

УДК 373.2.015.31:613

DOI <https://doi.org/10.12958/3083-6514-2026-1-140-145>

Фенко Марія Ярославівна,

кандидатка філологічних наук, доцентка,
доцентка кафедри загальної педагогіки та дошкільної освіти
Волинського національного університету імені Лесі Українки,
м. Луцьк, Україна.
fenko.mariya@vnu.edu.ua
<https://orcid.org/0000-0003-2000-2348>

Мацюк Зоряна Сергіївна,

кандидатка філологічних наук, доцентка,
доцентка кафедри спеціальної та інклюзивної освіти
Волинського національного університету імені Лесі Українки,
м. Луцьк, Україна.
zoriana_matsiuk@ukr.net
<https://orcid.org/0000-0001-7915-742X>

Гац Георгій Опанасович,

кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри спеціальної та інклюзивної освіти
Волинського національного університету імені Лесі Українки,
м. Луцьк, Україна.
Gansgeorgiy@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-5287-9219>

ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ: СИНЕРГІЯ МОВЛЕННЕВОГО РОЗВИТКУ ТА ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ

Постановка проблеми. У сучасних умовах дошкільна освіта зорієнтована на формування цілісної особистості дитини, здатної до самовираження, активності та турботи про власне здоров'я. Одним із ключових напрямів є інтеграція (синергія) фізичного розвитку та мовленнєвої активності, адже ці дві сфери тісно взаємопов'язані в процесі становлення психофізіологічних і когнітивних функцій дитини.

Синергія мовленнєвого розвитку та фізичної активності – це взаємопідсилювальний процес, у якому рухова діяльність сприяє розвитку мовлення, а мовленнєва активність стимулює координацію, увагу та емоційно-вольову сферу. Механізми цього зв'язку ґрунтовані на єдності моторних і мовленнєвих центрів мозку, спільній участі нервових шляхів у процесах артикуляції, дихання, ритму та координації рухів.

Відомо, що поєднання рухової та мовленнєвої діяльності в дошкільному віці сприяє: розвитку дрібної моторики, яка безпосередньо пов'язана з формуванням мовленнєвих навичок; формуванню правильного дихання, дикції, інтонації; підвищенню емоційного фону й мотивації до спілкування; укріпленню здоров'я, витривалості та впевненості у власних силах.

Синергія руху та мовлення формує в дітей позитивне ставлення до здорового способу життя. Під час спільних ігор і фізичних вправ розвиваються комунікативність, саморегуляція, взаємодопомога, що закладає основи соціальної компетентності.

Синергія мовленнєвого розвитку та фізичної активності – це основа гармонійного формування особистості дитини. Вона підсилює не лише мовну компетентність, а й саморегуляцію, соціальні навички та впевненість у спілкуванні.

Аналіз сучасних досліджень і наукових публікацій підтверджує актуальність теми та сталий інтерес науковців до питання синергії в освіті. Оскільки синергія мовленнєвого розвитку та фізичної активності постає багатограним і багатоаспектним явищем, то її досліджують у різних напрямках. Так, наприклад, В. Кремень зазначає, що «синергія в освіті» має вагоме значення для формування цілісної творчої особистості через урахування досягнень концепцій самоорганізації та саморозвитку (Фенко, Кордиш, 2025); О. Робуль, авторка статті «Синергетика як інноваційна методологія педагогічної освіти», схарактеризувала синергетичну методологію в педагогічній освіті (Робуль, 2006); Л. Ткаченко працювала над темою «Розвиток особистості в дефініціях синергетики: освітньо-педагогічний тезаурус» (Ткаченко, 2013), а Г. Хакен: стверджував, що «синергетика росте звідусіль» (Haken, 2002). Варто зазначити, що «синергетичний підхід в освіті сприяє дієвості навчально-виховного процесу; готує особистість до викликів сучасності; формує гнучкість відповідно до змін у сучасному світі; розвиває креативність мислення, комунікативні здібності та навички взаємодії» (Фенко, Кордиш, 2025).

