

ПЕДАГОГІЧНИЙ АЛЬМАНАХ «АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ: ТЕОРІЯ ТА ПРАКТИКА»

Збірник матеріалів

**V Всеукраїнської конференції
здобувачів вищої освіти і молодих учених**

(6 листопада 2025 року)



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Державний заклад
«ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ
ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ імені К. Д. УШИНСЬКОГО»

ФАКУЛЬТЕТ ДОШКІЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА СІМЕЙНОЇ ТА СПЕЦІАЛЬНОЇ
ПЕДАГОГІКИ І ПСИХОЛОГІЇ

Збірник матеріалів
V Всеукраїнської конференції
здобувачів вищої освіти і молодих учених

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ
ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ:
ТЕОРІЯ ТА ПРАКТИКА

Випуск 5
6 листопада 2025 року

Одеса
Видавництво ТОВ «Лерадрук»
2025 рік

Рекомендовано до друку Вченою радою університету Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського» (протокол №5 від 30.10.2025).

Рецензенти:

Листопад О. А. – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри дошкільної педагогіки, ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського»;

Бабчук О. Г. – кандидат психологічних наук, доцент, завідувач кафедри психології та педагогіки, Одеський державний університет внутрішніх справ.

Педагогічний альманах «Актуальні проблеми дошкільної освіти: теорія та практика»: збірник матеріалів V Всеукраїнської конференції здобувачів вищої освіти і молодих учених (6 листопада 2025 року). Одеса: Видавництво ТОВ «Лерадрук», 2025. Вип. V. 284 с.

ISBN: 978-617-7768-55-4

Організаційний комітет:

Богуш А. М. – дійсний член НАПН України, доктор педагогічних наук, професор (голова);

Сторож В. В. – кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри сімейної та спеціальної педагогіки і психології (заступник голови);

Кавиліна Г. К. – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри сімейної та спеціальної педагогіки і психології (відповідальний секретар);

Булгакова О. Ю. – доктор психологічних наук, доцент, декан факультету дошкільної педагогіки та психології;

Тубичко Ю. О. – старший викладач кафедри сімейної та спеціальної педагогіки і психології.

Матеріали збірника відображають наукові дослідження і їх результати, здобуті в процесі науково-дослідної роботи студентів та молодих науковців, які навчаються у закладах вищої освіти України.

Відповідальність за зміст, точність цитат, прізвищ і представлених даних несе автор.

ЗМІСТ

Розділ І. Теоретичні аспекти дошкільної освіти у сучасному вимірі

<i>Архипенко І. В.</i> Розвиток навичок дружньої взаємодії у дітей дошкільного віку в процесі організації ігрової діяльності.....	6
<i>Драгой Л. О.</i> Особливості етнічної толерантності у дітей дошкільного віку.....	12
<i>Ковиліна В. Г., Ковригіна О. В.</i> Роль фольклорних традицій у становленні емоційної культури дітей дошкільного віку.....	17
<i>Кудрявцева О. А., Дибець А. Л.</i> Ігри спортивного характеру як інструмент розвитку фізичних якостей дітей старшого дошкільного віку.....	24
<i>Кудрявцева О. А., Казімірчук Г. Є.</i> Вплив ігрової діяльності на формування уявлень старших дошкільників про український національний одяг.....	32
<i>Сторож В. В.</i> Цифрова залежність дітей дошкільного віку.....	40

Розділ ІІ. Інноваційні методи та технології у просторі дошкільної освіти

<i>Богуш А. М., Шумська О. В.</i> Народне мистецтво як компонент народознавства у процесі національного виховання дітей старшого дошкільного віку.....	49
<i>Березовська Л. І., Потапчук Т. В.</i> Теоретичне обґрунтування педагогічних умов формування толерантності майбутніх вихователів на засадах педагогіки партнерства.....	62
<i>Безпрозвана Г. О.</i> Формування мовно-мовленнєвої особистості вихователя ЗДО.....	69
<i>Бабчук М. І., Кузьменко О. С.</i> Формування образу тіла як психологічний процес у осіб, залучених до танцювальної діяльності.....	75
<i>Мельник С. Х.</i> Традиційні і нетрадиційні методики загартування дітей дошкільного віку та методика їх	

