

**Міністерство освіти і науки України**  
**Національний університет**  
**«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»**  
**Національний університет фізичного виховання і спорту України**  
**Полтавський державний медичний університет**  
**Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника**  
**Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка**  
**Херсонський державний університет**  
**ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка»**  
**Akaki Tsereteli State University (Georgia)**  
**Lithuanian University of Health Sciences, Kaunas, (Lithuania)**  
**Vilnius University (Lithuania)**



**ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ТА**  
**ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ:**  
**РЕАЛІЇ ТА ПЕРСПЕКТИВИ**

**Збірник наукових матеріалів X Всеукраїнської науково-практичної  
конференції з міжнародною участю**

*20 листопада 2024 року*

**Полтава**

**2024**

Тур О.М., д.пед.н., професор,  
Національний університет  
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

## **РОЗВИТОК ЛЕКСИЧНОГО ЗАПАСУ СТАРШИХ ДОШКІЛЬНИКІВ ЗАСОБАМИ РУХЛИВИХ ІГОР**

На сучасному етапі модернізації дошкільної освіти зростає потреба у формуванні всебічно розвиненої особистості дошкільника водночас із посиленням акценту на його здоров'язбереженні, що зумовлює пошук нових ефективних методів навчання. Інтеграція рухливих ігор та мовленнєвих завдань є перспективним напрямком у цьому контексті.

Рухливі ігри, поєднуючи фізичну активність та пізнавальні процеси, сприяють збагаченню словникового запасу та розвитку комунікативних навичок. Діти з більшим інтересом запам'ятовують нові слова під час гри, оскільки емоційно залучені в її процес. Крім того, рухливі ігри сприяють розвитку когнітивних та соціальних навичок, а фізична активність зміцнює здоров'я дітей:

активні рухи під час гри покращують кровообіг та зміцнюють серце, регулярність фізичних навантажень підвищують опірність організму до інфекцій та сприяють формуванню правильної постави й зміцненню м'язів спини, а міцний сон після фізичної активності дуже важливий для росту і розвитку дитини.

Щоб забезпечити максимальну користь від рухливих ігор, необхідно регулярно змінювати їхній репертуар. Це дозволить підтримувати незмінний інтерес дітей, стимулювати їхню мотивацію до активності та запобігати розвитку рухової рутини. Водночас важливо враховувати індивідуальні особливості кожної дитини, обираючи ігри, що відповідають їхньому віку, рівню фізичного розвитку та особливостям мовлення. Створення атмосфери доброзичливості, довіри та підтримки є ключовим чинником для того, щоб діти почувалися комфортно, активно включалися в ігровий процес і отримували від нього задоволення.

Задля збагачення словникового запасу дошкільнят, наприклад, дієсловами руху, можна організувати таку гру, як «Зоопарк». Тут діти не тільки зображують різних тварин, стрибаючи, як зайчики, плазуючи, як змії чи черепахи, літаючи, як пташки, бігаючи, як мавпочки, а й описують свої рухи за допомогою відповідних дієслів. А в грі «Транспорт» діти, імітуючи рухи літака, потяга, автомобіля, корабля та ін., додають звуки, що супроводжують ці рухи, використовуючи дієслова «гудіти», «стукати», «шуміти», «хлюпати» тощо. Такі ігри не тільки розвивають мовлення, уяву, емоційний інтелект дітей, а ще й

координацію рухів, різноманітність яких зміцнюють м'язи всього тіла, покращують його гнучкість. Для розвитку вміння розпізнавати невербальні засоби спілкування, «читати» мову тіла, розвивати уяву, міміку, жестикуляцію, координацію рухів та фізичну активність, дошкільнятам можна також запропонувати гру «Пантоміма», під час якої діти діляться на дві команди і по черзі показують пантоміму, а інша команда дітей відгадує.

Щоб діти могли краще сприймати нові слова та поповнювати свій словниковий запас, важливо розвивати їхню здатність зосереджуватися. Саме тому корисною є гра «Заборонений рух». Вона допомагає дітям навчитися контролювати свою увагу, відволікатися від сторонніх подразників і фокусуватися на певних завданнях (виділяти слово з мовного потоку і запам'ятовувати його, пов'язуючи з конкретним предметом, поняттям або дією), що є важливою навичкою для успішного навчання мови. Під час виконання завдання слід орієнтуватися тільки на вербальну інструкцію, незалежно від того, що реально демонструє ведучий. Команди подаються впереміш і в різному темпі, як-от: «підстрибнути», «присісти», «повернутися ліворуч», «обернутися навколо себе», «нахилитися праворуч», «підняти ліву руку і праву ногу одночасно» тощо. Завдання дитини – виконувати тільки те, що вона чує. Через певну кількість команд ведучий і гравець міняються місцями, виграє той, хто зробить менше помилок.