Мета статті – проаналізувати синергетичні процеси в освітньому просторі ЗДО, зокрема синергію фізичного та мовленнєвого розвитку дітей дошкільного віку та запропонувати узгоджену взаємодію всіх складників освітнього процесу (педагогів, дітей, батьків, середовища, методів і засобів навчання), у результаті якої досягається значно вищий розвивальний ефект.

Для розв'язання окресленої проблеми та досягнення мети використано такі **методи**: теоретичні – аналіз педагогічних, психологічних і навчально-методичних джерел із теми дослідження; їх систематизація та узагальнення; емпіричні – добір й обробка емпіричних даних (спостереження, бесіди, вивчення навчально-виховної документації тощо).

Виклад основного матеріалу. Синергія в дошкільній освіті – це цілісний підхід, який об'єднує всі ресурси освітнього середовища заради гармонійного розвитку дитини. Вона робить освітній процес ефективним, природним і життєрадісним.

Синергія (від грец. *synergos* – «спільна дія, співпраця») – це узгоджена взаємодія кількох елементів, процесів або чинників, у результаті якої їх спільний ефект перевищує суму окремих впливів кожного з них. У широкому розумінні синергія – це закономірність самоорганізації систем, коли взаємодія їхніх компонентів призводить до появи нового вищого рівня функціонування.

Серед домінантних характеристик синергії в дошкільній освіті можемо виокремити:

- інтеграційний характер, коли синергія передбачає поєднання різних сфер розвитку дитини: мовленнєвої, пізнавальної, емоційної, соціальної, фізичної та художньо-естетичної – у єдиний гармонійний процес);

- взаємодія учасників освітнього процесу (ефективність дошкільної освіти зростає, коли вихователь, дитина та батьки співпрацюють. Спільна діяльність створює позитивне середовище для розвитку ініціативності, творчості й самостійності дитини);

- поєднання традиційного й інноваційного підходів, коли синергія полягає в раціональному використанні класичних методик (гра, спостереження, моделювання) разом із сучасними технологіями (STEM, проєктна діяльність, інтерактивні засоби навчання);

- розвивальний ефект (завдяки синергії відбувається не просто засвоєння знань, а становлення цілісної особистості – активної, емоційно стабільної, готової до шкільного навчання);

- гармонія між вихованням і розвитком (власне синергія забезпечує баланс між навчанням, грою та виховним впливом, що відповідає природним потребам дитини дошкільного віку.

Синергія мовленнєвого розвитку та фізичної активності – це зв'язок між розвитком мовлення та руховою діяльністю, коли вдосконалення одного сприяє покращенню іншого. Мовлення і рух – не окремі процеси, а взаємопов'язані функції мозку. У дитинстві розвиток дрібної

та загальної моторики безпосередньо впливає на формування мовленнєвих навичок, а активне спілкування під час рухової діяльності стимулює когнітивні та нейропсихологічні механізми.

Розвиток мовлення дитини в новій редакції Базового компонента дошкільної освіти справедливо подано як один з основних освітніх напрямів. Причому акцент зроблено не на виконанні окремих завдань, а на цілісному підході до формування мовленнєвої компетентності (у єдності всіх її складників). Основну увагу зосереджено на власне комунікативно-мовленнєвому досвіді дитини, де на першому місці – активна практика самостійного та свідомого виконання мовленнєвих завдань, а не лише наслідування шаблонних висловлювань, мовлення за зразком. Педагогам і батькам важливо усвідомити, що розвиток мовлення дитини відбувається не лише через наслідування мовлення інших людей, а й завдяки активній мовленнєвій практиці, накопиченню власного досвіду адекватного використання мовлення в різних життєвих ситуаціях (Базовий компонент дошкільної освіти, 2021).