використання.....	81
<i>Начева Ю. В.</i> Літературні ігри як метод формування художньо-мовленнєвої компетенції у дітей передшкільного віку.....	87
<i>Скориход О. О.</i> Спільна діяльність дорослих і дітей як чинник формування позитивних взаємин у сім'ї....	93
<i>Хлань А. С.</i> Методика роботи з картинками з дітьми раннього віку.....	99
<i>Бабчук М. І., Христова Н. С.</i> Формування вольової регуляції в умовах індивідуальної спортивної діяльності....	104
<i>Шкурка О. В.</i> Методика організації фізкультурно-оздоровчої роботи в сучасному ЗДО.....	110
<i>Krymova N. O., Azarkina O. V.</i> The role of isotherapy in the formation of the emotional-volume sphere of elderly preschoolers.....	121
<i>Cojocari L.</i> Fundamente organizațional-pedagogice ale formării competenței profesionale a cadrelor didactice în educația pentru sănătate.....	128
<i>Ohrimenco (Boțan) A.</i> Percepții parentale privind utilizarea tehnologiei în copilăria timpurie: perspective educaționale pentru o mediere digitală conștientă.....	140

Розділ III. Особливості інклюзивних підходів

<i>Ковиліна В. Г., Кожемякіна В. В.</i> Ігрові методи у психологічній корекції комунікативних труднощів дітей старшого дошкільного віку із ЗПР.....	160
<i>Коргун Л. М.</i> Дослідження інклюзивної компетентності майбутніх вихователів.....	166
<i>Літовченко О. В., Лисименко А. Б.</i> Особливості розвитку довільної уваги у дітей із порушеннями мовлення.....	173
<i>Літовченко О. В., Роговець А. С.</i> Використання методів казкотерапії для розвитку мовлення у дітей дошкільного віку.....	181
<i>Парубська О. В.</i> Розвиток мовлення у дітей старшого дошкільного віку (на прикладі дітей з вадами слуху).....	189
<i>Krymova N. O., Zorochkina T. S.</i> The role of art-therapy in the formation of an inclusive educational envi-	

ТРАДИЦІЙНІ І НЕТРАДИЦІЙНІ МЕТОДИКИ ЗАГАРТУВАННЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ТА МЕТОДИКА ЇХ ВИКОРИСТАННЯ

**Здобувачка першого рівня
вищої освіти С. Х. Мельник**

Здоров'я дітей дошкільного віку є ключовим показником якості освітнього процесу, адже саме в цей період закладаються основи фізичного, психічного та соціального розвитку особистості. Сучасні умови життя, що супроводжуються зменшенням рухової активності дітей та частими стресовими ситуаціями, обумовлюють потребу у використанні засобів, які сприяють зміцненню організму й підвищенню його захисних функцій. Одним із найбільш ефективних напрямів формування здорового способу життя дошкільників є загартування, яке базується на використанні природних факторів для розвитку адаптаційних можливостей організму.

Актуальність проблеми загартування підтверджується низкою досліджень таких вчених як О. О. Шумська, К. В. Ханзин, та Л. Л. Понеділок, у яких наголошується, що діти, які систематично залучаються до процедур загартування, значно рідше хворіють на гострі респіраторні захворювання, краще адаптуються до змін кліматичних умов та демонструють вищий рівень фізичної витривалості [8, с. 45]. Водночас педагоги відзначають і позитивний вплив загартування на психологічний стан дітей, а саме підвищення рівня емоційної стабільності, розвиток впевненості у власних силах, формування відповідального ставлення до власного здоров'я.

Мета даної статті полягає у вивченні традиційних і нетрадиційних методик загартування дітей дошкільного віку, а також у визначенні шляхів їх оптимального поєднання в освітньому процесі.

Об'єктом статті є процес загартування дітей дошкільного віку, а предметом – специфіка використання традиційних та альтернативних методик у цьому процесі.

Класичні методи загартування дітей дошкільного віку базуються на використанні природних факторів – повітря, води та сонця. Вони мають науково обґрунтовану ефективність і застосовуються в освітньому процесі вже протягом багатьох десятиліть. Одним із найпоширеніших засобів є повітряні ванни, які проводяться у приміщенні чи на свіжому повітрі при поступовому зниженні температури. Такі процедури активізують обмін речовин, покращують роботу серцево-судинної та дихальної систем, а також підвищують опірність організму до інфекцій [1, с. 78].

