

Міністерство освіти і науки України
Національна академія наук України
Національна академія педагогічних наук України
Інститут обдарованої дитини НАПН України
НЦ «Мала академія наук України»
Кафедра ЮНЕСКО з наукової освіти
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова



МАТЕРІАЛИ

V Міжнародної науково-практичної онлайн-конференції
«ОБДАРОВАНІ ДІТИ – СКАРБ НАЦІЇ!»

23–29 жовтня 2024 року

в межах XVI Міжнародної виставки «Інноватика в сучасній освіті»

Київ
2024

О-13 Обдаровані діти – скарб нації! : матеріали V Міжнародної науково-практичної онлайн-конференції (Київ, 23–29 жовтня 2024 року). – Київ : Інститут обдарованої дитини НАПН України, 2024. – 1604 с.

У збірник увійшли статті та тези учасників V Міжнародної науково-практичної онлайн-конференції «Обдаровані діти – скарб нації!», у яких розкрито актуальні наукові та практичні проблеми виявлення, діагностики, розвитку, підтримки та супроводу обдарованої особистості в освітньому середовищі та соціумі, практичний досвід роботи з обдарованими дітьми та молоддю.

Тематика публікацій:

- сучасні тенденції та філософсько-методологічні аспекти дослідження обдарованості;
- впровадження новітніх технологій в освіті обдарованих як один зі шляхів інтеграції України у світовий освітній простір;
- діагностика та моніторинг розвитку обдарованості дітей і молоді;
- педагогічні інновації в освіті та розвитку обдарованих учнів;
- соціально-психологічна підтримка обдарованої особистості в умовах воєнного стану.

Видання рекомендовано для науковців, керівників і представників освітніх закладів, інститутів післядипломної освіти, педагогічних працівників усіх ланок системи освіти, психологів, соціологів та інших фахівців.

Статті подано в авторській редакції (збережено стилістику, орфографію та мову). Автори опублікованих матеріалів несуть відповідальність за точність наведених фактів, цитат, посилань на джерела тощо.

УДК 376-056.45

ЗМІСТ

Абрасьова Д. М., Петінова О. Б. Сучасні підходи до розуміння сутності обдарованості	16
Айтов С. Ш. Теоретичні підходи історичної антропології як сучасної філософії історії та розвиток обдарованості	21
Ангелова В. В., Ландик М. І. Інноваційний підхід до розвитку обдарованості: мистецтво застосування нейромереж у діяльності педагога-позашкільника	25
Аніщенко Н. В. Поліваріантне освітнє середовище як чинник розвитку обдарованості особистості.....	29
Аржанухіна С. В., Перцова О. В. Сучасні методи групової психологічної роботи з обдарованою молоддю	36
Артьомова Т. І. Нові можливості творчості та колізії прав власності в середовищі метавсесвіту.....	39
Артюх С. О., Виповська Л. О. Особливості психологічної допомоги обдарованим учням в умовах воєнного стану	45
Ахман В. О. Шляхи створення сприятливого психологічного клімату для обдарованих учнів у освітніх закладах під час воєнних дій	50
Ащеулова І. П. Розвиток творчих здібностей учнів у процесі створення навчальних проєктів із географії	52
Бабенко Л. Ю. Рекомендації щодо організації роботи з обдарованими дітьми та молоддю.....	56
Бабкова А. М., Міхно С. В. Застосування виставкової діяльності в просторах шкільного музею для самореалізації обдарованої дитини.....	60
Барабаш Л. М., Пономаренко Г. А. STEM-освіта як шлях до розвитку обдарованості здобувачів освіти в процесі інтеграції шкільних предметів.....	65
Басюк Н. А. Вплив освітнього середовища на розвиток емоційного інтелекту обдарованої студентської молоді	76
Баханська А. М. Роль виховних заходів щодо соціально-психологічної підтримки обдарованих учнів ліцею в умовах воєнного стану	82
Бевз-Басова С. В., Домащенко І. В. Педагогічні інновації в освіті обдарованих дітей	85
Безена І. М., Ващенко М. І. Педагогічний супровід самореалізації обдарованої дитини в освітньому процесі закладу освіти	94
Безклинська К. С. Інноваційні технології в освіті: використання навчальних чат-ботів для підтримки обдарованих учнів.....	99
Безкороваєва Н. В. Розвиток творчої особистості учня-інноватора, здатного до самореалізації в сучасному суспільстві, як показник професійної компетентності вчителя інформатики.....	104
Безрук К. О. Комунікативне лідерство як інструмент формування життєвої успішності в педагогічному супроводі самореалізації обдарованих учнів.....	114

Березіна І. В., Бондаренко Д. Р. Роль штучного інтелекту у формуванні креативного мислення учнів	119
Березовська Ю. А. Соціальна адаптація та психологічний супровід обдарованих дітей в умовах воєнного стану	124
Белікова Ю. Ю. Національно-патріотичні аспекти під час вивчення української літератури	126
Беляєва О. П., Сердюк Ю. А. Управління розвитком обдарованої молоді в умовах дистанційного навчання	131
Білик О. О. Петриківський розпис як інструмент розвитку творчого потенціалу обдарованої особистості в закладах позашкільної освіти.....	136
Бовдуй Н. В. Робота з обдарованими учнями в умовах воєнного стану	146
Богомаз О. В., Нікітіна О. О. Соціально-психологічна підтримка обдарованої особистості в Дніпровському ліцеї № 28 ДМР в умовах воєнного стану	154
Бойко С. М., Самойленко Г. Е. Освітні стратегії для обдарованих учнів: як академічний ліцей стимулює наукові досягнення	164
Бондаренко Н. Л. «Творити – значить жити!»: калейдоскоп педагогічних ідей. 172	
Бондаренко С. Ю., Вітомський Ю. Л. Роль сократівського діалогу в розвитку критичного мислення та самореалізації обдарованих здобувачів вищої освіти.....	180
Боярчук О. А., Носальчук Г. І., Носальчук І. В. Педагогічний супровід самореалізації обдарованих учнів під час написання науково-дослідницьких робіт у науковому ліцеї.....	188
Бураченко І. В. Створення умов для розвитку обдарованих дітей під час війни.....	195
Бурдуваліс К. М., Олійник Ю. В., Павлунішена Т. М. Волонтерство як інструмент розвитку обдарованих дітей: досвід проекту «Україна – це ми» у Хмельницькій області	205
Васик М. В. Методи стимулювання навчальної діяльності учнів на уроках української мови та літератури в системі НУШ як умова розвитку обдарованих особистостей.....	210
Ведмідь А. О. Geogebra як інноваційний інструмент для розвитку математичних здібностей обдарованих дітей.....	217
Верболович А. Л. Використання у професійній діяльності педагога методів ейдетики як засобу стимулювання позитивної навчальної мотивації здобувачів освіти	221
Веселова І. І. Особливості взаємодії вчителя і обдарованих учнів.....	232
Виноградова Т. В. Використання урочних і позаурочних STEM-активностей як однієї з форм реалізації технологій розвитку обдарованості учнів	239
Водолага Ю. С. Роль диференційованого підходу в навчанні для підтримки індивідуальних потреб обдарованих учнів	245

