

ІНСТИТУТ ПСИХОЛОГІЇ ІМЕНІ Г. С. КОСТЮКА НАПН УКРАЇНИ

Н. В. Пророк, О. Ю. Чекстєре

**РОЗВИТОК АКТИВНОГО СПІЛКУВАННЯ
ДОРΟΣЛИХ ІЗ ДІТЬМИ ЗА ДОПОМОГОЮ
НАРОДНОГО ПОЕТИЧНОГО СЛОВА**

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

Київ
2025

УДК 159.922.7

ББК 88.8

Рекомендовано до випуску та оприлюднення електронного видання вченою радою Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України (протокол № 8 від 26 червня 2025 року)

Рецензенти:

О. І. Бондарчук, доктор психологічних наук, професор, ДЗВО «Університет менеджменту освіти», професор кафедри психології та особистісного розвитку;

А. Д. Терещук, кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник, Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, провідний науковий співробітник лабораторії загальної психології та історії психології імені В. А. Роменця.

Пророк Н. В., Чекстере О. Ю. Розвиток активного спілкування дорослих із дітьми за допомогою народного поетичного слова : методичні рекомендації. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2025. 65 с.

Методичні рекомендації присвячено проблемі морально-патріотичного виховання підростаючого покоління, яка є актуальною в сучасній Україні, що переживає надзвичайно складні випробування через війну. У роботі розглянуто ефективні шляхи використання українського народного поетичного слова (зокрема, казки, колицьової, забавлянки, утішки, прислів'я) у виховному процесі закладів дошкільної освіти та початкової школи в умовах воєнного стану і важливості завдань патріотичного виховання. Підкреслено, що війна вимагає переосмислення традиційних виховних підходів. Так, використання народного поетичного слова в освітньому процесі стає не лише засобом мовленнєвого розвитку, а й гуманістичним інструментом психологічної підтримки та формування патріотичних почуттів. Фольклор також стає важливим ресурсом стабілізації емоційного стану дітей у період війни.

Матеріали, що містяться у методичних рекомендаціях, спрямовані на підвищення рівня психологічної компетентності всіх, хто працює із дітьми. Їх можуть використовувати практичні психологи, педагогічні та соціальні працівники, викладачі інститутів післядипломної педагогічної освіти, методисти.

Усі права захищені. Зміст цієї публікації можна безкоштовно копіювати й використовувати для освітніх та інших некомерційних цілей за умови посилання на джерело інформації.

УДК 159.922.7

ББК 88.8

© Інститут психології імені Г. С. Костюка
НАПН України, 2025

ЗМІСТ

Вступ.....	4
1.Психолого-педагогічні особливості сприймання художнього слова дітьми дошкільного та молодшого шкільного віку.....	7
1.1. Фольклор як джерело емоційного розвитку та формування цінностей.....	8
1.2. Фольклор як інструмент патріотичного та емоційного виховання.....	9
1.3. Значущість забавлянок для дітей дошкільного і молодшого шкільного віку.....	13
2. Вплив війни на дітей: основні психологічні наслідки.....	16
2.1. Роль фольклору як ресурсу стабілізації емоційного стану дітей у період війни.....	20
3. Форми і методи роботи з дітьми дошкільного і молодшого шкільного віку засобами фольклору.....	21
4. Рекомендації для педагогів та батьків.....	24
5. Освітня програма «Забавлянки на долонях».....	26
5.1. Структура гурткових занять.....	27
5.2. Навчальний план занять.....	29
5.3. Опис занять.....	31
Висновки.....	58
Список використаних джерел.....	59

ВСТУП

Сьогодні, коли Україна переживає надзвичайно складні випробування через війну, особливої ваги набуває питання морально-патріотичного виховання підростаючого покоління. У цей непростий час дитяча свідомість потребує делікатної, але глибокої підтримки, яка здатна не лише втамувати тривогу, а й сформувати стійке відчуття власної ідентичності, належності до свого народу, гордості за країну. Виняткове значення у цьому процесі має українське народне поетичне слово — казка, колискова, забавлянка, утішка, прислів'я.

Сучасні діти, зокрема дошкільного віку та молодші школярі, зростають у реаліях, де війна торкнулася майже кожної української родини. Навіть якщо дитина не є безпосереднім свідком бойових дій, вона відчуває загальний емоційний фон, тривожність дорослих, нестабільність у повсякденному житті. У цьому віці психіка дітей особливо чутлива до змін звичного ритму, хоча самотійно усвідомити чи висловити свої переживання вони ще не можуть. Саме тому надзвичайно важливо створити для дитини безпечне, передбачуване середовище, де вона зможе відчути підтримку, турботу й зв'язок із рідною культурою.

Одним із природних механізмів емоційної стабілізації є повторювані ритуали — знайомі слова, пісні, ігри, які створюють передбачуваність і відчуття безпеки. Українське народне поетичне слово містить у собі ці заспокійливі ритми, образність, м'якість мовлення. Воно сприяє формуванню позитивного настрою, внутрішньої рівноваги, упорядкуванню емоційного світу дитини.

Народне слово — це не лише мовний і культурний спадок, а й потужний емоційно-психологічний ресурс. Воно виконує роль «тихої маминої руки» — заспокоює, підтримує, допомагає відчути стабільність. Через ритуали — спільне співання колискових, ритмічне проговорення лічилок, забавлянок — дитина не лише опановує мову, а й відчуває себе захищеною, включеною у живу традицію свого народу.

Народна поезія є також основою патріотичного виховання: вона несе в собі світогляд, моральні орієнтири, любов до землі, цінність родини, віру в добро і справедливість. Через знайомство з фольклором діти природно формують національну ідентичність, внутрішню стійкість, опору на рідну культуру — усе те, що необхідне для того, щоби вистояти перед викликами часу.

У дошкільному та молодшому шкільному віці активно формуються емоційна сфера, мовлення, соціальні уявлення, базові моральні орієнтири. Саме в цей період закладаються основи національної свідомості, любові до рідної мови, традицій, родини. Українське народне поетичне слово сприяє не лише розвитку мовлення та мислення, а й глибокому почуттю емоційної безпеки, приналежності до рідного культурного простору.