Водні процедури також посідають важливе місце у практиці загартування. До них належать обливання, контрастні душі, плавання. Вплив холодної води на організм дитини стимулює роботу нервової системи, удосконалює механізми терморегуляції та сприяє швидшому відновленню після фізичних навантажень. Особливої уваги потребує поступовість таких процедур, адже різкі зміни температури можуть призвести до небажаних реакцій. Саме тому вихователі та батьки мають враховувати індивідуальні особливості кожної дитини, її стан здоров'я та рівень фізичного розвитку [6].

Сонячні ванни виконують функцію природного джерела вітаміну D, який необхідний для формування кісткової системи та зміцнення імунітету. Крім того, перебування дітей на свіжому повітрі в умовах сонячної активності сприяє нормалізації емоційного стану, зниженню рівня тривожності та формуванню позитивного настрою. Важливо, однак, дотримуватися правил безпеки: уникати перегрівання, використовувати головні убори та обмежувати час перебування під прямими сонячними променями [9].

Отже, огляд класичних методик загартування підкреслює їхню суттєву роль у підвищенні адаптаційних мож-

ливостей організму дітей та зміцненні їх імунної системи. Методики, такі як повітряні ванни, дихальні вправи, обливання і ходіння босоніж, не лише активізують фізичну активність дітей, але й сприяють їхньому психоемоційному розвитку, формуючи здорові звички на майбутнє. Поступове адаптування до змін температури та умов навколишнього середовища дозволяє дітям ефективніше протистояти хворобам, підвищуючи їхню загальну витривалість та імунітет.

Таким чином, систематичне використання зазначених методів загартування є важливим елементом формування здорового способу життя у дошкільників. Впровадження альтернативних методик загартування є актуальною вимогою сучасності, оскільки вони сприяють формуванню навичок здорового способу життя та підвищенню загального рівня фізичного стану дітей.

Зокрема, акцент на активних і веселих методах дозволяє не лише покращити фізичні показники, як сила чи витривалість, а й розвивати особистісні якості, такі як відповідальність за власне здоров'я чи турбота про себе та друзів. Таким чином, альтернативні методики загартування стають важливим інструментом у формуванні здорової, активної та свідомої дитини, яка готова до викликів свого маленького світу й майбутнього життя [7, с. 50-55].

Метод Віма Хофа, відомий своєю ефективністю в загартуванні організму, включає спеціальні дихальні вправи. Ці дихальні техніки складаються з серії глибоких вдихів, затримок дихання та повторень, що сприяє покращенню метаболізму, зміцненню імунної системи та підвищенню стресостійкості. Регулярне виконання цих вправ допомагає дітям розвивати контроль над своїм диханням, що, в свою чергу, позитивно впливає на їхнє фізичне і психічне здоров'я [2].

Хатха-йога є комплексною оздоровчою системою, яка сприяє фізичному, розумовому та духовному загартуванню дітей. Ця практика включає в себе не лише фізичні

вправи, але й дихальні техніки, які зміцнюють дихальну систему та покращують кровообіг. Заняття хатха-йогою допомагають дітям розвивати концентрацію, увагу та уяву, що позитивно впливає на їхній психоемоційний стан. Вправи виконуються в певній послідовності, починаючи з простих асан, що активізують м'язи голови, шиї та рук, і поступово переходять до більш складних [4].

Важливу роль у процесі альтернативного загартування відіграють творчі завдання. Виконання вправ з елементами музикотерапії, арт-терапії чи казко-терапії допомагає дітям поєднувати фізичну активність із позитивними емоціями. Такий підхід не лише зміцнює організм, а й формує у дітей естетичний смак, розвиває уяву та комунікативні навички [5, с. 41].

Практична реалізація методики альтернативного загартування у ЗДО передбачає інтеграцію різних видів діяльності, що поєднують фізичний, емоційний та творчий розвиток дітей. Наприклад, заняття на тему «Подорож краплинки» включає такі елементи: фізичні вправи для підвищення рухової активності, інтерактивні ігри, що розвивають уяву, та арт-терапевтичні завдання.

Під час таких занять вихователь використовує м'які іграшки, музичний супровід та ігрові образи, щоб залучити дітей до процесу загартування. Фізичні вправи, наприклад рухи жабки або імітація плавання, поєднуються з обтиранням водою, що сприяє розвитку витривалості, координації та загальної фізичної підготовки. Ігри на розвиток дрібної моторики та творчості, такі як малювання водою на асфальті чи створення аплікацій, допомагають дітям асоціювати загартування з приємними емоціями та радіщами гри [3, с. 42].