Воєвідко Л. М. Формування громадянської відповідальності здобувачів вищої освіти в процесі підготовки до практичної діяльності в НУШ	253
Вознюк О. В. Обдарованість як парадигма сучасної педагогіки	261
Войналович С. А. Від учнів до дослідників: як наукова діяльність формує ключові компетентності.....	272
Габрієлян І. С. Розвиток обдарованих учнів за допомогою додатка AR book на уроках історії.....	278
Гавриленко Л. І., Лисак С. М. Соціально-педагогічна підтримка обдарованих вихованців закладу позашкільної освіти в умовах воєнного стану	281
Гавриляк Г. Б. Роль інструментів штучного інтелекту в розвитку обдарованості учнів	289
Гажа Л. В. Інноваційна компетентність педагога як передумова розвитку обдарованості особистості.....	295
Гальченко М. О. Розвиток обдарованості учнів в освітньому просторі сучасного освітнього закладу.....	299
Ганаба С. О. «Філософія для дітей»: світ Юстейна Гордера.....	306
Гарань Н. С., Xiaoqing M. Проблемна група як форма організації науково-дослідної роботи з обдарованою студентською молоддю.....	310
Гатеж Т. В. Digital native, мовний профі: як поєднати інновації та урок розвитку мовлення	316
Глядченко Г. В., Юношева І. В., Чернявський С. І. Комплексний підхід до розвитку обдарованих дітей у КЗПО «ЦТКЕУМ Інгулецького району» КМР: форми роботи та ефективність	322
Голощанова О. В. Розвиток роботи мозку дитини як успішна складова дослідження обдарованості	329
Голуб І. М. Мотивація до творчості та підтримка учнівської молоді на міжнародних мистецьких конкурсах.....	332
Гопанюк О. Ю., Калита Л. І. Роль освітніх інновацій у роботі з обдарованою молоддю	338
Городинська Г. В. Педагогічні інновації та творчість як інструменти розвитку обдарованості учнів	348
Гороховатська О. А. Новітні технології в системі середньої освіти як запорука розвитку обдарованої особистості.....	357
Гоцуляк К. І. Диференційовані стратегії навчання для розвитку обдарованості дитини молодшого шкільного віку	364
Гуз К. Ж., Зелюк В. В., Ільченко В. Р. Обдарованість дитини як наслідок реалізації освіти для сталого розвитку суспільства	369
Гунько Н. В., Куніцина А. М. Використання STEM-освіти для обдарованих дітей у дистанційному форматі в дошкільному закладі.....	374
Гусар Л. М. Педагогічний супровід самореалізації обдарованих учнів.....	378

Данюк А. О., Ніколаєнко Н. Г. Проблема мотивації творчої діяльності студентів у закладах фахової передвищої освіти.....	383
Дем'янчук І. А., Середюк Л. А. Роль ігрових освітніх технологій у процесі навчання іноземних мов	389
Денисюк М. М. Особливості впровадження інформаційно-комунікаційних технологій в освіті обдарованих дітей	392
Денисюк Н. М. Обдарована дитина в просторі інновацій.....	396
Дехтяренко Ю. В. Розвиток інтелектуальної та творчої обдарованості дітей на уроках історії в умовах дистанційного навчання.....	406
Дзюбенко Л. В. Інноваційні методи роботи з обдарованими дітьми під час вивчення іноземної мови в закладі дошкільної освіти	413
Дідовець Ю. В. Особливості обдарованості дизайнерів-етнофорів України.....	419
Діордій К. До питання розвитку обдарованості у дітей під час війни.....	428
Дмитрієва Л. О. Особливості роботи вчителя з обдарованою дитиною.....	433
Довганенко Р. О., Радіонова Н. О., Арсеньєва І. Ф. Обдарованість у філософському та психологічному вимірах	442
Долгунова І. Г., Тимофєйшина Т. Л., Ільченко С. Г. Комунікаційний інсайт: від менторства до самоврядування.....	447
Дребот Л. С. Важливість підтримання обдарованої студентської молоді в умовах сьогодення.....	452
Дудукіна А. О. Соціально-психологічна підтримка обдарованої молоді засобами мистецтва	457
Дьоміна Я. В. Цифрові інструменти для освіти обдарованих учнів.....	462
Євдокимов С. О. Створення проєктів на платформі Wokwi як навчальний інструмент у STEM-освіті обдарованих дітей.....	468
Євдокимова Н. В. Упровадження дослідницько-інноваційної діяльності в початкових класах засобами освітньої робототехніки	472
Єгорова Ю. О. Педагогічний супровід самореалізації обдарованих учнів на уроках географії та в позашкільній роботі	476
Ємельянова В. В. Виховний потенціал уроків української мови в роботі з обдарованими дітьми: методи та шляхи реалізації	487
Єськова А. Технології педагогічного супроводу обдарованих учнів у сучасному освітньому закладі.....	490
Жиляєв І. Б. Підтримка молодих дослідників: український досвід та європейська практика.....	499
Жуковська О. О. Створення ментальних карт (інтелект-карт) як засіб формування ключових і предметних компетентностей учнів початкових класів.....	506
Завгородня О. В., Володіна-Панченко Н. В. Підтримка ментального здоров'я обдарованих школярів засобами образотворчої діяльності.....	511

Затока О. А. Компетентнісний підхід у навчанні як інструмент розвитку обдарованих учнів.....	521
Захарченко В. В., Захарченко О. С. Педагогічні інновації в позашкільному навчанні: підтримка обдарованих дітей.....	529
Заюков І. В. Обдарованість як фактор формування трансформаційного лідера у студентів-менеджерів на базі ВТЕІ ДТЕУ	536
Зудінова І. В. Типи, характеристика, проблеми та методики пізнання обдарованих дітей у позашкільній освіті.....	545
Ільюк О. Є. Переваги та пастки негативної свободи: уроки волонтерства для молоді.....	553
Іноземцев С. А. Інтеграція екологічної освіти в позашкільних закладах для обдарованих дітей.....	556
Іншаков А. Є. Сторітелінг як ефективний метод у роботі з дітьми дошкільного віку	561
Казмірчук Ю. В. Соціально-психологічний супровід розвитку обдарованої молоді в умовах війни.....	567
Канзюба О. М. Гедоністична парадигма вокальної підготовки обдарованих дітей	575
Касьянова І. І. Педагогічні інновації в освітньому процесі закладу освіти та розвитку обдарованих учнів	580
Касянчук Н. В. Інноваційні підходи до розвитку обдарованих учнів у сучасній освіті.....	586
Качуровська О. Г. Роль уяви в розвитку когнітивних навичок на уроках української мови та літератури в Новій українській школі	592
Квашук О. В. Технології особистісно-орієнтованого освітнього процесу на шляху до виховання обдарованої особистості	597
Кетова О. В. Саморозвиток і психосоціальна підтримка обдарованої особистості в умовах воєнного стану.....	604
Кірсанова О. В. Впровадження новітніх технологій навчання в закладах вищої освіти	609
Клименко Н. В., Новікова О. В. Психологічна підтримка обдарованої особистості засобами арттерапії в умовах воєнного стану.....	614
Кобус О. С., Бондаренко С. Ю. Епістемологічні основи математичної обдарованості у здобувачів вищої освіти: аналіз природи інтуїції, абстрагування та доведення	621
Ковальська Т. М. Трансформація практичної роботи соціального педагога з обдарованими дітьми та молоддю в період війни.....	629
Ковальчук І. Л., Марчук С. С., Чемерис І. В. Соціально-емоційне та етичне навчання в умовах сьогодення.....	637
Ковальчук Ю. М. Гіфтологічні типи закладів загальної середньої освіти	643
Ковташ О. В. Впровадження новітніх технологій на уроках біології.....	652