У старшому дошкільному віці особливе значення має збагачення та активізація словникового запасу дітей, що сприяє розвитку їхнього мовлення, когнітивних процесів і комунікативної компетентності. У системі дошкільної освіти синергія сприяє комплексному розвитку дитини (мовному, когнітивному, емоційному, фізичному); підвищує мотивацію до навчання через гру та рух; підтримує природну активність і мовленнєву взаємодію дітей.

Для забезпечення ефективності синергії мовленнєвого розвитку та фізичної активності доцільно, на нашу думку, утілити в освітньому просторі ЗДО низку організаційно-педагогічних заходів. Зокрема, варто розпочати зі створення сприятливого мовленнєвого середовища. Можна облаштувати тематичні інформаційно-мовленнєві осередки, які містили б ілюстрації різних видів спорту (*футбол, теніс, баскетбол, хокей, волейбол, легка атлетика, спортивна і художня гімнастика* тощо), зображення спортивного інвентарю (*м'ячі, ракетки, ключики, скакалки, обручі, гантелі та ін.*), а також символіку Олімпійських ігор (*олімпійські кільця, прапор, гімн, присяга, девіз «Швидше, вище, сильніше – разом», медалі, олімпійський вогонь, лавровий вінок* тощо) із відповідними написами. Рекомендація для педагогів – активно залучати дітей до взаємодії з цими матеріалами під час різних видів діяльності, спонукати до їх вербалізації (*діти називають зображення, описують і порівнюють об'єкти, визначають функційне призначення спорядження* тощо). Також варто приділяти увагу лексичному супроводу фізичної активності: під час ранкової гімнастики, рухливих ігор, занять із фізичного виховання тощо. Так, педагоги можуть використовувати мовленнєві інструкції: *«Підкинь м'яч!», «Передай м'яч другу!», «Стрибай, як м'ячик!», «Пробіжи дистанцію!», «Стань, як спортсмен на старті!»* тощо. Наведені фрази дають змогу дітям розуміти нову лексику, інструкції, активно використовувати спортивну лексику у власному мовленні.

Зазначимо, що значну роль у мовленнєвій активізації відіграють віршовані форми: лічилки, девізи, римівки, спортивні кричалки, які супроводжують ігри та змагання. Спортивні девізи та римівки можуть бути мотивувальними, об'єднувати команду або просто виражати любов до спорту: *«Прокидаємося вранці, Жваво робимо зарядку! Любим спорт і фізкультуру! Прагнемо завжди до порядку!»*. Під час командних ігор діти можуть вигукувати: *«Хто біжить – той переможе, м'яч в корзину допоможе!»*. Такі фрази закріплюють відповідну лексику й розвивають інтонаційну виразність, дикцію, ритм мовлення та навички мовленнєвої імпровізації.

Важливим складником досягнення синергії мовленнєвого розвитку та фізичної активності може стати органічне включення нової лексики до всіх видів дитячої діяльності: сюжетно-рольової, ігрової, художньо-мовленнєвої, проєктної та комунікативної. Наприклад, можна запропонувати дітям старшого дошкільного віку освітній мініпроєкт *«Спорт і слова: рухаємося та говоримо», «Про що розповідає спорт?», «Спортивний репортаж», «Наші спортивні історії»* тощо. Діти разом із педагогом і батьками готують індивідуальні творчі презентації (можна намалювати власні ілюстрації, виготовити аплікації та колажі тощо).

Удосконаленню синергії освітнього процесу сприяє залучення цифрових технологій. Зокрема, використання інтерактивної онлайн-платформи Kahoot для проведення вікторини *«Усе про*

спорт із Мікі та друзями». Діти в супроводі педагога відповідають на запитання у форматі гри. Завдяки візуалізації та ігровій формі відбувалося ефективне закріплення термінів у пам'яті дітей.

Додатково доцільно застосовувати сенсорно-мовленнєві практики: діти лише на дотик розпізнають предмети спортивного призначення, після чого описують їх. Наприклад: «*Це м'яч. Він – круглий, м'який, ним грають у футбол*». Такі вправи розвивають уяву та зв'язне мовлення на основі сенсорного досвіду.