Народна творчість допомагає дорослому налагодити тепле, щире спілкування з дитиною. Інтонації знайомих колискових, лагідні звертання мають стабілізуючу дію. Фольклор — це естетичний, моральний і психологічний феномен, що містить багатовікову мудрість, моральні цінності, здатність заспокоїти й надихнути. Через нього дитина відкриває духовний світ українського народу, засвоює поняття добра і зла, сміливості, гідності, чесності, любові до родини й рідної землі.

Методичні рекомендації підготовлено з метою забезпечення ефективного використання українського художнього слова у виховному процесі закладів дошкільної освіти та початкової школи, зокрема в умовах воєнного стану та актуалізації завдань патріотичного виховання.

Відповідно до мети методичних рекомендацій окреслено наступні **завдання:**

- сприяти розвитку активного емоційного та мовленнєвого спілкування між дорослими і дітьми;
- формувати національну ідентичність, патріотичні почуття, любов до рідної мови, культури, традицій;

- забезпечити психоемоційну підтримку дітей через використання елементів фольклору, поезії, колискових, забавлянок, прислів'їв, казок;
- створити сприятливе мовно-емоційне середовище, яке допоможе дітям подолати тривожність і страх, пов'язані з воєнними подіями.

Умови воєнного стану вимагають переосмислення традиційних виховних підходів. Використання народного поетичного слова в освітньому процесі стає не лише засобом мовленнєвого розвитку, а й гуманістичним інструментом психологічної підтримки та формування патріотичних почуттів. Через спільне читання, спів, обговорення фольклору дитина відчуває себе частиною сильного, живого народу з глибоким корінням і великою душею. Це дозволяє зберегти в дітях світло, ніжність і силу духу — усе те, що є запорукою відновлення країни.

1. Психолого-педагогічні особливості сприймання художнього слова дітьми дошкільного та молодшого шкільного віку

Сприймання художнього слова дітьми — складний і багатогранний процес, що поєднує емоційне, інтелектуальне та естетичне освоєння тексту. У дошкільному та молодшому шкільному віці цей процес має свої особливості, обумовлені віковими характеристиками психіки, рівнем мовленнєвого та емоційного розвитку дитини.

У дошкільному віці домінує емоційне сприймання, образне мислення, а також здатність до наслідування. Діти цього віку легко сприймають мелодійність і ритміку мови, їм притаманна чутливість до інтонації, рими, повторів, які є характерними рисами українського фольклору. Як зазначає О. Лисенко, художнє слово для дошкільнят — це передусім джерело емоційних вражень, що формує первинні уявлення про добро і зло, справедливість, чесність [21].

Особливого значення для дошкільників набуває інтонація дорослого, що читає або декламує твір. Саме вона допомагає донести до дитини смисл, настрій, надає текстові особистісного звучання. За словами І. Беха, у ранньому віці виховання відбувається переважно через емоційне залучення, тому художнє слово виконує не тільки пізнавальну, а й виховну функцію [2].

У молодшому шкільному віці зростає роль осмисленого сприймання. Діти починають аналізувати події, мотиви поведінки героїв, робити елементарні моральні висновки. Водночас емоційна складова ще залишається дуже важливою. В. Сухомлинський наголошував, що казка, поезія, пісня — це «сонячне світло для дитячого серця», і саме через них формуються уявлення про людські цінності [43].

Художнє слово у цьому віці сприяє розвитку внутрішньої мовлення, уяви, формує образи, що закладають основу майбутнього світогляду дитини. Як підкреслює Г. Пометун, важливо не просто знайомити дітей із текстами, а створювати ситуації емоційно-ціннісного переживання — саме вони залишають у психіці слід і формують стійкі моральні уявлення [27].

Фольклорні твори — казки, забавлянки, лічилки, колискові, потішки — ідеально відповідають цим віковим особливостям. Вони поєднують ритм, просту форму, емоційну насиченість та елементи гри, що робить їх доступними й водночас глибоко впливовими. Саме через фольклор дитина навчається культурного коду свого народу, мови емоцій, базових понять добра, краси, спільності.

1.1. Фольклор як джерело емоційного розвитку та формування цінностей

Мова невідривна від історії її народу. Це - літопис народу, відлуння його життя, почуттів, надій, прагнень, відлуння його страждань, радощів, досягнень. В українській мові це яскраво відображено у творах великого українського Кобзаря Т.Г.Шевченка, а також у творчості І.Котляревського, Г.Квітки-Основ'яненка, Марко Вовчок, І.Франка та ін. «У світлих, прозорих глибинах народної мови, - писав К.Д.Ушинський, - відображається уся історія духовного життя народу. Покоління народу минають одне за одним, а результати життя кожного покоління залишаються в мові - у спадщину спадкоємцям. У скарбницю рідної мови складе одне покоління за іншим наслідки історичних подій. .. Мова є найбільш живий, найбільш розкішний і міцний зв'язок, що поєднує минулі, сучасні та майбутні покоління в єдине велике історичне живе ціле!» [44].

Тому слово народного епосу, народної пісні, колисання, забавлянки, народної казки, історії, що закодована в думках, - найкращий спосіб виховання, прилучення дітей з раннього дитинства до національної української культури.

Український фольклор є не лише мовним і культурним надбанням народу, а й потужним виховним засобом, що відіграє ключову роль у формуванні емоційної сфери дитини та становленні її ціннісних орієнтирів. Завдяки простоті форми, образності, повторюваності та м'якій ритміці, фольклорні твори легко сприймаються дошкільниками і молодшими школярами, викликаючи у них

яскраві емоції, почуття безпеки, довіри, радості та гордості за належність до свого народу.

Засвоєння моральних ідеалів через фольклорні жанри відбувається природно і ненав'язливо. Діти переживають історії разом із персонажами, співпереживають добру і справедливості, засуджують хитрість, зраду, жорстокість. Такий досвід створює емоційно насичену основу для майбутнього морального вибору та поведінки.

За словами Л. С. Виготського, мистецтво (а фольклор — одна з його форм) виступає могутнім засобом впливу на емоційний стан дитини, допомагає їй усвідомити власні переживання, створює умови для емоційного самовираження. Фольклорна творчість, зокрема, допомагає впорядковувати емоції, знижує тривожність і сприяє формуванню емоційної стійкості, що є особливо актуальним у воєнний час [6].

Крім того, фольклорна традиція формує в дітей цінності, що мають національне й універсальне значення: любов до рідної землі, повагу до старших, щедрість, працьовитість, сміливість, доброзичливість. Ці ідеали з покоління в покоління передаються через колискові пісні, казки, родинні оповідки — вони пронизані глибокою вірою в добро і силу правди.