Козаченко С. І. Педагогічна рефлексія як засіб формування професійної компетентності вчителя англійської мови Нової української школи в роботі з обдарованими дітьми.....	657
Кондицька І. М. Важливість психологічної підтримки в умовах воєнного стану	665
Конельська І. М. Психолого-педагогічні засади виявлення та розвитку творчо обдарованих дітей.....	669
Копилов С. О. Культуро-орієнтований навчальний діалог як середовище освітньо-виховної підтримки обдарованих школярів в умовах війни.....	672
Коробанова О. Л., Велько К. А. Психологічна просвіта та розвиток соціальних здібностей ліцеїстів старшого шкільного віку	681
Корсак К. В. Подолання людством усіх загроз через підвищення сукупної мудрості та індивідуальних спроможностей.....	686
Коруна Ю. В. Дитяча обдарованість: теоретичні основи та практичні рекомендації.....	697
Косінчук І. Г. Розвиток творчого потенціалу учнів через впровадження педагогічних інновацій в освіті.....	704
Косолап О. О. Створення освітнього середовища для обдарованих дітей в умовах воєнного стану	711
Костюк О. М. Створення комфортних умов для розвитку обдарованості особистості учня початкової школи через індивідуальну освітню траєкторію.....	718
Кочерга О. В. Механізми регулювання чутливості психофізіологічних систем людини.....	721
Криворучко І. В., Шукатка О. В. Проблема виявлення та розвитку обдарованості.....	730
Криулiна О. В. Інноваційні підходи під час вивчення природничих наук і розвитку обдарованих учнів: хмарна взаємодія.....	733
Крошка О. М., Кухар Р. Р., Глінкіна Т. І. Педагогічні інновації в освіті та розвитку обдарованих учнів.....	735
Кудляк В. М., Белан Т. І. Створення навчальної віртуальної мультимедійної книги з елементами DeepZoom контенту	740
Курдюмова І. П. Штучний інтелект на уроках фізики як засіб розвитку обдарованості учнів.....	743
Кучер Н. В., Зинюк Н. М., Циганенко-Дзюбенко І. Ю. Організаційно-педагогічні детермінанти супроводу самореалізації обдарованих учнів	750
Лавренова І. О. Застосування технології проєктування в роботі з обдарованими учнями	756
Лакович А. М. Супровід обдарованих дітей: підтримка в умовах життєвих викликів.....	761
Лебеденко О. М. Робота з обдарованими на уроках хімії	764
Лебедик Л. В. Підготовка майбутніх психологів у курсі «Основи психокорекції» до розвитку обдарованості дітей	768

Левіна Л. О. Розкриття потенційних можливостей обдарованих дітей і молоді в процесі вивчення художніх творів на уроках зарубіжної літератури.....	775
Лисак Н. А. Про формування успішної особистості під час групової роботи за допомогою використання конструктора Lego	777
Лічова Л. М., Коломієць А. Ю., Любченко Т. С. Інтерактивні методи викладання CLIL у 7 класі: інтеграція мови та предмета для ефективного навчання.....	783
Ложенко К. В. Метавсесвіт і його потенціал для розвитку обдарованих учнів ..	787
Лукава Ю. Б. Стратегії подолання тривожності та збереження творчого потенціалу в обдарованих дітей в умовах воєнного стану	794
Лук'яненко І. В. Педагогічні умови творчої самореалізації обдарованих дітей на уроках історії.....	798
Лучанинова О. П. Психологічні аспекти інформаційно-аналітичного супроводу соціально-психологічної підтримки обдарованої особистості в умовах війни	803
Любченко І. І. Впровадження новітніх технологій в освітній процес з обдарованими дітьми.....	810
Майбородіна Н. В., Герасименко В. П. Технології інтерактивного навчання в роботі з обдарованими студентами	815
Максімов Є. Л. Використання засобів ШІ (AI) в процесі вивчення іноземної мови	821
Малахова І. І. Розвиток дитячої обдарованості під час війни: виклики сучасності.....	825
Мандражи О. А. До питання якісної підготовки завдань національного мультипредметного тесту як однієї з умов об'єктивного оцінювання абітурієнтів.....	829
Маркіна Л. А. Історико-археологічний комплекс Чжоукоудянь – інтегрований простір розвитку обдарованої дитини майбутнього (Китай).....	836
Мартинюк Г. М. Час змін у системі навчання: моє бачення	844
Марченко С. В. Практичний досвід використання елементів STEM-освіти на уроках математики в роботі з обдарованими дітьми.....	850
Марченко Т. А. Демотивація до вивчення іноземної мови обдарованих студентів фахових коледжів в умовах воєнного стану в Сумській області	855
Марчук О. В. Використання новітніх освітніх технологій у викладанні історії для обдарованих учнів як засіб інтеграції України у світовий освітній простір.....	857
Мар'яненко Л. В., Пушкарська Л. П., Скальська Л. О. Розвиток пізнавально-творчого потенціалу обдарованих учнів	865
Маткобожик В. М. Візуалізація навчального матеріалу та мультимедійні технології в роботі з обдарованими дітьми і підлітками на уроках української мови та літератури	877

Матяш О. О. Взаємозв'язок інтелектуального розвитку обдарованої особистості із застосуванням сучасних інноваційних технологій на уроках англійської мови	885
Медведєва Л. В. Формування лідерських якостей і розвитку обдарованості учня.....	894
Мельник М. Ю. Особливості психодіагностичної роботи з обдарованими учнями в умовах воєнного стану	900
Мельник О. А. Обдарованість як прояв індивідуальності	902
Миндреску М. М. Соціально-психологічна підтримка обдарованої молоді: пошук нових можливостей в умовах воєнного стану.....	906
Миненко О. В. Інтелектуальна обдарованість: потенціал для післявоєнного розвитку України	912
Міленіна М. М. Інструменти логотерапії та екзистенційного аналізу для корекції психоемоційних деформацій, спричинених тривалим перебуванням на території військових дій	916
Міхно О. Ю. Підтримка обдарованої дитини в умовах воєнного стану	925
Мозуль І. В. Педагогічні інновації як ефективний інструмент підвищення результативності освітнього процесу з інтегрованого курсу «Я досліджую світ» у початковій школі	932
Моляко В. О. Творча та інтелектуальна обдарованість у структурі професійної діяльності особистості.....	941
Мончук В. О. Ефективність застосування фітнесу на заняттях з учнями середнього шкільного віку.....	950
Мороз О. О., Ткачук С. Ф. Професійне самовизначення сучасних старшокласників – основа успішного майбутнього	953
Мохій А. В. Особливості роботи з обдарованими дітьми в позаурочній діяльності з математики в умовах воєнного стану	963
Недоспасова М. Г. Роль рефлексії у формуванні ціннісних орієнтацій дітей дошкільного віку в умовах європейської інтеграції України	967
Нестерук Л. В. Реалізація методів діагностики обдарованих в Головачанській гімназії	971
Нестерук-Володимирець О. В. Дослідження життєвої перспективи обдарованих учнів сучасного позашкільного закладу в умовах воєнного стану	976
Нехаєнко К. О., Кривонос О. М. Впровадження ігор у навчальний процес: переваги та ризики	982
Нечепоренко М. С. Сучасні технології як інноваційні підходи в діяльності соціального педагога для розвитку обдарованих дітей	990
Ніколаєва А. Е. Криза ідентичності в обдарованих підлітків: аналіз кризь призму теорії Е. Еріксона	994
Овсяннікова Л. Є., Синельникова В. В. Multimodality and the usage of AI technologies as new competencies of the distance education	1002

