

Таким чином, важливою складовою державної політики в Україні є прогресивні зміни в стратегії розвитку освіти для дітей з особливими потребами з домінуючим напрямком – впровадженням інклюзивної освіти у загальноосвітніх навчальних закладах, де освітнє середовище адаптовано до особистості здобувача освіти: для здобувачів освіти з особливими освітніми потребами створені групи з інклюзивною формою навчання – так здійснюється інтеграція дітей з особливими освітніми потребами у загальноосвітній простір.

Список використаних джерел:

1. Дефектологічний словник: навчальний посібник / за редакцією В.І. Бондаря, В.М. Синьова. К.: «МП Леся», 2011. 528 с.
2. Енциклопедія для фахівців соціальної сфери. – 2-е видання / За заг. ред. проф. І.Д. Звереві. Київ, Сімферополь: Універсум, 2013. 536 с.
3. Осіпов В. М. Основи фізичної реабілітації: навчальний посібник для студентів напряму підготовки б.010203 „Здоров’я людини”). Бердянськ: БДПУ, 2013. 225 с.
4. Сучасні стандарти та критерії в галузі реабілітаційної медицини: Навчальний посібник / ред. В. П. Лисенюк. К., 2001. 70 с.
5. Христова Т. Є., Суханова Г. П. Основи лікувальної фізичної культури: посібник для студентів вищих навчальних закладів спеціальності „Фізичне виховання*». Мелітополь: ТОВ «Колор Принт», 2015. 172 с.
6. <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/2145-19>.

АРТ-ТЕХНІКИ ЯК РЕСУРС ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ’Я ДИТИНИ

Анжела Пасічніченко,

кандидатка психологічних наук, доцентка,
доцентка кафедри дошкільної освіти Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Проблема психічного здоров’я особистості завжди була важливою, а в сучасних умовах набула особливої актуальності. Психічне здоров’я є умовою соціалізації дітей, адекватного виконання ними вікових, соціальних і культурних ролей, забезпечує можливість безперервного повноцінного розвитку та сприяє ефективній самореалізації особистості. Воно є своєрідним резервом сил дитини, завдяки якому вона може подолати стресові ситуації із якнайменшою шкодою для її фізичного здоров’я.

Підтримка, збереження психічного здоров’я дітей, розробка ефективних способів профілактики, подолання стресу та проявів, які з ним пов’язані, пошук ресурсів психологічної гариздності – це є одне із головних завдань дорослих, яке успішно реалізується завдяки використанню різноманітних корекційних технологій. Вони забезпечують емоційний комфорт та позитивне психологічне самопочуття дитини в процесі спілкування з однолітками і дорослими. Серед таких оздоровлювальних технологій терапевтичного спрямування особлива роль відводиться арт-технікам, зокрема ізотерапії як одному із напрямку.

Ізотерапія допомагає зробити більш гармонійними емоції дитини, знижує рівень тривожності, агресивності, імпульсивності, емоційне напруження у стресових ситуаціях. Окрім того, для дітей будь-яке заняття творчістю є чинником психічного розвитку: сприяє розвитку вищих психічних функцій, збагаченню уявленню про навколишній світ, розвитку дрібної моторики, формуванню вміння встановлювати емоційний контакт із оточенням.

На думку Н. Атаманчук арт-терапевтичні практики дозволяють розкрити можливості дитини, розвивати здібності до творчості, досягнути власне «Я». Використання арт-вправ дає змогу педагогу, близьким рідним забезпечити умови самостійного творчого вираження дітей, що позитивно позначається на формуванні їх емоційно-вольової сфери та пізнавальної активності. Мистецтво активізує здібності до сублімації психічної енергії у творчості, навчає дітей вчасно вивільняти негативні емоції, які виступають блокувальними факторами розвитку творчого мислення [1, с.9].

Науково доведено: саме дошкільний вік є сенситивним періодом для розвитку творчості, оскільки дитина до цього віку, з одного боку, готова до соціалізації (сформованість мовлення), а з іншого – ще не соціалізована [3]. У цей віковий період вона активно накопичує знання та оволодіває необхідним для творчості досвідом, виявляє допитливість, спостережливість, прагне пізнавати нове. Дошкільник позбавлений внутрішнього критика, обмежень та стереотипів, що стримують творчий процес.