Фольклор також сприяє розвитку емпатії — дитина вчиться розуміти емоції інших, співпереживати, відчувати чужий біль. Цей досвід закладає основи соціального мислення і моральної зрілості. Крім того, участь у фольклорних іграх і співі об'єднує дітей і дорослих, що посилює відчуття спільності, підтримки та довіри.

Таким чином, художнє слово є не лише засобом мовленнєвого розвитку, а й інструментом формування емоційного інтелекту, моральних орієнтирів і національної ідентичності дитини. Його вплив залежить від вікових особливостей сприймання, контексту спілкування, а також щирості емоцій дорослого, що доносить це слово до дитини. Народна поетична творчість стає своєрідним інструментом емоційної терапії та виховання, що дозволяє дитині

почуватися стабільно, безпечно та повноцінно — навіть у тривожному, кризовому соціальному середовищі.

1.2. Фольклор як інструмент патріотичного та емоційного виховання

Фольклор є глибинним джерелом національної пам'яті, носієм ментальних кодів народу та дієвим інструментом передачі ціннісних орієнтирів з покоління в покоління. У контексті сучасних викликів — війни, вимушеного переселення, втрати стабільності — фольклор набуває нової значущості, виступаючи каналом емоційної стабілізації дитини та формування її патріотичної позиції.

Емоційна функція фольклору в тому, що він забезпечує дитині знайоме, передбачуване середовище через повторювані ритмічні структури, образи та смисли. Це сприяє формуванню базового емоційного комфорту та безпеки, що є фундаментом для подальшого психоемоційного розвитку. Колискові, забавлянки, пісні, вірші — усі ці жанри наповнені м'якою інтонацією, образами матері, дому, природи, рідної мови, що допомагає дитині стабілізувати внутрішній стан.

Особливу роль у цьому контексті відіграє материнська пісня — колискова, яка передає не лише любов, а й архетипну силу роду, народу, зв'язок поколінь. Як зазначає Т. Конончук, через колискову дитина засвоює не лише мовні конструкції, а й інтуїтивне відчуття своєї приналежності до Батьківщини, до певної культури, що формує основи емоційної ідентичності [17].

Патріотизм у фольклорі — це не абстрактне поняття, а конкретні дії, герої, символи. Це образ козака — мужнього, справедливого, рішучого; це уособлення рідної землі через метафори (калина, верба, лелека, степ); це героїні-матері, які виховують синів-захисників, і дівчата, які чекають на воїнів з поля бою.

Так, пісня «Гей, в лузі червона калина» стала символом боротьби українців за незалежність. Створена Степаном Чарнецьким та Григорієм Трухом нова патріотична пісня стала гімном січових стрільців. В роки Першої світової війни 1914-1918 років вона розлетілася по всій Західній Україні. Певна річ, що в роки

панування комуністичного тоталітарного режиму в Україні «бандерівський гімн», як і все те, що будило в українцях національну свідомість, був під суворою заборобою. Проте в роки незалежності «Червона калина» повноголосо залунала по всій Україні. Вельми знаменним видається той факт, що саме вона була тією першою піснею, якою українці привітали народження своєї держави. 24 серпня 1991 року, ухваливши Акт проголошення незалежності України, депутати Верховної Ради заспівали гімн Українських січових стрільців. Пісня відображає силу духу, прагнення до волі, єдність та мужність. Завдяки таким пісням діти з раннього віку вбирають у себе патріотичні настрої, які згодом стають основою для їхнього ставлення до Батьківщини [38].

Прислів'я та приказки – це короткі влучні вислови, що в художній формі типізують різні явища життя. Це своєрідний збірник правил, якими людина повинна керуватись у повсякденному житті [37].

Козацькі прислів'я та приказки, зокрема: «Козак добрий, та вороги не хвалять», «Козак не боїться ні тучі, ні грому», «Козак сам не їсть, а коня нагодує», «Поки Дніпро пливе — Україна не вмере», не лише збагачують словниковий запас, формують образне мислення, розвивають мовлення, але допомагають краще зрозуміти традиції, історію, побут і культуру свого народу, виховують почуття гордості за свій народ, формують національну ідентичність. Через прислів'я та приказки діти навчаються цінувати правду, бути сміливими, дбайливими, справедливими та відповідальними. Вони передають глибокі смисли в простій формі, тому є незамінним інструментом у вихованні.

«Казка про козака і гадюку-царівну» сприяє патріотичному вихованню дітей, адже через образ головного героя – відважного козака – передаються такі цінності, як мужність, вірність рідній землі, прагнення до свободи. У сюжеті козак чинить опір спокусі та злу, обираючи шлях гідності й людяності, що формує у дітей уявлення про справжнього захисника Батьківщини. Протистояння з чарівною гадюкою символізує боротьбу зі злом і загрозами, а вибір козака залишитися вірним собі й своєму народові є важливим прикладом духовної сили та національної самосвідомості.

Патріотичне виховання здійснюється через фольклорні образи. Казкові й пісенні сюжети, де добро асоціюється з рідною землею, родиною, а зло — з нападниками, загарбниками, допомагають дитині інтуїтивно відчувати межу між «своїм» і «чужим», а також розуміти необхідність захисту своєї домівки. Через це формується емоційна готовність дбати, берегти, захищати — тобто основа громадянської позиції.

У багатьох українських народних піснях і думах темою єдності народу є основною. Образи козаків, які об'єднуються для боротьби з ворогами, являються символом згуртованості і сили. У піснях таких як «Ой на горі та й жінці жнуть» відображена ідея того, що тільки разом, через єдність, народ може подолати будь-які труднощі [10].

Народні пісні, казки та думи про козаків, які борються за волю, є дуже важливими для виховання у дітей почуття свободи та незалежності. Наприклад, пісня «Їхали козаченьки...» не лише змальовує відвагу козаків, а й передає глибокі моральні цінності — вірність, повагу та любов. У ній звучить образ дівчини, яка з надією чекає на повернення коханого з походу, що вчить молодших слухачів відданості та щирих почуттів. Також простежується шанобливе ставлення до батьків, до родини, що формує в дітей розуміння важливості сімейних зв'язків, вдячності й турботи. Пісня сприяє вихованню морально-патріотичних якостей, закладає у свідомість цінність вірності, любові й родинної підтримки.