Озарчук А. В. Штучний інтелект як новітній інструментарій педагогічних інновацій у викликах сьогодення.....	1012
Олійник Л. М., Тичина М. Т. Обдарованість – риса, притаманна кожній дитині	1016
Олійник О. І., Немцева Н. С. Новітні технології в освіті обдарованих – ключ до інтеграції України в глобальну освіту	1020
Олійник Ю. В. Використання сучасних технологій із метою підвищення ефективності навчання англійської мови обдарованих учнів	1029
Омельченко П. С., Бурлака І. С., Мірошніченко О. М. Концепції обдарованості.....	1033
Онопченко Г. В. Особливості організації навчання обдарованих учнів: ергономічний аспект	1039
Онопченко О. В. Природничо-наукова грамотність учнів у контексті неформальної освіти	1049
Остапенко С. О. Психологічні особливості обдарованої молоді та їхній вплив на навчання	1058
Павлиш О. О. Пошукова та дослідницька діяльність як інструмент розвитку обдарованих учнів: на прикладі гімназійного проєкту «Україна і світ».....	1063
Павлова О. О. Креативні методи психологічної підтримки обдарованої особистості в умовах воєнного стану.....	1069
Панкратова Л. П. Інноваційні технології навчання в сучасній школі	1078
Панкратьєва В. О. Менеджмент інноваційної діяльності закладу освіти щодо професійної підготовки конкурентоспроможних фахівців	1086
Панченко О. І. У пошуках геніальності: методи та підходи до роботи з обдарованими учнями на уроках англійської мови	1094
Пархоменко О. О., Кудряк В. М. Створення навчального відеоконтенту для учнів із теми «Хімія» за допомогою штучної нейромережі Kling	1097
Пахомов І. В. Діагностика обдарованості здобувачів професійної (професійно-технічної) освіти.....	1100
Перетяга Л. Є. Використання boomwhackers у роботі з обдарованими дітьми	1106
Петренко С. М., Мехед Д. Б., Мехед О. Б. Соціально-педагогічна діяльність, спрямована на підтримку обдарованої особистості в умовах воєнного стану: виклики та можливості.....	1111
Петричук О. Б. Ігрові технології навчання як ефективні засоби розвитку пізнавального інтересу учнів початкових класів в умовах НУШ	1115
Пилипенко О.Є. Інноваційні технології в сучасній системі освіти	1124
Підгайко О. І., Білка О. Л. Система роботи з обдарованими учнями у PUSH School.....	1130
Пірожнікова Н. І. Виховання лідерів майбутнього через позашкільну освіту.	1134
Погрібна Д. В., Гуменна І. Л. Значення політики академічної доброчесності для розвитку обдарованої молоді.....	1138

Тетяна Ю. П. Талант під тиском: підтримка обдарованих дітей в умовах війни.....	1141
Полицяк Н. І. Академічна обдарованість дітей: психологічні особливості в новій українській освітній системі	1145
Поліщук А. В., Черниш А. В. Позаурочна діяльність як інструмент розвитку обдарованої молоді в контексті впровадження новітніх технологій: виклики та можливості	1150
Полятикiна Т. П. Інноваційні технології в освіті обдарованих як ключ до інтеграції України в глобальному освітньому просторі.....	1157
Поморська А. В. Психологічна підтримка обдарованих дітей воєнний час. Шляхи збереження ментального здоров'я та розвитку.....	1162
Пономаренко Г. А. Роль новітніх технологій в освіті обдарованих дітей ...	1168
Пономаренко Ю. В., Таранець І. І. Формування творчої особистості дитини.....	1174
Приймак В. А. Менторство та наставництво в розвитку обдарованих учнів: інноваційні підходи.....	1181
Присяжнюк Ю. П., Присяжнюк В. П. Досвід формування сучасного лідерства (на матеріалах учнівських інтерв'ю).....	1189
Приходькіна Н. О. Психологічна підтримка обдарованих студентів в умовах воєнного стану	1195
Проботюк О. Д., Проботюк А. О. Застосування інформаційно-комунікаційних технологій в освітньому процесі з метою активізації пізнавальної діяльності та розвитку творчо обдарованої особистості учнів	1205
Пронь О. В. Гейміфікація навчального процесу: можливості та перестороги....	1209
Рашкова Т. М. Інтерактивна методика онлайн-навчання читання дітей 5–6 років у Zoom з інтеграцією логіки, математики та творчих завдань....	1216
Редько Н. В. Як розвивати і чи варто розвивати творчі здібності у школярів ...	1228
Рибалка В. В. Феноменологія розвитку обдарованої особистості в умовах використання сучасних «штучних» технологій.....	1233
Рибачик Н. О. Гейміфікація в освіті як інструмент підвищення мотивації учнів до навчання.....	1242
Різник Л. П. Розкриття дитячої обдарованості в процесі навчання	1245
Різниченко Я. С., Чекулаєва М. В., Шрамко Н. М. Діагностика та моніторинг розвитку обдарованості дітей і молоді в закладі позашкільної освіти	1251
Рожкова Г. І. Стратегії методи та підходи до розвитку потенціалу обдарованих учнів	1258
Рожнятовська К. Л. Практичні аспекти соціально-емоційного навчання (СЕН) на уроках англійської мови: методики та прийоми розвитку соціально-емоційних компетентностей	1268
Романов О. М. Освітнє середовище як запорука розвитку обдарованої особистості	1274

Рубанова С. Я. Психологічна готовність до розв'язування творчих задач як основа життєстійкості особистості.....	1280
Савченко Я. В., Тропіна М. А. Інноваційне майбутнє України: вплив STEAM-освіти на технологічну галузь.....	1286
Савчук І. М. Психолого-педагогічний супровід обдарованих дітей з особливими освітніми потребами в ЗЗСО в умовах війни.....	1290
Саноян А. О. Інноваційні методи навчання української мови в освіті обдарованих студентів.....	1301
Сахов С. С. Діагностика та моніторинг розвитку обдарованості здобувачів освіти.....	1305
Сидорук Т. І. Основні напрями соціально-психологічної підтримки обдарованих учнів в умовах війни.....	1307
Сидорчук А. М. Роль арттерапії в підтримці емоційного стану обдарованих дітей під час війни.....	1310
Скаржинець А. В. Аналіз проблем інтеграції штучного інтелекту в систему освіти України відповідно до «Пекінського консенсусу щодо штучного інтелекту та освіти».....	1319
Склярова В. О. Розкриття і розвиток обдарованості кожної дитини шляхом створення індивідуальних освітніх траєкторій.....	1322
Скрипник О. А. Залучення учнів до науково-дослідницької діяльності.....	1334
Скрипник С. В. Ігрові технології в навчанні: Kahoot, Scratch та Python на уроках інформатики.....	1340
Сліпухіна І. А., Чернецький І. С. Розкриття обдарованості через музеї науки: інноваційна педагогіка для нового покоління.....	1344
Слободянюк М. А. Філософсько-методологічні аспекти обдарованості у людей з обмеженими можливостями.....	1349
Слобоженюк Б. М. Психологічна підтримка обдарованих учнів в освітньому просторі, зокрема на уроках української мови та літератури в умовах воєнного стану.....	1354
Слотвінський П. Р. Формування математичних компетенцій учнів із використанням ігрових технологій.....	1357
Слюта А. М. Використання скрайбінг-технології студентами-географами в процесі проходження виробничої (педагогічної) практики на уроках географії.....	1363
Соколовська І. А., Нечипоренко В. В., Гордієнко Н. М., Позднякова О. Л. Tools for successful education.....	1369
Соляник М. Г., Кикла Д. О. Особливості розвитку творчих здібностей у дітей дошкільного віку.....	1373
Спільніченко О. І., Москалюк Н. В. Цілі, виклики і кращі практики клубу молодого винахідника (КМВ).....	1375
Стандрет Г. Н. Інноваційні педагогічні технології в контексті сучасних суспільних викликів.....	1380