У процесі занять вихователь проводить актуалізацію опорних знань, ставлячи запитання про психологічну та фізичну готовність до змагань. Діти отримують теоретичні знання про загартування, його значення для зміцнення

здоров'я, а також різні методи загартування, такі як повітряні, водні та сонячні ванни. Вихователь пояснює, як правильно проводити ці процедури, акцентуючи увагу на важливості поступовості та систематичності в загартуванні.

Оцінка ефективності таких занять здійснюється через спостереження за фізичною активністю дітей, їхньою залученістю в ігри та емоційною реакцією на процедури. Вихователь проводить рефлексію, запитуючи дітей про їхні враження, оцінюючи рівень задоволення та інтересу. Позитивна реакція дітей та активна участь у процесі свідчать про успішне формування звички дбати про здоров'я та розвиток стійкого інтересу до загартування.

Ефективність поєднання класичних і альтернативних методик підтверджується високим рівнем активності дітей, їхніми позитивними емоціями та досягненням цілей занять. Спостереження показують покращення фізичних показників, таких як координація та витривалість, а рефлексія відображає радість і зацікавленість. Індивідуальна підтримка забезпечує врахування потреб кожної дитини, сприяючи формуванню стійких здорових звичок. Цей універсальний підхід може бути адаптований до різних освітніх програм, зміцнюючи здоров'я та готуючи дітей до активного життя.

В перспективах подальшого дослідження вбачаємо впровадження традиційних і нетрадиційних методик загартування дітей дошкільного віку в закладах дошкільної освіти.

ЛІТЕРАТУРА

1. Андрощук О. Загартування як один з ефективних засобів оздоровлення дітей дошкільного віку. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві* : зб. наук. пр. Луцьк, 2012. № 2(18). С. 147-150.

2. Віма Хоф. Метод Віма Хофа. Практичний посібник із загартування та дихальних технік. Київ:

Видавництво «Здоров'я», 2019. 248 с.

3. Демиденко Д. В. Система загартування Порфирія Корнійовича Іванова «Дитинка». Всеосвіта. URL: <https://vseosvita.ua/library/sistema-zagartuvanna-porfiria-kornijovica-itinka-545361.html> (дата звернення: 28.09.2025).

4. Заняття «Загартування: засоби й методика його застосування». Освітній проект «На Урок» для вчителів. URL: <https://naurok.com.ua/zanyattya-zagartuvannya-zasobi-y-metodika-yogo-zastosuvannya-31026.html> (дата звернення: 28.09.2025).

5. Кравчук Н. П. Особливості формування психологічної стійкості у дітей дошкільного віку. 2018.

6. Комісарик М. Роль загартування в оздоровленні дітей дошкільного віку. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*, 2004. №2. С. 16.

7. Панаскевич Аліна. Особливості використання вправ йога-гімнастики в процесі проведення фізкультурних занять. Комунальна установа КЗ ДНЗ №15 ВМР. URL: <https://mmk.edu.vn.ua/uploads/images/articles/DNZ/2020-2021/osoblivosti%20zastosuvannya%20vprav%20yoga-gimnastiki-1.docx> (дата звернення: 28.09.2025).

8. Сало А. В., Дейкун Р. Л. Поняття та правила загартування. PhD Thesis. КНТУ. 2010.

9. Хорошуха М. Ф. Духовні та оздоровчі ефекти загартовування юних спортсменів силами природи за систе. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2015. № 6. С. 182–187.

Збірник матеріалів
V Всеукраїнської конференції
здобувачів вищої освіти і молодих учених

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ
ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ:
ТЕОРІЯ ТА ПРАКТИКА

Випуск 5

6 листопада 2025 року

Виготовлено з готового оригінал-макету
Технічне редагування матеріалів збірника – О.І. Кисельова.

Підписано до друку 03.11.2025 р. Папір офсетний. Формат 60×90/16.
Гарнітура «Times New Roman». Ум.-друк. арк. 17,8.
Тираж 300 прим. Зам. № 37.

Видавництво ТОВ «Лерадрук»
Свідоцтво ДК № 2645 від 11.10.2006 р.
м. Роздільна, вул. Європейська, 44.
E-mail: leradruk@gmail.com