Фольклор вчить дітей розуміти важливість захисту своєї Батьківщини. Народні казки і пісні, де герої виступають на захист рідної землі, створюють в дитини відчуття обов'язку перед своєю країною. Так, у піснях про відважних козаків, які борються за свою землю, уявлення про героїчний захист рідної землі передається через образи козацької звитяги і відваги [40].

Умови війни і тривожного соціального фону потребують від суспільства створення додаткових опор для дитини. Однією з таких опор є національна ідентичність, яка через фольклор набуває відчутної, "живої" форми. Завдяки знайомству з українськими піснями, казками, прислів'ями дитина починає

розуміти, хто вона, до якого народу належить, якою мовою говорить її родина, у що вірили її предки.

Фольклор виконує тут інтегративну функцію — поєднує емоційне (любов, захоплення, гордість) і когнітивне (знання про народну культуру, традиції, героїв), формуючи цілісну картину світу дитини, де "я" пов'язане з "ми", а особисте має зв'язок із національним.

Сьогодні дедалі більше педагогів, психологів і батьків звертаються до фольклору як до ресурсу, що дозволяє не тільки зберігати культуру, а й підтримувати дітей у кризовий період. Під час освітнього процесу можна інтегрувати народні казки, пісні, ігри у щоденні заняття: організовувати фольклорні ранки, інсценізації казок, музичні хвилинки з колисковими, проводити конкурси скоромовок чи лексичних народних перлин.

Такий підхід дозволяє не лише покращити мовленнєві навички дітей, а й м'яко, ненав'язливо впливати на їхній ціннісний світ, розвивати емоційний інтелект, підтримувати психологічну стійкість, надаючи сенс того, що відбувається довкола.

Отже, фольклор є надзвичайно важливим елементом патріотичного і емоційного виховання, оскільки в ньому поєднуються народна мудрість, моральні орієнтири та виразний патріотичний підтекст. Через українські колискові пісні, казки та скоромовки діти не лише розвивають мовні навички, а й формують у собі глибокі почуття любові до рідної землі, національної гордості, єдності і готовності захищати свою країну. Особливо в умовах війни, коли питання національної ідентичності та патріотизму стають ще більш актуальними, фольклор здатен стати ефективним інструментом для формування цих важливих цінностей у дітей.

1.3. Значущість забавлянок для дітей дошкільного і молодшого шкільного віку

Фольклор відіграє надзвичайно важливу роль у психоемоційному та мовленнєвому розвитку дітей. Однією з найдавніших і водночас актуальних форм дитячого фольклору є забавлянки — короткі ритмізовані тексти, які використовуються для встановлення емоційного контакту, регуляції поведінки дитини, розвитку мовлення та координації рухів. Їх значущість змінюється залежно від вікових особливостей дитини, зокрема дошкільного та молодшого шкільного періодів.

У дошкільному віці забавлянки мають першочергове значення як засіб пізнання світу через гру. Вони активізують мовленнєву активність, сприяють формуванню звукової культури мовлення, розвитку дрібної моторики, а також формують первинні уявлення про соціальні ролі та взаємодію. Як зазначає Гавриш [7], фольклорні тексти, серед яких забавлянки, забезпечують зв'язок між емоційним і когнітивним розвитком дитини, створюючи умови для цілісного формування особистості. Завдяки багатій метафориці, ритму, інтонації та повторюваним структурам забавлянки сприяють активізації мовного апарату дитини, розвитку фонематичного слуху, інтонаційної виразності, пам'яті, логіко-асоціативного мислення. О. В. Безкоровайна підкреслює, що мовленнєвий розвиток у дошкільному віці неможливий без залучення до усної народної творчості, зокрема до забавлянок, які діють як мовні тренажери [1].

Забавлянки мають заспокійливий ефект і слугують засобом регулювання емоційної напруги. Вони включають тіло, голос і ритм, що дозволяє дитині відчувати себе в безпечному просторі. Як підкреслює М. Монтессорі, ритмічність і повторюваність дій допомагають дитині структурувати внутрішній світ [51]. Через забавлянки дитина вступає у взаємодію з дорослим, вчиться виражати емоції, розуміти наміри іншого — що є основою соціально-емоційної компетентності.

Фольклорна поетичність і образність забавлянок стимулюють розвиток уяви. Дошкільник легко ототожнюється з персонажами, емоційно включається в дію, уявляє ситуації, які розігруються у віршах, що згодом стає базою для ігрової і сюжетно-рольової діяльності.

Оскільки провідною діяльністю дошкільника є гра, забавлянка органічно поєднує елементи гри, мовлення та руху, стимулюючи розвиток базових психічних процесів — уваги, пам'яті, уяви.

Забавлянки в цьому віці також виконують функцію невербальної підтримки: вони допомагають дитині пережити дискомфорт (наприклад, під час гігієнічних процедур), знижують тривожність, укріплюють емоційний зв'язок із дорослим. Їх ритм і повторюваність заспокоюють дитину, а жестова складова допомагає збагачувати невербальну комунікацію.

У молодшому шкільному віці забавлянки зберігають свою значущість, але трансформуються відповідно до змін у провідній діяльності, яка переходить до навчальної. Вони продовжують слугувати емоційним регулятором і водночас стають інструментом навчання та соціалізації.

1. Навчальна функція. Забавлянки сприяють зниженню тривожності під час уроків, формують позитивну мотивацію до навчання. Ритмічна структура текстів активізує мовлення, розвиває слухову пам'ять, концентрацію, що є важливим для успішного опанування письма, читання та математики [18].

2. Функція відновлення. У ході коротких перерв забавлянки в поєднанні з рухами знімають м'язову напругу, активізують мозкову діяльність і сприяють кращому засвоєнню матеріалу. Вони виконують функцію «перемикавання» з одного виду діяльності на інший.

3. Формування ритуалів. Забавлянки можуть бути використані як елементи навчальних ритуалів — на початку або в кінці уроку. Це допомагає дітям швидше адаптуватися до шкільного середовища, структурувати свій час, зосереджуватися без додаткового напруження [14].

4. Розвиток емоційної сфери. Завдяки інтонаційній, ритмічній та образній структурі, забавлянки сприяють розвитку емоційного інтелекту, формуванню навичок саморегуляції та збереженню позитивного фону в класі [42].

5. Колективна взаємодія. Спільне виконання забавлянок формує навички співпраці, взаємопідтримки та взаємної уваги — ключові компоненти соціальної адаптації дитини у шкільному середовищі.