Варто зазначити, що створене мовленнєве середовище зі спортивним тематичним наповненням забезпечує багатовекторний вплив на мовленнєвий розвиток дітей дошкільного віку, сприяє формуванню позитивної мотивації до мовленнєвої активності, підвищує рівень зацікавленості у використанні нових слів у різних життєвих ситуаціях і формує здоровий спосіб життя.

Для досягнення синергії мовленнєвого розвитку та фізичної активності найбільш дієвими, на нашу думку, є інтегровані заняття. Наприклад, можна провести заняття з дітьми старшого дошкільного віку – «*SportUA: країна драйв*», яке спрямоване на розширення уявлень дітей про рідну країну через призму розвитку спорту, формування усвідомлення цінності здорового способу життя, а також збагачення активного й пасивного словника дітей спортивною лексикою. Структура заняття поєднує освітні мовленнєві й фізичні компоненти, що дає змогу досягти інтеграції пізнавального, мовленнєвого, фізичного та соціально-морального складників.

Уважаємо за доцільне розглянути практичний кейс. Правомірним вважаємо на початку заняття запропонувати ситуацію інтерактивної взаємодії із гостем (роль виконує лялька) – хлопчиком Матеушом із Польщі, що забезпечить створення позитивного мотиваційного фону, а також природне мовленнєве стимулювання до використання слів і фраз зі спортивної тематики. Так, діти матимуть змогу познайомитися не лише із новим персонажем, а й зі спортивною історією сусідньої країни (Shakhrai, 2023).

Основною формою діяльності пропонуємо – уявну подорож Україною, під час якої діти разом із педагогом і Матеушом «відвідають» Київ, Дніпро, Одесу, Карпатські гори. У кожному з регіонів діти дізнаються про різні види спорту (*футбол, веслування, яхтинг, альпінізм, гірськолижний спорт, спортивна гімнастика* тощо) та візьмуть участь у відповідних рухливих іграх і вправах. Так, наприклад, у Києві можна запропонувати рольову гру «Футбол»: діти формують дві команди: збірну України та збірну Польщі – і змагаються за допомогою виконання пенальті. Це сприяє розвитку рухових навичок, навичок командної взаємодії, а також закріпленню нової лексики, фрази-інструкцій: «*Підкинь м'яч!*», «*Біжи до воріт!*», «*Захищай!*», які легко засвоюють діти та активно використовують в інших видах діяльності. Або ж можна запропонувати «веслування Дніпром», коли діти імітують рухи веслярів, обговорюють українську природу, вживають слова *весло, човен, берег, ріка, хвиля*, а в «подорожі на яхтах» по Чорному морю: *яхта, вітрило, кермо*. У Карпатах дітям можна запропонувати імітацію спуску на лижах та стрибки з трампліна, що активізують спортивну термінологію: *лижня, трамплін, спортсмен, швидкість, перешийок* тощо.

Завершити заняття пропонуємо поверненням до Києва й відвідуванням уявного Палацу спорту, де діти, наслідуючи гімнастів, виконували б рухи зі стрічками, підтягування, стрибки тощо. Це забезпечило б емоційне піднесення та сформувало б завершену цілісну картину про спортивне життя в Україні.

Обов'язковим елементом вважаємо підсумовувальне рефлексивне обговорення, у якому діти відтворюють маршрут подорожі, називають міста та види спорту, які їм найбільше сподобалися, та малюють відповідні ілюстрації тощо. Малюнки можна подарувати Матеушу.