Старікова Л. П. Стратегії розвитку та навчання обдарованих дітей в процесі вивчення дисциплін природничої галузі.....	1387
Столярова Ю. О. Викладання німецької мови в цифровому форматі.....	1398
Стрельников В. Ю. Обдарований учитель для обдарованого учня: складники та рівні особистісно-професійного розвитку вчителя	1401
Сушко Н. М. Дебати як інноваційний та інтерактивний метод розвитку обдарованих здобувачів освіти на заняттях з англійської мови.....	1412
Тименко В. П. Діагностика дизайн-обдарованості: підходи і методи.....	1417
Тимофієва Л. Є. Управлінські засади функціонування системи підтримки обдарованих учнів в освітньому середовищі Криворізького ліцею № 49	1427
Тимошевська Л. В., Яковенко В. С., Маховик Н. Ф. Педагогічні інновації в освіті та розвитку обдарованих дошкільнят	1430
Ткаченко Л. І. The discourse of giftedness in the latest scientific papers	1437
Ткачова В. Ю., Назаренко В. В. Соціально-психологічна підтримка обдарованої особистості на уроках історії в умовах воєнного стану	1441
Третяк Т. М. Творча мисленнева діяльність особистості під час розв'язування задач	1445
Тригуб Т. І. Інноваційні методи дистанційного навчання – розкриття обдарованості здобувачів освіти.....	1451
Троценко Н. А. Навчання обдарованих учнів засобами сучасних технологій, додатків і штучного інтелекту.	1458
Троцька Є. О. Синдром відмінника: дар або виклик для обдарованих дітей?..	1464
Туваєва А. Ю. Міжнародні онлайн-олімпіади як інструмент інтеграції обдарованих учнів у глобальну спільноту.....	1466
Тур О. М. Деонтологічні аспекти впровадження цифрових інструментів у роботу з обдарованими дітьми дошкільного віку: виклики та перспективи	1469
Тягло Н. В., Майданенко С. В. Духовна обдарованість дитини найважливіший скарб	1475
Уманська Т. О. Креативні практики у формуванні та розвитку м'яких навичок (Soft skills)	1477
Федоренко А. А. Soft skills як основа розвитку обдарованих дітей в умовах позашкільної освіти	1485
Хандуріна А. О. Основний зміст і сучасні тенденції розвитку обдарованості .	1490
Харченко С. І., Фоменко О. І. Проблема самореалізації обдарованої молоді в умовах воєнного стану	1496
Холод І. В. Сучасні педагогічні технології та інноваційні методи розвитку творчого потенціалу обдарованих дітей у закладі освіти.....	1503
Чабан Н. І. Досвід онлайн-навчання ліцеїстів художньої культури.....	1510
Чекаленко Л. Д. Про необхідність внесення до всіх освітніх програм теми: фашизація росії як загроза існуванню людства	1519

Чемісова Т. С. Формування творчої компетентності здобувачів освіти в процесі використання інноваційних технологій	1527
Чень М. Д. Особливості психологічної допомоги обдарованим дітям і молоді в умовах воєнного стану	1529
Чепурна С. В. Впровадження інноваційних форм роботи щодо формування пізнавальної активності учнів на уроках біології	1534
Чернавських О. Г. Емоційний інтелект як основа інтегрованого формування обдарованої особистості в навчально-виховному процесі за програмою СЕЕН (соціально-емоційного та етичного навчання).....	1542
Чижевський Б. Г. Основний скарб творчої обдарованої особистості – пошук прекрасного в собі і ближніх	1548
Чичикалова І. Е. Форми та види психолого-педагогічної роботи з дітьми, які мають підвищені освітні потреби	1553
Чуприна Ю. В. Розвиток творчої здібності обдарованих дітей за допомогою ігор і вправ із кінетичним піском.....	1557
Шаповал Ю. Д. Шляхи педагогічної підтримки обдарованих студентів у педагогічних закладах фахової передвищої освіти	1559
Шевченко В. П. Впровадження дослідницької діяльності в освітній процес для розвитку обдарованості учнів	1563
Шевченко М. В. Використання сучасних технологій під час роботи з обдарованими учнями	1567
Шеремета Ю. А. Творча взаємодія з обдарованими здобувачами освіти (на заняттях із дисципліни «Історія: Україна і світ»).....	1569
Шибка Г. І., Шибка О. С. Сприяння розвитку обдарованої дитини засобами позашкільної технічної освіти.....	1572
Шкель Н. Л., Жулькова С. А., Жуковська О. О. Потенціал майбутнього....	1578
Шклярук Н. А. Моніторинг сформованості екологічної культури учнів засобами випереджальної освіти для сталого розвитку	1586
Щербина О. О. Інноваційні технології в освіті обдарованих у початковій школі НУШ	1592
Юров О. Г. Підтримка обдарованих дітей України шляхом проведення дистанційних заходів співдружністю Національний центр «Мала академія наук України» – Європейський центр ядерних досліджень (ЦЕРН, м. Женева, Швейцарська конфедерація) – освітні заклади прифронтових міст і областей України	1596
Яковишин Р. Я. Необхідність формування якісного складу педагогічних кадрів до навчання і виховання обдарованих дітей.....	1600

Застосування міжнародного досвіду, зокрема скандинавських країн, підкреслює важливість орієнтації на цінності, інклюзію та рівність в освіті, що сприяє гармонійному розвитку особистості та її адаптації до викликів сучасного світу.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Про освіту : Закон України від 05.09.2017 р. № 2145-VIII : станом на 16 серп. 2024 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text> (дата звернення: 03.10.2024).
2. Лавренова М. В. и др. Траєкторія розвитку здобувача початкової освіти: від теорії до практики. – 2021.
3. Про затвердження Державного стандарту початкової освіти : Постанова Каб. Міністрів України від 21.02.2018 р. № 87 : станом на 6 жовт. 2020 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/87-2018-п#Text> (дата звернення: 03.10.2024).
4. Денисенко А. Інтерактивні методи навчання учнів сучасної початкової школи //Друкується за рішенням Вченої ради Факультету педагогіки і психології Національного педагогічного університету імені МП Драгоманова. – С. 113.
5. Молодиченко В. В., Молодиченко Н. А. УДК378. 147–056.45 особливості розвитку обдарованості учнів молодшого шкільного віку //ББК 60.5 в4+28.081. 4в4] с51я431 С 69. – С. 18.
6. Шепя Г. Історія становлення та розвитку початкової освіти в системі освіти країн скандинавії //Рекомендовано до поширення в мережі Інтернет науково-технічною радою Мукачівського державного університету (протокол № 9 від «23» листопада 2023 р.) Рецензенти. – 2023. – С. 275.

Кочерга О. В.,

*кандидат психологічних наук, доцент
кафедри дошкільної та початкової освіти, заступник директора
Інституту післядипломної освіти
Київського столичного університету імені Бориса Грінченка
o.kocherha@kubg.edu.ua*

МЕХАНІЗМИ РЕГУЛЮВАННЯ ЧУТЛИВОСТІ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНИХ СИСТЕМ ЛЮДИНИ

Стаття присвячена дослідженню особливостей регулювання чутливості фізичних впливів на психічні стани людини. Розглядаються процеси взаємодії між фізичними рухами тіла та психічними станами через зміну чутливості органів тіла людини. Показано шляхи розбудови здібностей мислення, почуттів та уяви як механізму творчих дій людини. Пропонуються нові підходи щодо корекції поведінки людини через відповідні впливи, які спираються на психофізіологічну терапію чутливості окремих систем організму.