Отже, забавлянки є універсальним психолого-педагогічним інструментом, що сприяє гармонійному розвитку дитини як у дошкільному, так і в молодшому шкільному віці. Вони поєднують гру, мовлення, ритм та емоційне спілкування, допомагаючи формувати стійкість до стресу, адаптивність до нових умов та соціальну компетентність. Використання забавлянок у виховному й навчальному процесі є ефективним способом підтримання психічного здоров'я дітей та стимулювання їх пізнавальної активності.

2. Вплив війни на дітей: основні психологічні наслідки

Повномасштабне вторгнення Росії в Україну докорінно змінило життя всього населення. Багато дітей стали свідками або жертвами важких психотравмівних подій — таких як фізичне, сексуальне чи психологічне насильство — або втратили близьких, які загинули на фронті чи під обстрілами. Значна кількість дітей змушена була покинути свої домівки, ставши внутрішньо переміщеними особами. Вони зазнали додаткових психологічних потрясінь через раптову зміну середовища, втрату звичного способу життя, друзів, нестачу підтримки з боку значущих дорослих та труднощі в навчанні.

Психологічна травма виникає в дітей не лише через самі ракетні обстріли чи бомбардування, а й через постійне очікування загрози — як для себе, так і для близьких. Тривале перебування в укриттях також має негативний вплив. До того ж, психічне виснаження й травматизація дорослих, спричинені війною, часто передаються дітям, викликаючи в них вторинну травму. Усі ці чинники надмірно навантажують дитячу психіку.

Війна суттєво змінила формат освітнього процесу — багато дітей перейшли на дистанційне навчання. У цих нових умовах, зумовлених воєнним станом, учні стикаються з численними труднощами, які не кожен здатен

подолати через свої індивідуальні психологічні та інтелектуальні особливості. Це часто призводить до шкільного стресу, що, у свою чергу, посилює загальну тривожність дитини.

Водночас педагоги зіштовхуються зі зростанням кількості професійних викликів. Ефективне реагування на них вимагає спеціальних знань і навичок щодо роботи з дітьми, які пережили травматичні події, а також уміння зменшувати вплив негативних наслідків війни на психіку учнів. Хочемо зазначити деякі особливості російсько-української війни, які значно посилюють її руйнівний вплив. У цій війні психологічні травми, які отримують і дорослі, і діти, посилюються відчуттям спільної небезпеки фізичного знищення нашого народу і будь-кого, як представника цього народу. Тобто всі українці на своїй землі перебувають під геноцидним тиском. Психологічні наслідки цього тиску ще не досліджені.

У нинішній війні значно посилилася стресогенність такого чинника, як інформація. І діти, і дорослі постійно перебувають під впливом часто дуже нелегкої для опрацювання інформації, яка робить свій внесок у перенапруження психіки.

Під час війни багато дітей отримують комплексні або повторювані психологічні травми. Ми знаємо, що навіть одна травмівна подія може спричинити руйнівні наслідки для особистості [9; 11; 46; 54]. Рівень психічного неблагополуччя, що виникає внаслідок тривалих та повторюваних травматичних досвідів, є особливо високим і викликає серйозне занепокоєння.

Війна, як екстремальна та надзвичайна ситуація, чинить вплив на всі аспекти життя дитини: міжособистісні стосунки, освітній процес, сприйняття навколишнього світу, ставлення до себе та емоційний стан [9; 28; 46; 48; 53].

На жаль, повномасштабна війна стала новою реальністю нашого сьогодення — реальністю, яка докорінно змінила кожного, зокрема й наших дітей, вплинувши на їхній психоемоційний стан, розвиток і сприйняття світу.

Результати досліджень, проведених останнім часом в Україні, свідчать про те, що найбільш розповсюдженими негативними наслідками травмівного

досвіду широкомасштабної війни у наших дітей (досліджувані – діти вимушених переселенців та діти, які не покидали Київ) є підвищена (чи висока) тривожність, емоційна напруженість, падіння рівня активності, знижений настрій, невпевненість у собі, проблеми в комунікативній сфері [33; 41; 48; 49].

Такі особливості загального психологічного стану дітей, емоційної та комунікативної сфер спричинює досвід переживання сильного емоційного хвилювання, тривоги у зв'язку з реальними загрозами (зокрема власному життю і життю близьких), який накопичується внаслідок довгого перебування в несприятливій ситуації. Ці переживання негативно впливають на дитячу психіку.

Обстеження певних груп дітей-вимушених переселенців виявило у більшості із них проблеми соціалізації, труднощі у спілкуванні, підвищену тривожність і емоційну напруженість, основною причиною яких є відсутність задоволення багатьох значущих потреб, зокрема потреби у безпеці й афіліативної потреби [32; 33; 49].

Із війною посилилася проблема негативних наслідків надмірного залучення дітей до цифрового світу [31; 33; 48]. Вплив стресорів війни, вимушеного переселення, дистанційного навчання та пов'язане з цим зменшення кола спілкування призвели до ще більшого домінування інтернет-орієнтованої діяльності (ігрової, пошукової, спілкування в соціальних мережах, розваги та ін.) над навчальною, пізнавальною, трудовою, мовною та іншими діяльностями. Надмірне перебування у віртуальному просторі та переважне спілкування у соціальних мережах призводить до порушення системи соціальних стосунків, відриву від реального життя, до небажання вчитися і, відповідно, до соціальної дезадаптації дитини.

Педагогічні працівники дошкільних навчальних закладів і початкової школи спостерігали майже у всіх дітей типові емоційні та поведінкові прояви тривожності (дратівливість; неспокій; постійне відчуття небезпеки; почуття страху; напруженість; нетерплячість; проблеми з концентрацією уваги; підвищена втомлюваність та ін.) [8; 25]. Нагадаємо про небезпечні наслідки цих проявів: закріплюючись кожного дня в певних патернах поведінки, із

епізодичних вони можуть перерости у психічні розлади [28; 33; 34; 53]. Батьки найбільше нарікають на те, що їхнім дітям стало важко зосереджуватися (аж до нездатності до зосередження); вони швидко втомлюються; різко падає працездатність наприкінці дня; зросли труднощі у спілкуванні та розумінні; є проблеми із засинанням; з'явилися проблеми з фізичним здоров'ям.