Для досягнення дієвого освітньо-виховного процесу в ЗДО варто акцентувати увагу на взаємодії педагогічного колективу з родинами дітей дошкільного віку. Така синергія (майстеркласи, тематичні проєкти, підготовка методичних рекомендацій для батьків тощо) сприяє не лише збагаченню мовленнєвого досвіду дітей, а й формуванню в них стійких звичок до активного способу життя, через використання спортивної лексики в побуті та щоденній діяльності.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Синергія в закладі дошкільної освіти – це процес поєднання різних аспектів навчання та виховання в єдину цілісну систему, що сприяє

всебічному розвитку дітей. Вона передбачає інтеграцію знань, умінь і навичок з різних освітніх напрямів. Фізична активність та мовленнєвий розвиток дітей дошкільного віку перебувають у тісному взаємозв'язку, що забезпечує комплексний підхід до розвитку дитини. Цей зв'язок можна розглянути через кілька основних аспектів: стимуляція мовлення через рухову активність; розширення словникового запасу; розвиток соціальних навичок дітей дошкільного віку.

Список використаної літератури

1. Базовий компонент дошкільної освіти (державний стандарт дошкільної освіти): нова редакція / наук. кер. Т. Піроженко; авт. кол.: О. Байєр, О. Безсонова, Н. Гавриш та ін. Київ, 2021. 37 с. URL: https://mon.gov.ua/storage/app/media/rizne/2021/12.01/Pro_novu_redaktsiyu%20Bazovoho%20komponenta%20doshkilnoyi%20osvity.pdf
2. Робуль О. Синергетика як інноваційна методологія педагогічної освіти. *Філософія освіти*. 2006. № 1(3). С. 35–42. URL: <https://philosopheducation.com/index.php/philed/article/view/132/112>
3. Ткаченко Л. Розвиток особистості в дефініціях синергетики: освітньо-педагогічний тезаурус. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2013. № 8-9(15-16). С. 20–23. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/106502/1/Ткаченко.pdf>
4. Фенко М., Кордиш О. Мовленнєва діяльність крізь призму синергетичної методології дошкільної лінгводидактики. *Науковий вісник Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Ушинського*. Одеса, 2025. Вип. 1(150). С. 140–145. DOI: <https://doi.org/10.24195/2617-6688-2025-1-20>
5. Shakhrai T. Relaying the Competencies of Future Teachers: European Experience and Ukrainian Context. *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska. Sectio J. Paedagogia-Psychologia*. 2023. № 36(3). P. 65–77. DOI: <https://doi.org/10.17951/j.2023.36.3.65-77>
6. Haken H. Synergetics – An Overview. In: Minati, G., Pessa, E. (Eds.), *Emergence in Complex, Cognitive, Social and Biological Systems*. New York : Springer, Boston, MA 2002. P. 3–14. DOI: https://doi.org/10.1007/978-1-4615-0753-6_1

References

1. Bazovyi komponent doshkilnoi osvity (derzhavnyi standart doshkilnoi osvity): nova redaktsiia [Basic component of preschool education (state standard for preschool education): new edition]. (2021). Nauk. ker. T. Pirozhenko; avt. kol.: O. Baiier, O. Bezsonova, N. Havrysh ta in. Kyiv. Retrieved from https://mon.gov.ua/storage/app/media/rizne/2021/12.01/Pro_novu_redaktsiyu%20Bazovoho%20komponenta%20doshkilnoyi%20osvity.pdf [in Ukrainian].
2. Robul, O. (2006). Synerhetyka yak innovatsiina metodolohiia pedahohichnoi osvity [Synergetics as innovative methodology of pedagogical education]. *Filosofia osvity – Philosophy of education*, 1(3), 35–42. Retrieved from <https://philosopheducation.com/index.php/philed/article/view/132/112> [in Ukrainian].
3. Tkachenko, L. (2013). Rozvytok osobystosti v defynitsiiakh synerhetyky: osvitno-pedahohichniy tezaurus [Personality development in definitions of synergetics: educational and pedagogical thesaurus]. *Osvita ta rozvytok obdarovanoi osobystosti – Education and development of gifted individuals*, 8–9(15–16), 20–23. Retrieved from <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/106502/1/Ткаченко.pdf> [in Ukrainian].
4. Fenko, M., & Kordysh, O. (2025). Movlennieva diialnist kriz pryзму synerhetychnoi metodolohii doshkilnoi linhvodydaktyky [Speech activity through the prism of synergetic methodology of preschool language teaching]. *Naukovyi visnyk Pivdennoukrainskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni K. Ushynskoho – Scientific bulletin of South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynsky*, 1(150), 140–145. DOI: <https://doi.org/10.24195/2617-6688-2025-1-20> [in Ukrainian].
5. Shakhrai, T. (2023). Relaying the Competencies of Future Teachers: European Experience and Ukrainian Context. *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska. Sectio J. Paedagogia-Psychologia*, 36(3), 65–77. DOI: <https://doi.org/10.17951/j.2023.36.3.65-77> [in English].
6. Haken, H. (2002). Synergetics – An Overview. In: Minati, G., Pessa, E. (Eds.), *Emergence in Complex, Cognitive, Social and Biological Systems*. (pp. 3–14). New York: Springer, Boston, MA. DOI: https://doi.org/10.1007/978-1-4615-0753-6_1 [in English].