Ключові слова: психофізіологічні механізми, чутливість, регулювання, вестибулярний апарат, вагусний нерв, балансир, творчість.

Mechanisms of Sensory Regulation in Human Psychophysiological Systems

This article delves into the specific mechanisms governing the regulation of sensory sensitivity to physical stimuli and their influence on human mental states. It explores the intricate interplay between bodily movements and mental states through alterations in the sensitivity of human bodily organs. The paper highlights pathways for developing cognitive, emotional, and imaginative abilities as mechanisms for human creative actions. Novel approaches for behavioural correction through targeted interventions are proposed, drawing on psychophysiological therapy to modulate the sensitivity of specific bodily systems.

Keywords: psychophysiological mechanisms, sensitivity, regulation, vestibular apparatus, vagus nerve, balance, creativity.

Виклики сьогодення в часи війни виснажують ресурси людини, тому виникає потреба якомога раціональніше, ощадливіше й оптимальніше використовувати свої сили. У першу чергу, це стосується питання розподілу психофізіологічних ресурсів, спрямованих на реалізацію нагальних задач власного щоденного буття. Саме тому так важливо розуміти всім учасникам освітнього процесу й тим, хто працює в системах «людина-людина», які саме «елементарні» операційні можливості фізичної та психічної сфери людини є наявними для якісного виконання тих чи інших її дій.

Збереження енергетичних ресурсів у будь-якої живій системі є важливим елементом у процесах створення оптимальних ритмів для успішної роботи організму без його розбалансування та уповільнення процесів ентропії. Тут важливо враховувати і скриті потенціали тіла і психіки людини. Тим паче, що вони завжди вабили багатьох дослідників і пересічних людей. Але дуже часто ця цікавість полягала в площині отримання максимально найшвидших досягнень (наче своєрідного миттєвого допінгу). Але наше завдання не просто «зібрати вершки» прихованих задатків як таких, а вдумливо, розважливо, помірковано ставитися до цього природного феномену «резервів», особливо якщо ми працюємо з дітьми, які ще тільки готуються до розкриття своїх психофізіологічних потенціалів.

Встановлено, що мозок людини, як правило, понад 95% часу працює в автоматичному режимі, заощадливо оптимізуючи (зменшуючи енерговитрати) свою роботу. Він уникає слабких, не кажучи вже про потужні вольові зусилля, всіляко їх оминаючи та блокуючи, відтерміновуючи (прокрастинація) їх на певний час. Саме тому мозок часто репрезентує навколишню реальність дещо в спрощеному (ескізному, загальному, без зайвої деталізації) вигляді, що не дозволяє в повному обсязі людині врахувати всі варіанти викликів та прорахувати різноманітні можливі наслідки від учинених дій. Найчастіше це є наслідком нестачі наявних оперативних енергетичних ресурсів або проблем, які виникають у роботі відчуттів і перцептивній діяльності (певних викривлень) або

передчасного виснаження чи навіть значного зниження психофізіологічного тону аж до можливого летаргічного стану, при якому людина стає нерухомою, при тому всі життєві функції зберігаються, але помітно знижуються: пульс і дихання стають повільнішими, знижується температура тіла.

У нестандартних умовах роботи організму людини, коли є багато різноманітних викликів і загальне щоденне тло подій тримає в напрузі (тривоги, військові дії, інформаційний тиск...), людині для виживання необхідно швидше навчитися акумулювати, зберігати власні енергетичні ресурси, ніж їх витратити і навіть вміти відновлювати. Це щось подібне до механізмів заощадження, які є у наших «менших братів» ссавців, земноводних, плазунів, комах, коли вони за несприятливих умов переводять свій організм у стан (завмирання, уповільнення, заощадження енергетичних ресурсів) сезонного сну для збереження свого життя в несприятливих умовах.

Зрозуміло, що, у нашому випадку, при навчанні, дитині необхідно залишатися в активному стані, коли відбувається постійне відновлення її оперативних ресурсів, коли вона оптимально, із певною «ергономічністю» власних дій готова успішно і тривалий час бути в тонусі, а, отже, залишатися адекватною та здатною не тільки до автоматичних, але і до свідомих дій (осмислювати, рефлексувати, створювати). По суті відбувається своєрідне уповільнення в часі ентропії психофізіологічних систем організму людини, але це її мінімально втомлює і дозволяє оперативно розгортати механізми відновлення. Це щось дуже близьке за аналогією до відомого фізичного явища «надпровідності» або створення умов своєрідної «левітації» (легкості) дій. При цьому чутливість психофізіологічних систем організму людини переходить до стану потоку і процеси «тертя» (енергетичних витрат) стають мінімальними настільки, що це дозволяє розгорнути процеси здійснення творчих дій і досягти задоволення та своєрідного катарсису (емоційної розрядки).

Отже, коли ми говоримо про процеси творчості, то, у першу чергу, маємо навчитися розблоковувати власні задатки, переводити їх на процеси розбудови здібностей для досягнення стану творчості. Для реалізації будь-якого освітнього процесу дитиною, не залежно від віку, і людиною загалом необхідно розуміти його основні складові. І тут часто ми наражаємося на безліч різноманітних допущень, бачень, підходів, усвідомлень і теорій. Філософи, біологи, психологи, педагоги, соціологи, психотерапевти вказують на існування у людини великої кількості складових фізичного, психічного, соціального, культурного плану, від яких саме і залежить процес розгортання та реалізації її творчих дій. Це максимально розширює складові компоненти процесів творчості людини і призводить до їхньої максимізації, але завжди є спокуса віднайти мінімум, тобто зрозуміти витoki їхніх джерел.

Наші дослідження відкривають можливий шлях для розуміння меж мінімуму складових, здатні створити умови для народження процесу творчих дій. У своїх теоретичних та практичних допущеннях ми спираємося на власні дослідження та праці відомого українського психолога Клименка В.В. [2]. Чому так важливо розуміти процеси чутливості психофізіологічних механізмів творчості людини? Тому що, усвідомлюючи витoki мінімуму, ми можемо впливати на темпи їхнього розгортання. Наші дослідження вказують на існування витоків творчих процесів у людини, що розгортаються на її базових відмінностях, які виокремлюють нас в особливий окремий вид серед ссавців (*Homo sapiens*). Отже, допускаємо, що серед них провідне місце належить *енергопотенціалу* [4], *психомоториці*, *мисленню*, *почуттям*, *уяві*. Саме у їхніх тісних взаємозв'язках народжується особливий складний ментальний процес дій людини – *критичність* [5], тобто певна своєрідна сукупність спостережень, осмислень, оцінок, рішень, контролю, гнучкості, готовності до змін, нових творчих підходів. Отже, критичність є передвісником і обов'язковим складовим компонентом у будь-якому творчому акті, що здійснюється людиною.

Для успішного підтримання належного стану роботи психофізіологічних систем людини, які забезпечують оптимальну діяльність фізичної та психічної сфери її організму, необхідно зрозуміти, які діючі важелі для корекційного впливу є. Тому важливо розуміти витoki виникнення першопричин реальних природних «мотивів», які спонукали до розвитку нових структур головного мозку (неокортексу) людини. Один із головних важелів цих процесів виник у відповідь на зміну положення тіла при звільненні верхніх кінцівок, коли чотири точки опори «революційно» трансформувалися у дві (людини стала на задні кінцівки).

