

Міністерство освіти і науки України
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»
Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського
ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника»
Львівський національний університет імені Івана Франка
Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Гомельський державний університет імені Ф. Скорини
Інститут модернізації змісту освіти МОН України
Харківська гуманітарно-педагогічна академія
Університет Миколи Коперника
Харківська державна академія фізичної культури
Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка
LithuanianSportsUniversity (Lithuania)
NicolausCopernicusUniversity (Poland)

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ, СПОРТУ ТА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Збірник матеріалів II Всеукраїнської науково-практичної
Інтернет-конференції з міжнародною участю

01 грудня 2021 року

CURRENT ISSUES OF PHYSICAL CULTURE, SPORTS AND PHYSICAL EDUCATION

Collection of materials of the I All-Ukrainian Scientific and
Practical conferences with international participation

December 01, 2021

Полтава, 2021

Яланська С. П., д. психол.н., професор,
завідувач кафедри психології та педагогіки
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЇ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ: РЕСУРС АРТ-ЕКОПРАКТИК

Питання психології здоров'я та здорового способу життя є надзвичайно актуальними в умовах постійних інформаційних перевантажень, перманентних змін, що відбуваються в суспільстві, економіці, впливі психотравмуючих чинників. Тому кожна особистість має пам'ятати про необхідність забезпечення психологічного благополуччя, внутрішньої гармонії на засадах саморегуляції, чому можуть сприяти арт-екопрактики [1].

На кафедрі психології та педагогіки Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», під час засідань психологічної студії «Шлях до успіху», розглядаються проблеми психології здорового способу життя, ресурс арт-екопрактик для забезпечення психічного здоров'я людини, внутрішньої гармонії особистості. Цікавим є використання арт-екопрактик у «зелених аудиторіях» – на території Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка». Наприклад, арт-екопрактика «Активність/Пасивність» – вправа передбачає вибір природніх об'єктів, що асоціюються з різними станами особистості. *Завдання:* обрати природні об'єкти, що асоціюються з пасивністю; обрати природні об'єкти, що асоціюються з активністю; розповісти про обрані об'єкти, визначити їх основні риси; визначити які з об'єктів асоціюються з Вашим станом; зазначити об'єкт, який найбільше спонукає до активності, визначити до яких саме дій; зробити висновки. Також досить ефективним є використання арт-практик в навчальному процесі вищої школи. Наприклад, під час вивчення курсу «Загальна психологія» студентами спеціальності 053 Психологія темою однієї з лабораторних робіт є «Використання арт-практик у роботі практичного психолога». *Мета:* сформувати компетентності майбутніх практичних психологів щодо використання арт-інструментарію у роботі з клієнтами, зокрема метафоричних асоціативних зображень, сприяти розвитку креативності здобувачів вищої освіти. *Обладнання:* метафоричні асоціативні карти «Насіння» (О. Тараріної). *Хід роботи:* Завдання 1: Виконайте вправу «Сила» на основі метафоричних асоціативних зображень (за О. Тараріною). По завершенні роботи здійсніть аналіз її виконання у формі звіту. Звіт за результатами лабораторної роботи: Які труднощі виникали під час виконання вправи? З якими клієнтами доцільно використовувати такий арт-інструментарій? Які висновки Ви зробили за результатами виконання вправи? За результатами виконання вправ отримали позитивні відгуки здобувачів вищої освіти.

Отже, переконані, що арт-екопрактики доцільно використовувати для забезпечення психічного здоров'я людини, внутрішньої гармонії особистості.

Література

1. Максименко С. Д., Яланська С. П. Генетико-креативний підхід: діяльнісне опосередкування особистісного розвитку: монографія. К.: «Видавництво Людмила», 2021. 524 с.

Сайко Н. О. МЕТОД ФРЕНСІС ШАПІРО У ПОДОЛАННІ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО СИНДРОМУ.....	318
Скрипка І. М., Коротенко Р. ЗАСТОСУВАННЯ ФІТНЕСУ У ФІЗИЧНІЙ ПІДГОТОВЦІ ФУТБОЛІСТІВ.....	321
Соловей О. АДАПТИВНА ФІЗИЧНА РЕКРЕАЦІЯ УЧНІВ 1–4 КЛАСІВ З ПОРУШЕННЯМ ЗОРУ.....	322
Сушко Я. ПІОТЕРАПІЯ У СИСТЕМІ АДАПТИВНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ.....	325
Теличко А. СОЦІАЛЬНА АДАПТАЦІЯ ДІТЕЙ З ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИМИ ВАДАМИ ЗАСОБАМИ АДАПТИВНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ.....	328
Ткачук М. КІНЕЗОТЕРАПІЯ У ПРОФІЛАКТИЦІ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ ЖІНОК ПРИ ЦЕРВІКАЛГІЇ.....	331
Фесенко В. О., Синиця Т. О. ХАРАКТЕРИСТИКА ТА ПІДХОДИ ДО ОЦІНКИ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТІВ.....	334
Хмеленко Д. ХАРАКТЕРИСТИКА ЗАСОБІВ ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ДЛЯ ЛЮДИНИ.....	336
Шендрик А., Синиця Т. О. ПОСТАВА ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	339
Шуманська А. ЗМІНИ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ ЦЕНТРАЛЬНОЇ НЕРВОВОЇ СИСТЕМИ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ В УМОВАХ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ.....	342
Яланська С. П. ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЇ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ: РЕСУРС АРТ-ЕКОПРАКТИК.....	344