Дослідження проявів адаптаційних розладів, які виникли під час війни в українських підлітків, зафіксувало тривожні факти: навіть діти, які перебувають у відносно безпечних умовах на території України, демонструють значні стресові реакції; їхня резильєнтність балансує в межах пригнічення чи збільшення, частина підлітків переживає почуття безсилля на тлі хронічної втоми [41; 52]. Найбільш розповсюдженим емоційним станом, що супроводжує навчання більшості підлітків (зокрема і тих, хто перебуває за кордоном), є переживання втоми, яка, очевидно, зумовлена тим комплексом чинників, які принесла війна. А домінування стану втоми у поєднанні з потужними стресовими ситуаціями, ускладненням навчання може стати підґрунтям для адаптаційних розладів [41].

Спостереження за дітьми, які бачили жахи війни (переселенці із Харківської області), зафіксувало у них більше проявів тривожності й астеничного стану (стану нервового виснаження), ніж у дітей, яких вдалося швидко евакуювати з небезпечних місць. За астеничного стану різко підвищується фізична й інтелектуальна втомлюваність, знижуються працездатність і продуктивність діяльності; погіршуються пам'ять, увага; з'являється дратівливість [30].

Виявлені в наведених вище дослідженнях особливості загального психологічного і фізичного стану дітей, їхньої емоційної сфери і сфери спілкування (які значно зменшують адаптивні здатності), можуть бути результатом довгого перебування в несприятливій ситуації. Загалом ці виявлені особливості дають уявлення про ступінь виснаження дитячої психіки в умовах воєнного стану.

Навіть цей невеликий огляд впливу стресових чинників війни на психіку дітей переконливо доводить те, що подолання негативних психологічних

наслідків війни, недопущення розвитку найнебезпечніших із них стає найактуальнішим завданням для фахівців, які працюють із українською молоддю та дітьми. Психолого-педагогічної підтримки потребує значна частина дітей. Адже висока стресогенність подій війни, різного роду проблеми, з якими стикнулися діти із-за різких і серйозних змін у їхньому житті, у сукупності значно підвищують ризик виникнення адаптаційних розладів.

2.1. Роль фольклору як ресурсу стабілізації емоційного стану дітей у період війни

Фольклор відіграє важливу роль у підтримці психоемоційного стану дитини, особливо в умовах війни, коли базові відчуття безпеки, стабільності та довіри до світу можуть бути серйозно порушені. Традиційна народна творчість, яка передається з покоління в покоління, має потужний потенціал для стабілізації емоцій, зниження тривожності та формування внутрішніх опор. Через знайомі образи, ритми та смисли фольклор надає дитині відчуття зв'язку з рідною культурою, підтримує національну ідентичність та створює відчуття приналежності до чогось більшого, стійкого і захищеного [15].

Одним із найефективніших фольклорних жанрів для емоційного заспокоєння є колискові пісні. Їхній м'який ритм, повторюваність, лагідна мелодика та слова, що передають турботу й любов, діють як засіб саморегуляції. У процесі прослуховування або співу таких пісень дитина знижує емоційне напруження, входить у стан спокою та безпеки. Наукові дослідження підтверджують, що колискові мають не лише естетичну, а й психотерапевтичну функцію — сприяють нормалізації сну, стабілізації дихання, зменшенню рівня тривожності [17; 23].

Казки — ще один жанр, який має глибокий вплив на дитячу психіку. Вони допомагають дитині символічно перероблювати страхи, конфлікти, розлуку та інші складні переживання, пропонуючи безпечний спосіб контакту з травматичними темами. Архетипічні образи героїв, боротьба добра зі злом,

щасливе завершення — все це створює простір для емоційного опрацювання досвіду, з яким дитина інакше не змогла би впоратися [14; 22].

Народні ігри, які мають чітку структуру, передбачуваність і взаємодію з іншими, допомагають дітям знімати емоційне напруження через рух, тілесність та спілкування. Особливо цінними є ті ігри, в яких присутній елемент ритуалу, рольові дії та повторення знайомих фраз, що дають змогу дитині відчувати себе у безпечному середовищі [45]. Водночас такі ігри сприяють розвитку емпатії, соціальних навичок і довіри до інших людей.

Не менш важливу роль відіграють прислів'я, загадки, лічилки та скоромовки. Ці короткі, але змістовні тексти сприяють розвитку мовлення, уваги, пам'яті, а також стимулюють креативність. Їхнє звучання часто має ритмічну, повторювану структуру, що також діє заспокійливо. Особливо цінним є те, що ці тексти несуть у собі життєствердні смисли, моральні настанови, а іноді й гумор, який є ефективним механізмом психологічного захисту [26].

Усі зазначені жанри фольклору працюють як ресурси стабілізації через кілька механізмів:

- емоційна резонансність (дитина відчуває, що її переживання не є унікальними, а відлунюють у культурі);
- структурованість (повторюваність і передбачуваність знижують тривожність);
- символічне опрацювання досвіду (казки й образи дають змогу опосередковано говорити про травму);
- підтримка ідентичності (через мову, національні образи й символи);
- залучення дорослого (спільне читання, спів, гра формують безпечну прив'язаність).

Отже, у контексті війни й післявоєнного відновлення фольклор може і має бути використаний як інструмент емоційної підтримки дітей. Він здатен стати тим містком, що поєднує минуле з майбутнім, особисте з колективним, тривогу — з надією.

3. Форми і методи роботи з дітьми дошкільного і молодшого шкільного віку засобами фольклору

Український фольклор є важливою складовою національної культури та виступає потужним засобом психолого-педагогічного впливу на розвиток дитини. Його жанри — колискові, забавлянки, пестушки, примовки, лічилки, загадки, дражнилки та інші — несуть у собі не лише естетичну, а й виховну, пізнавальну і терапевтичну функції [7; 19].

У дошкільному віці діти особливо сприйнятливі до ритму, мелодики, образності мовлення, що робить фольклор ефективним засобом розвитку мовлення, емоційної сфери, соціальних навичок. Наприклад, колискові пісні не лише заспокоюють, а й сприяють формуванню емоційного зв'язку з дорослим, а також збагачують словниковий запас дитини [24]. Уже з перших місяців життя дитина чує народні колискові пісні. Їхні мелодії заспокоюють, сприяють емоційному комфорту, а слова — збагачують словниковий запас лагідною, образною лексиною. Колискові використовуються не лише вдома, але й у дитячих садках: на музичних заняттях, у рольових іграх («Покладемо ляльку спати»), під час тематичних вечорів («Колісковий віночок»).