Утримування тіла в складній, достатньо небезпечній, нестійкій позі прямоходіння, за умови постійної дії сили земного тяжіння, стало складним викликом для психофізіологічних систем людини. Це потребувало підвищеної чутливості психофізіологічних систем тіла людини для забезпечення стабільності та успішного подолання постійних викликів через небезпеку втрати рівноваги, а також і упередження можливих потенційних загроз падінь. І тому найголовніше завдання – оптимальне, безпечне утримання положення тіла в тримірному вимірі його психомоторних дій. Ці складні процеси потребують потужних синергетичних зусиль усіх психофізіологічних систем організму людини, де головним центром прийняття рішень стають структури головного мозку. Саме це, на наш погляд, спонукало до розвитку більш складних структур мозку для обробки великих масивів інформації про просторовий рух тіла людини в позиції постійної нестійкої рівноваги і щосекундних викликів її цілковитої втрати.

Тому завдання, які розв'язує в тих чи інших координуючих командах мозок, ущільнюються (запобігають зайвим енерговитратам) за рахунок автоматизму цих дій. Це, це-поперше, вміння утриматися над поверхнею землі: впевнено, безпечно стояти, тобто запобігати падінню під силою дії земного тяжіння. По-друге, утримувати рівновагу тіла людини при зміні положення його частин (рук, ніг, голови, тулуба). І, по-третє, навчитися тримати стійку рівновагу при певних необхідних прискореннях (швидка хода, біг). У сукупності вся ця психомоторна активність потребує серйозної технологічної підтримки: надшвидких обрахунків для отримання адекватних, миттєвих команд на узгодження дій м'язового каркасу тіла людини. Саме ці складні операції і мала забезпечити потужність головного мозку.

У процесі розв'язання означених складних завдань постійного супроводу (а це відбувається щосекунди, безперервно) цих психомоторних процесів через взаємозворотну іннервацію нижніх відділів головного мозку (стовбурової частини) і сприяло розвитку більш складних структур вищого порядку (Рис. 1.). Довгастий мозок реагує таким чином на біоелектричні сигнали від вестибулярного апарату, а далі через ретикулярну формацію іннервує вищі відділи головного мозку, синергуючи їхню діяльність у спільній взаємодії. У результаті утворюються нові канали впливу (за рахунок розширення зв'язків палітри різноманітних нейромереж), які активізують діяльність вищих структур головного мозку. Тобто відбувається гармонійний процес природнього контролю власних дій, а, отже, з'являється реальна можливість задіяти потенціали здібностей мислення, почуттів та уяви як провідного інструментарію творчого процесу людини.

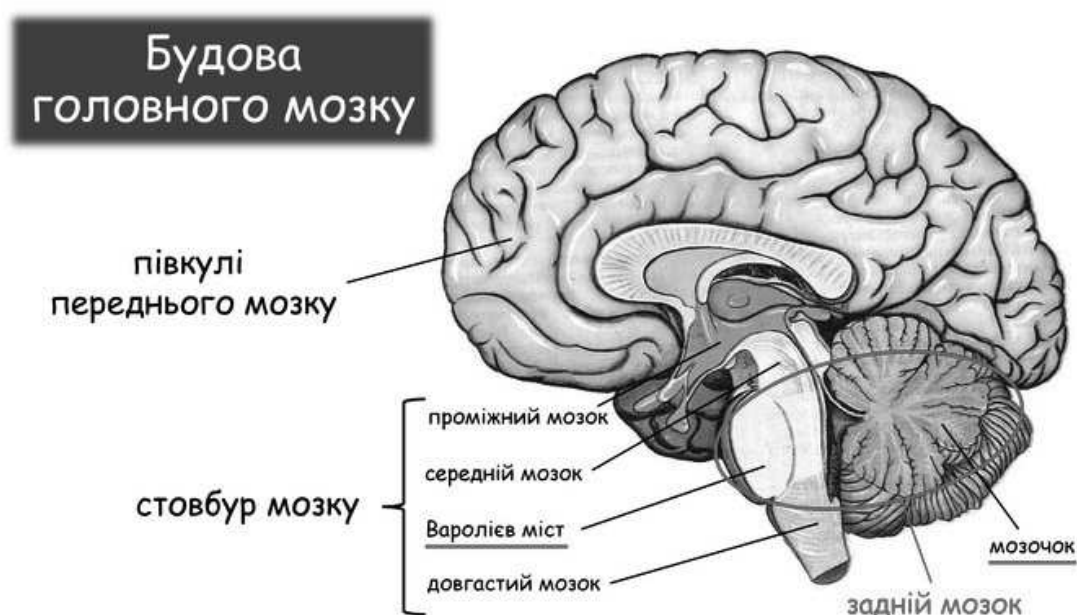


Рис.1 Схема взаємодій структур мозку

Урівноваження психомоторної активності людини в плані її просторового руху є однією з важливих задач, яка операційно, щосекундно опрацьовується мозковими структурами як забезпечення безпечного, неаварійного прямоходіння. У цілому цей начебто віддалений процес є одним із базових пускових механізмів для природного стимулювання роботи мозкових структур не тільки на автоматичному рівні, але й опосередковано потужного впливу на формування подальших усвідомлених дій людини. Отже, робота вестибулярного апарату – це не просто акт фізичного, фізіологічного утримання тіла, а складний різноплановий інтегрований психофізіологічний процес матеріалізації феномену *рівноваги* як фізичного, біологічного, фізіологічного, психічного, соціального планів в єдину взаємопов'язану систему дій, яка здатна потужно впливати на інші психофізіологічні системи організму.

Стимулюючи чутливість вестибулярного апарату людини, ми здатні змінювати її взаємодію зі внутрішнім та навколишнім світом, тобто допомогти людині встановити стан стійкої рівноваги як певної гармонії в стані потоку і навіть досягти стану «нірвани»: те, що теологи, філософи описують як стан «благодаті». Характерним є те, що ці процеси відбуваються природнім шляхом і є доступними кожній людині. Ми не претендуємо на панацею від усього, а говоримо про наявні скриті можливості, якими наділені від народження і на які не завжди звертаємо нашу увагу через багато певних упереджень. В умовах надзвичайних ситуацій, коли людина переживає складні психофізіологічні навантаження виснажливого плану, нам важливо усвідомлювати шляхи нашого відновлення через можливості оптимізації енергетичних потужностей організму.

Важливо, щоб шляхи відновлення кожного з нас в часи війни мали не медикаментозний (антидепресанти), хімічнозалежний (наркотичні засоби різного плану) шляхи чи згубні звички (алкоголь, тютюнопаління у будь-яких формах, переїдання, вживання різноманітних енергетичних напоїв, гіподинамія, ігроманія, інтернет залежності), а були спрямовані на оптимальну активізацію власних, прихованих резервів через розподіл їхніх наявних енергетичних ресурсів. Наші дослідження вказують на існування реальних інструментів впливу на оптимальну організацію діяльності головного мозку людини. Тобто природний механізм впливу можливо реально тренувати і разом із тим розвивати та вдосконалювати для нагальних потреб у діяльності людини.

Важливо те, що ці інструменти для розподілу енергетичних ресурсів в активності відділів головного мозку людини є природним механізмом і викликаються до дії відповідними психомоторними активностями, притаманними нашому тілу. Іншими словами, це пусковий механізм для переважної більшості активностей людини в природних умовах, забезпечення її життєдіяльності. Головне – розуміти та приймати відповідну «логіку» в роботі

психофізіологічних систем тіла людини при подоланні сили тяжіння та утримання рівноваги за умов збереження пози прямоходіння, яка є провідною для нас. Прямоходіння — це постійно небезпечна поза людського тіла, при якій відсутня впевнена стійкість через те, як є тільки дві точки опори, а це постійний виклик для утримання вертикального положення тіла людини. Тобто є постійна небезпека, а для її нейтралізації потрібна потужна система постійного контролю, що є затратним енергетичним механізмом.