Фенко М. Я., Мацюк З. С., Гац Г. О. Здоровий спосіб життя дітей дошкільного віку: синергія мовленнєвого розвитку та фізичної активності

У статті здійснено спробу проаналізувати синергетичні процеси в освітньому просторі закладу дошкільної освіти, зокрема синергії фізичного та мовленнєвого розвитку дітей дошкільного віку; узгодженої взаємодії всіх складників освітнього процесу (педагогів, дітей, батьків, середовища, методів і засобів навчання), у результаті якого досягається значно вищий розвивальний ефект.

Синергія мовленнєвого розвитку та фізичної активності – це взаємопідсилювальний процес, у якому рухова діяльність сприяє розвитку мовлення, а мовленнєва активність стимулює координацію, увагу та емоційно-вольову сферу. Механізми цього зв'язку ґрунтовані на єдності моторних і мовленнєвих центрів мозку, спільній участі нервових шляхів у процесах артикуляції, дихання, ритму та координації рухів.

Синергія в закладі дошкільної освіти – це процес поєднання різних аспектів навчання та виховання в єдину цілісну систему, що сприяє всебічному розвитку дітей. Вона передбачає інтеграцію знань, умінь і навичок з різних освітніх напрямів. Фізична активність та мовленнєвий розвиток дітей дошкільного віку перебувають у тісному взаємозв'язку, що забезпечує комплексний підхід до розвитку дитини. Цей зв'язок можна розглянути через кілька основних аспектів: стимуляція мовлення через рухову активність; розширення словникового запасу; розвиток соціальних навичок дітей дошкільного віку.

Ключові слова: синергія, мовленнєвий розвиток, фізична активність, діти дошкільного віку, заклад дошкільної освіти.

Fenko M. Ya., Matsiuk Z. S., Hats H. O. Healthy lifestyle of preschool children: synergy of speech development and physical activity

The article attempts to analyze the synergetic processes within the educational environment of a preschool institution, in particular, the synergy between the physical and speech development of preschool children; the coordinated interaction of all components of the educational process (teachers, children, parents, environment, teaching methods, and tools), which results in a significantly higher developmental effect.

The synergy of speech development and physical activity is a mutually reinforcing process in which motor activity promotes speech development, while speech activity stimulates coordination, attention, and the emotional-volitional sphere. The mechanisms of this connection are based on the unity of the motor and speech centers of the brain, as well as the joint involvement of neural pathways in the processes of articulation, breathing, rhythm, and movement coordination.

Synergy in a preschool educational institution is a process of combining various aspects of learning and upbringing into a unified, holistic system that contributes to the comprehensive development of children. It involves the integration of knowledge, skills, and abilities from different educational domains. Physical activity and speech development in preschool children are closely interconnected, ensuring a comprehensive approach to the child's overall growth. This connection can be viewed through several key aspects: stimulation of speech through motor activity; expansion of vocabulary; and development of social skills in preschool children.

Key words: synergy, speech development, physical activity, preschool children, preschool educational institution.