Цікавими для дітей є розігрування за ролями сюжетів знайомих казок, наприклад, «Колобок», «Рукавичка», «Ріпка». Діти не лише зображують тварин з улюблених казок, використовуючи відповідні рухи та слова, а й вчаться будувати діалоги, висловлювати свої думки та почуття. Це сприяє розвитку зв'язного мовлення, збагачує словниковий запас і вдосконалює граматичну будову речень. Наприклад, під час розігрування казки «Колобок», діти можуть вивчати прикметники для опису персонажів (рум'яний, сірий, хитруватий) та вчитися будувати діалоги між героями.

Розігрування казок – це не лише розвиток мовлення та уяви, а й потужний інструмент для фізичного розвитку дитини. Під час гри діти постійно рухаються, що сприяє розвитку гнучкості, сили та витривалості. Багато рухів, які виконують діти під час розігрування казок, допомагають зміцнити м'язи спини та формують правильну поставу. Використання ляльок, масок, атрибутів сприяє розвитку дрібної моторики, що позитивно впливає на підготовку руки до письма. Активні рухи під час гри покращують кровообіг та зміцнюють серце. Розігрування казок вимагає від дітей узгоджених рухів, що розвиває їхню координацію. Разом із тим театралізовані ігри допомагають дитині розслабитися, зняти стрес, сприяють підвищенню імунітету, здоров'язбереженню в цілому.

Отже, рухливі ігри – це універсальний інструмент для гармонійного розвитку дошкільнят. Вони поєднують в собі фізичну активність, яка зміцнює здоров'я, з мовним розвитком, стимулюючи засвоєння нових слів та граматичних конструкцій, і є невід'ємною частиною освітнього процесу в дошкільньому закладі, оскільки сприяють всебічному розвитку дитини та закладають міцний фундамент для її подальшого навчання.

## *Література*

1. Барташнікова І.А., Барташніков О.О. Розвиток уваги та навичок навчальної діяльності у дітей 5-6 років. Тернопіль : Навчальна книга–Богдан, 2016. 40 с.

Харченко А.А., студентка  
спеціальності «Фізична терапія, ерготерапія»  
Давиденко С.В., к.мед.н.. доцент  
*Національний університет  
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»*

## **НЕТРАДИЦІЙНІ МЕТОДИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ В ЛІКУВАННІ ОСІБ ЗІ СКОЛІОТИЧНОЮ ХВОРОБОЮ**

Сколіотична хвороба – це бічне викривлення хребта з обов'язковою ротацією тіл хребців (торсією), характерною особливістю якого є прогресування деформації. Сколіоз може починатися в будь-якому віці. Найчастіше він зустрічається в період швидкого зростання. Практично у 80% випадків сколіоз називають ідіопатичним. Це означає, що причини його появи виявити не можна. Але у більшості випадків причинами є: неправильне положення тіла внаслідок фізіологічних особливостей людини (плоскостопість, різна довжина ніг, слабкість м'язів спини), захворювання, а так само травми, неправильно усталені звички, погана постава. При сколіозі виділяють такі викривлення, як кіфоз та лордоз. Кіфозом називають збільшення природного вигину хребта у грудному відділі, а лордозом, відповідно, у поперековому. Симптомом, характерним лише для сколіотичної хвороби, є перекис тазових кісток та вкорочення нижньої кінцівки. Але необхідно враховувати, що на ранніх стадіях хвороби зміни постави можуть залишатися непомітними. Виявити їх може лікар під час огляду та проведення спеціальних тестів. При необхідності буде призначений рентген хребта. У деяких випадках призначають комп'ютерну томографію або магнітно-резонансну томографію, щоб виключити інші хвороби. У більшості людей сколіоз протікає в легкій формі. Але ті, хто страждав на сколіоз в дитинстві і не лікував його, швидше за все скаржитимуться на хронічні болі в спині. При важких формах можуть бути серйозні ускладнення – грудна клітка може здавлювати легені і серце, що ускладнює дихання і серцеву діяльність.

Для лікування сколіотичної хвороби використовують традиційні методи, включаючи фізіотерапію і хірургічне втручання, але вони не завжди забезпечують бажані результати. У зв'язку з цим, виникає потреба у впровадженні нетрадиційних методів фізичної реабілітації, які можуть покращити результативність лікування. Нетрадиційні методи фізичної реабілітації стають дедалі популярнішими завдяки своїй ефективності та індивідуалізації підходів. Нетрадиційними методами фізичної реабілітації є: йога