Саме тому процес прямоходіння – це виклик для наших дій, що потребує постійного, щосекундного контролю та обробки головним мозком в автоматичному режимі сотень параметрів, узгоджених між собою і миттєво об'єктивно оцінених рішень, які реалізовані у відповідних психомоторних діях людини. Автоматичний режим утримання пози тіла у вертикальному стані забезпечує акт прямоходіння людини. Цікаво те, що цей автоматичний механізм, іннервуючи електричні імпульси для обробки у відділі головного мозку, у певній мірі забезпечує їхню синхронізацію і впливає опосередковано на інші важливі для життєзабезпечення організму людини системи. Серед них належне місце посідає робота чутливості відчуттів, сприймання інших вищих психічних процесів та зміни станів.

Тобто сама природа прямоходіння дозволила змінити, переформатувати та вдосконалити роботу головного мозку людини і спонукала виникненню та закріпленню його побічної роботи у формі психічних актів мислення, почуттів та уяви. І через їхню дію ми набули процесів олюднення, яке не є прописаним в нашому геномі, тому наш внутрішній «мауглі» завжди має більше шансів подолати нашу внутрішню «людину». Тому є потреба завжди боротися за процеси «олюднення» і постійного щеплення для перемоги над внутрішнім «мауглі». Витоки цієї непомітної, на перший погляд, боротьби знаходяться в процесі нашого прямоходіння як унікального біологічного виду, що утворив окрему власну чарунку – людину.

Пошук сенсів в усвідомленні рівноваги як біологічного та соціального феномену має витоки з природної потреби тіла людини, психомоторного процесу – прямоходіння. Він забезпечений складним комплексом психофізіологічної підтримки, в якому центральне місце узгоджень належить синхронним механізмам роботи вестибулярного апарату людини. Тривалий час вестибулярний апарат людини як об'єкт дослідження залишався поза увагою науковців. І тільки підготовка до польотів людини в космос привернула до нього певний інтерес. Умови невагомості ставили серйозні виклики перед тілом людини щодо його швидкої та якісної орієнтації в просторі. Між тим, побічно більш «опуклою» стало розуміння значення вестибулярного апарату для якісного функціонування тіла людини не просто як органу відповідного за ті чи інші

просторові дії тіла, а як важливого центру координації певних процесів сенсорного, емоційного і комунікативного навантаження. В узагальненому схематичному вигляді це охоплює фізичну, психічну та соціальну сфери людської діяльності.

Отже, рівновага – це не абстрактне поняття щодо якості людського життя та її діяльності, це цілком реальний провідний стан, який спирається на природні процеси та проектує якість наступних дії людини в різних сферах її буття. Тобто пропонуючи тілу людини «розв'язувати» просторові задачі через пошук станів рівноваги, ми спонукаємо людину до калібрування енергетичних процесів через його оптимальний розподіл. Як результат, електричні імпульси, які надходять до довгастого мозку, далі іннервуються на всі відділи головного мозку, синхронізуючи їхню роботу.

Через вагусний (блукаючий) нерв [6] відбувається відображення іннервації в роботі внутрішніх органів (шлунково-кишковому тракту, серця, легенях та імунної системи). Із ним пов'язані припливи і відпливи гормонів, таких як кортизол (регулює вагу тіла, рівень артеріального тиску, рівень лібідо та жировий обмін) і грелін (впливає на відчуття голоду). Стимуляція блукаючих нервів може також поліпшити пам'ять або допомогти людям із синдромом дефіциту уваги і гіперактивності [7]. Це змінює роботу основних психофізіологічних систем, «вирівнюючи» їхні взаємодії, коли покращується слух, зір, нюх, психомоторні рухи, взаємодія лівої і правої півкулі головного мозку, зменшуються проблеми у дітей та дорослих, які мають особливі освітні потреби (синдром Дауна, аутизм, ДЦП, синдром дефіциту уваги та гіперактивності...), поліпшуються процеси соціалізації.

Для процесу впливу на психофізіологічний стан організму ми пропонуємо використовувати балансувальну дошку Френка Белгау, що має на своїй поверхні метричне градування для досягнення точного калібрування вестибулярного апарату людини. І все це відбувається в результаті перебування людини (необхідно стояти 10 хвилин, утримуючи рівновагу тіла) на дошці. Під час перебування на поверхні дошки відбувається іннервація електричних імпульсів від вестибулярного апарату на всі відділи головного мозку, вагусні нерви та м'язовий корсет. Отже, при стимуляції різних центрів мозку змінюються стан тіла людини та її психічна сфера. Дослідження вказують, що ці зусилля зі стимулювання вестибулярного апарату допомагають оптимізувати дії людини. Ми не тільки корегуємо, а навіть змінюємо програми її дій. Це дає нам можливість вивести роботу людини в режим резонансної синхронізації, коли її робота здатна досягати навіть стану потоку за рахунок виникнення феномену спонтанної самоорганізації, про що пише відомий філософ Чалмерс Д.Д. [8]. По

суті, всі ці процеси – структури, що резонують згори донизу і знизу догори. І саме це може вплинути на нашу свідомість [1], збалансовуючи її дії.

Підбиваючи підсумки, можна допускати, що стимулювання чутливості вестибулярного апарату людини дозволяє змінювати її продуктивні стани роботи та досягати тих чи інших позитивних зсувів у їхніх діях. Важливо те, що при цьому ми не отримаємо побічних несприятливих ефектів, а навпаки посилюємо спроможність у різних вікових категоріях людей досягати оптимальних станів, що допомагають долати тривогу, стомленість, втому та нейтралізувати стресове навантаження, упереджаючи його негаразди. Будь-яка діяльність людини може суттєво поліпшитись і досягти стану насолоди. Зрозуміло, що саме тому потрібні подальші ретельні дослідження. Запропонована стаття не розкриває всіх аспектів феномену чутливості психофізіологічних систем організму людини, проте дозволяє визначити завдання наступних досліджень.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Гант Тем(2018) Гіппі мали рацію: це все вібрації!<https://zbruc.eu/node/85484> (дата звернення : 10.10.2024 р.)
2. Клименко В.В. Психологія творчості. К.: Центр навчальної літератури,2006. – 480 с.
3. Кочерга Олександр Васильович та Шорохова Валентина Володимирівна (2015) Використання балансувальної дошки доктора Френка Белгау в навчально-корекційній роботі з учнями 1-4 класів із порушеннями психофізичного розвитку [Навчально-методичні матеріали]<https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/12324/> (дата звернення : 19.09.2024 р.)
4. Кочерга Олександр Васильович (2011) Енергопотенціал - природний генератор творчості Освітні коментарі (10-11-). с. 27-37.<https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/3383/>(дата звернення : 30.09.2024 р.)
5. Кочерга Олександр Васильович (2003) Взаємозв'язок мислення, почуттів та уяви у розвитку критичності людини. PhDthesis, АПН України.<https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/2951/>(дата звернення : 2.10.2024 р.)
6. Порджес С. Полівагальна теорія. Нейрофізіологічні основи емоцій, прихильностей, спілкування і саморегуляції – К.: Мультиметод, 2020 – 464 с.
7. Порджес С., Дана Д. Клінічне застосування полівагальної теорії. Формування полівагально – обґрунтованої терапії – К.: Мультиметод, 2021 – 552 с.
8. Чалмерс Девід Свідомий розум: У пошуках фундаментальної теорії про таємниці свідомості. – К., 2019 – 512 с.