В основі творчої діяльності лежить не передача готових знань, умінь, навичок, а спонукання до пошуку нового, оригінального. Тому важливим у процесі реалізації таких технік є надання свободи дитині у виборі діяльності, засобів її виконання, способів дій та максимальне уникнення чіткої регламентації [5, с. 19].

Всі дитячі види діяльності (ігрова, зображувальна, конструювальна, навчальна, побутова) містять елемент творчості. Результатом будь-яких пізнавальних дій дитини є творчість. Навіть наслідуючи дорослих, вона творчо видозмінює своє сприйняття відповідно до власних уявлень, а засвоюючи щось нове, пропускає його крізь особистий досвід, неповторний та унікальний.

Переваги зображувальної діяльності полягають у тому, що вона є доступною, цікавою для дитини, не вимагає наявності особливих здібностей та умінь, викликає емоційний відгук, характеризується багатством матеріалів та відсутністю обмежень у їх використанні. Саме такі особливості дозволяють вільно творити [4, с. 143].

Розвиваючи творчі здібності дітей у дошкільному віці, дорослі мають пам'ятати: кожна дитина є унікальною особистістю; важливо звертати увагу на думки, пропозиції, ідеї кожної дитини; вияв поваги до дитини сприятиме більшій довірі дітей, їх відкритості й плідної праці, створенню нових, неординарних, унікальних речей. У занятті мистецтвом дуже важливо, щоб дитина відчувала свій успіх в цій справі. Якщо вона бачить, що має успіх у створенні унікальних творчих продуктів (казок, малюнків тощо) до неї приходять успіх у спілкуванні, а взаємодія зі світом стає більш конструктивною [2, с. 26].

Отже, аналіз психолого-педагогічних наукових доробок дозволяє зробити висновок про актуальність у сучасних умовах проблеми психічного здоров'я

та пошуку шляхів його підтримки. Доцільними та ефективними техніками у формуванні психічного здоров'я дітей є арт-терапевтичні, оскільки вони доступні, цікаві, мають ряд переваг.

Список використаних джерел:

1. Атаманчук Н.М. *Розвиток творчості в дітей: психологічний ресурс арт-технік. Розвиток обдарованої особистості в освітньому просторі: ціннісний вимір : тези доп. X наук.-практ. семінару, 23 квіт. 2020 р. К. : Ін-т психології ім. Г.С. Костюка, 2020. С. 9.*

2. Атаманчук Н.М., Яланська С.П., Тур О.М. *Творчий розвиток дітей дошкільного віку засобами арт-практик. Психологічний часопис: науковий журнал. 2020. № 10. Вип. 6. С.17-28.*

3. Біла І.М. *Психологія дитячої творчості. К.: Фенікс, 2014. 200 с.*

4. Пасічніченко А.В. *Психолого-педагогічні умови формування креативності у дітей дошкільного віку. Витоки педагогічної майстерності: журнал. Полтава, 2021. Випуск 28. С.141-146.*

5. Пасічніченко А. В. *Формування креативності у дітей дошкільного віку. Педагогічні науки: наук. журнал. 2021. Вип. 78. С. 17-21.*

**ХАРЧУВАННЯ ЯК ЗАПОРУКА ЯКІСНОГО ЖИТТЯ
ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ**

Антоніна Сидоренко,

кандидатка медичних наук, доцентка кафедри експериментальної та клінічної фармакології з клінічною імунологією та алергологією Полтавського державного медичного університету

Руслан Луценко,

доктор медичних наук, завідувач кафедри експериментальної та клінічної фармакології з клінічною імунологією та алергологією Полтавського державного медичного університету

Людмила Сизова,

кандидатка медичних наук, доцентка кафедри інфекційних хвороб з епідеміологією Полтавського державного медичного університету

Михайло Коптев,

кандидат медичних наук, доцент кафедри клінічної анатомії і оперативної хірургії Полтавського державного медичного університету

Ольга Луценко,

викладачка кафедри експериментальної та клінічної фармакології з клінічною імунологією та алергологією Полтавського державного медичного університету

Світлана Чечотіна,

кандидатка медичних наук, доцентка кафедри експериментальної та клінічної фармакології з клінічною імунологією та алергологією Полтавського державного медичного університету

Процес старіння населення є світовим. Кількість людей похилого віку в структурі населення зростає як у розвинутих країнах так і країнах, що розвиваються. В Україні у 2015 році осіб віком 60-65 років становило 21,8 %, а людей віком 65 років і старше – 15,5 % від загальної чисельності населен-