсмена. Вона допомагає не лише зняти напруження і зберегти внутрішню рівновагу, а й розвинути здатність до самопізнання, розкриття творчого потенціалу, налагодження гармонійних взаємин у колективі. Завдяки інтеграції тілесного і психічного досвіду ТРТ сприяє гармонійному

розвитку особистості спортсмена, підвищенню його емоційної культури та професійної ефективності.

Список використаних джерел

1. Брижа О. С. Потенціал спортивних танців у формуванні здорового способу життя дітей та молоді : Зб. наук. пр. Харк.держ. акад. фіз. культури. Харків: ХДАФК, 2018. № 5. С. 16–17.
2. Гулько Т. Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичної культури та спорту в умовах воєнного стану в Україні. *Психолого-педагогічні проблеми сучасної школи*. 2023. Вип. 2(10). С. 20–27.
3. Рибалко Л.М. Фізкультурно-оздоровча модель здоров'язбережувальних технологій у закладах загальної середньої освіти. *Спортивна наука та здоров'я людини*, 2021. № 1(5). С. 84-103.
4. Рибалко, Л. Напрями модернізації професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури та спорту в умовах воєнного стану. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*, 2024, 3К(176), 404-409.
5. Тракалюк Т., Єременко О. Особливості вдосконалення фізичної підготовки кваліфікованих спортсменів у спортивних танцях на етапі спеціалізованої базової підготовки. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2016. № 4. С. 16–20.

УДК: 32-027.561, 373.5, 94(477), 316.75

Слободянюк Сергій Сергійович

здобувач III освітньо-наукового рівня

Житомирський державний університет імені Івана Франка

ВИВЧЕННЯ УКРАЇНСЬКОГО НАЦІОНАЛІЗМУ В НОВІЙ УКРАЇНСЬКІЙ ШКОЛІ НА УРОКАХ ІСТОРІЇ: КОНЦЕПТУАЛЬНІ ЗАСАДИ ТА ПРАКТИЧНИЙ ВИМІР

Постановка проблеми. Актуальність обраної теми обґрунтована сучасними тенденціями у розвитку педагогічної теорії та практики в Україні, оновленням змісту історичної освіти. Однією з основних цілей Нової української школи (НУШ) є формування патріота з активною позицією, що має цілісне уявлення про навколишню дійсність, науковий світогляд, розширення та концептуальне доповнення національно спрямованого компоненту [1]. Особливої гостроти тема українського націоналізму як вияву національної ідентифікації набула в розрізі російсько-української війни.

Аналіз наукових досліджень. На пріоритетність впровадження національно орієнтованої освіти, використання націєтворчого компоненту вказують вітчизняні науковці Зоя Атаманюк [2], Олександр Березюк [3],