Забавлянки, дражнилки та лічилки слугують першими іграми у вербальній взаємодії. Вони розвивають дрібну моторику, мовлення, увагу та пам'ять. Їх використання в індивідуальній і груповій роботі допомагає формувати у дітей відчуття ритму, чергування дії, соціального контакту [20]. Наприклад, гра з пальчиками під віршик «Ладусі-ладусі» сприяє сенсорному розвитку, а забавлянка «Кую, кую чобіток» знайомить дитину з елементами трудових процесів.

Заклички та примовки вводять дітей у світ природи. Це короткі звертання до сонця, дощу, вітру, тварин і птахів. Їх можна використовувати під час прогулянок, бесід про природу, театралізованих виступів.

Форми роботи з фольклором варіюються залежно від вікових особливостей:

- Індивідуальні та групові ігри з пестушками, забавлянками — ефективні у роботі з дітьми раннього та молодшого дошкільного віку.
- Інсценізації та театралізовані постановки.

Казки та легенди, як архетипні наративи, дають дитині можливість осмислювати моральні дилеми, моделювати поведінку в уявній ситуації, виявляти емпатію до персонажів. Театралізована діяльність дозволяє трансформувати внутрішні переживання в зовнішню дію, що є важливим для психологічного розвитку [2]. У дошкільному віці це можуть бути прості інсценізації з елементами рухової активності, а в молодшому шкільному віці — повноцінні вистави з розподілом ролей, що розвивають навички комунікації, саморегуляції й співпереживання.

- Прослуховування і вивчення фольклорних текстів . У дошкільному віці дитина найбільш чутлива до ритму, рими та мелодики мовлення. Саме тому фольклорні жанри — колискові, лічилки, дражнилки, загадки, пісеньки — стають ефективними засобами мовленнєвого й емоційного розвитку [7].
- У молодшому шкільному віці такі форми допомагають закріплювати мовні норми, збагачувати словниковий запас і стимулювати інтерес до національної культури. Як зазначає В.Панок, римована структура народних текстів підсилює запам'ятовування та розвиває слухову увагу і мовленнєву пам'ять [24].
- Творчі майстерні (малювання, створення віршів, казок, аплікацій). Метод творчих майстерень передбачає активну взаємодію з фольклорним матеріалом шляхом його переосмислення і перетворення. Діти створюють власні віршики, казки, ілюстрації, аплікації або ляльки-мотанки, що формує креативність, символічне мислення, зміцнює національну самоідентичність [19]. Як підкреслює Леонтьєв [20], творча діяльність у дитячому віці є механізмом самовираження та психічної інтеграції. Особливо ефективною є організація тематичних вечорів, свят, ігор за мотивами фольклору, що включають елементи костюму, музики, руху, взаємодії. У таких заходах діти засвоюють морально-етичні норми, національні цінності, виявляють ініціативу, вчаться діяти в колективі.

Таким чином, фольклор — це не лише засіб збереження культурної спадщини, а й потужний ресурс для гармонійного розвитку дитини в різних сферах: когнітивній, емоційній, соціальній і моральній. Фольклор у роботі з дітьми дошкільного та молодшого шкільного віку виступає універсальним педагогічним інструментом. Його застосування сприяє емоційному розкриттю, збагаченню мовлення, формуванню соціальних навичок і національної ідентичності. Завдяки своїй природній ігровій формі та емоційній насиченості фольклор є доступним і ефективним засобом всебічного розвитку дитини.

4. Рекомендації для педагогів та батьків

Використання фольклору у повсякденному житті дитини — це не лише шлях до збагачення її уяви та мовлення, а й потужний інструмент для створення емоційної безпеки та формування довірливих стосунків. В умовах війни чи нестабільності спільне звернення до фольклорної спадщини сприяє заспокоєнню, об'єднанню родини й збереженню культурної спадщини.

Інтеграція фольклору в повсякденне спілкування.

Фольклорні елементи — пісеньки, віршики, загадки, прислів'я, лічилки — можуть природно вплітатися у щоденне спілкування з дитиною. Наприклад, вранці можна привітати дитину веселою пісенькою, під час прогулянки разом придумати загадки про навколишні предмети, а ввечері — заспівати колискову. Такі дії створюють передбачувані ритуали, що знижують рівень тривоги та підтримують емоційну стабільність.

Рекомендуємо як педагогам, так й батькам:

- використовувати фольклор у грі: включати народні ігри з піснями та рухами;
- коментувати звичні побутові ситуації віршованими прислів'ями чи жартами;
- заохочувати дитину вигадувати власні казки чи пісеньки на основі народних сюжетів.

Спільне читання, співи, обговорення змісту творів.

Однією з найефективніших форм використання фольклору є спільна творча діяльність. Спільне читання казок, спів колискових чи народних пісень, обговорення змісту притч і легенд — це не лише освітній процес, а й емоційна взаємодія, яка зміцнює зв'язок між дорослим і дитиною.

Для спільної діяльності з дитиною:

- обирайте твори, близькі за змістом до емоційного стану дитини (наприклад, казки про сміливість, якщо дитина відчуває страх);
- ставте відкриті запитання після читання: «Як ти думаєш, чому герой вчинив саме так?», «Що б ти зробив на його місці?»;
- співайте разом пісні, навіть якщо немає вокальних навичок — для дитини важливий сам процес, не ідеальне виконання.

Формування довірливих стосунків на основі спільного культурного досвіду.

Фольклор — це носій колективної пам'яті, моральних цінностей і життєвих уроків. Через нього дитина отримує підтвердження, що вона є частиною спільноти, що її історія, мова, традиції — значущі та гідні збереження. У спільному досвіді пізнання фольклору створюється міст довіри між поколіннями: «Ми разом знаємо ці пісні, читаємо ці казки, і це — наше».

Для побудови таких зв'язків:

- розповідайте дитині фольклорні історії, які вам розповідали у дитинстві;
- влаштовуйте вечори народної творчості: читання, малювання за мотивами казок, перегляд мультфільмів за народними сюжетами;
- залучайте до цього процесу бабусь, дідусів, інших членів родини — це посилює міжпоколіннєву підтримку.

Дуже важливо - не перетворювати фольклор на «урок». Його сила — в емоційності, спонтанності та близькості. Важливо, щоб дитина не просто чула, а відчувала, що це — частина її життя, її історії, її мови.

5. Освітня програма «Забавлянки на долонях»

для дітей раннього та молодшого дошкільного віку, у початковій школі — у вигляді окремих інтегрованих елементів.

Актуальність програми

Фольклор — це унікальна форма мистецтва, яка містить у собі величезний виховний, пізнавальний та естетичний потенціал. З огляду на значущість народної творчості в національно-патріотичному, мовному, емоційному та духовному вихованні дитини, доцільним є включення елементів української народної культури пестування (забавлянки, колискові, утішки, пальчикові ігри) до варіативної складової освітнього процесу в дошкільних закладах у форматі гурткової роботи. У початковій школі ці елементи можуть застосовуватися як інтегровані компоненти навчально-виховної діяльності.

Мета програми

Формування в дітей інтересу до українського фольклору як до джерела народної мудрості та краси; виховання емоційної чуйності, поваги до традицій рідного народу, розвиток мовленнєвих, комунікативних, музично-рухових і соціальних навичок через знайомство з малими жанрами усної народної творчості.

Завдання програми

- Ознайомлення з жанрами українського фольклору: забавлянками, колисковими, утішками, закличками тощо.
- Формування навичок відтворення змісту фольклорних творів у діалогічно-ігровій формі з використанням міміки, жестів і рухів.
- Розвиток пізнавальних психічних процесів (уваги, пам'яті, уяви).
- Збагачення словникового запасу, активізація мовленнєвої активності.
- Формування навичок колективної творчої взаємодії.
- Розвиток почуття ритму, образного мислення, естетичного смаку.
- Гармонізація психоемоційного стану.
- Удосконалення дрібної моторики.
- Виховання любові до родини, природи, живого світу.

- Формування духовних цінностей та основ світогляду.

Формат реалізації програми

Заняття проводяться з дітьми раннього та молодшого дошкільного віку з вересня по квітень, двічі на тиждень, тривалістю по 15 хвилин.

Загальна кількість занять: 36.

Загальна кількість годин: 9.

Очікувані результати

- Діти знатимуть та впізнаватимуть основні жанри усної народної творчості.
- Здатні ініціювати й підтримувати ігрову взаємодію, брати участь у фольклорних інсценізаціях.
- Розвинені навички мовлення, рухової координації, соціальної взаємодії.
- Формується позитивна Я-концепція, пов'язана з відчуттям приналежності до рідної культури.
- Зростає емоційна рівноваженість і здатність до самовираження.

5.1. Структура гурткових занять

Програма реалізується у формі тематичних блоків, які систематизують зміст і забезпечують поступовість засвоєння матеріалу. Загальна кількість блоків — 9, при цьому кожен блок розрахований на чотири заняття, що відповідає одному календарному місяцю.

Кожен тематичний блок включає:

- одну забавлянку;
- чотири-п'ять пальчикових ігор;
- пісеньку-масажик;
- віршовану руханку.

Зміст кожного блоку спрямований на формування первинних уявлень про:

- будову власного тіла;
- елементи родинного побуту;
- життя тварин;

- сезонні зміни у природі.

Організація засвоєння матеріалу протягом місяця:

- 1–2 тиждень — ознайомлення з забавлялкою і пальчиковими іграми;
- 3 тиждень — практикування пісеньки-масажа;
- 4 тиждень — освоєння віршованої руханки, повторення вивченого матеріалу.

Методика проведення занять:

- Всі вправи виконуються повільно, з повторенням 3–5 разів: спочатку однією рукою, потім — іншою, і на завершення — обома одночасно.
- Педагог приділяє особливу увагу правильній поставі кисті, точності рухів та плавності переходів між ними.
- Інструкції мають бути доброзичливими, спокійними, чіткими; міміка педагога — виразною та підтримуючою.
- Кожне заняття містить **ритуали початку та завершення**, що сприяє створенню стабільного емоційного фону та ритуалізованої структури навчання.

Перед початком виконання вправи педагог коротко обговорює її зміст із дитиною, одночасно демонструючи рухи та жести, що сприяє кращому емоційному налаштуванню та полегшує засвоєння.

Педагог обов'язково виконує вправи разом із дітьми, демонструючи захоплення грою. У ході повторень діти поступово починають відтворювати текст — спочатку частинами, а згодом — повністю, узгоджуючи мовлення з рухами. Освоєні вправи згодом замінюються новими.

Види діяльності в межах гурткових занять:

1. Інформативно-рецептивні форми — словесні, наочні, практичні ігрові вправи.
2. Репродуктивні форми — засвоєння та повторення ігор.
3. Пошукові форми — творчі завдання та групові форми роботи, спрямовані на розвиток уяви та мовлення.

Очікувані результати реалізації програми:

- покращення фонематичного слуху: розрізнення схожих за звучанням звуків, розвиток ритмічності, плавності та інтонаційної виразності мовлення;
- розширення активного словника;
- розвиток емоційного інтелекту: здатність до співпереживання персонажам творів, вміння узгоджувати мовлення з мімікою і жестами;
- формування навички декламування забавлянок, колискових із супроводом відповідних рухів;
- позитивна динаміка в комунікації з однолітками та дорослими;
- зміцнення кістково-м'язової системи, розвиток спритності, координації рухів;
- загальне підвищення мовленнєвої активності.

Підсумком реалізації програми є створення стійкої мотивації до мовленнєвої та рухової активності, розвиток творчих здібностей і формування позитивного емоційного фону у дітей дошкільного віку.

5.2. Навчальний план занять

№ Блоку	Тема заняття	Кількість годин	Кількість занять
1.	Забавлянка «Сонечко, сонечко» Пальчикова гра «Гулі,гулі» Пальчикова гра «Окуляри баби Галі» Пальчикова гра «Кую, кую чобіток» Пальчикова гра «Малесенькі ніжки» Пальчикова гра «Заєць косив» Пісенька- масажик «Два півники» Віршована руханка «Ми лісочком йшли»	1	4
2.	Забавлянка «Молодці» Пальчикова гра «Мию руки» Пальчикова гра «Їжачок» Пальчикова гра «Спечем хлібчик» Пальчикова гра «Летіла бджола» Коліскова «Котику сіренький» Пісенька- масажик «Кра, ворона, кра» Віршована руханка «Трава - низенька-низенька»	1	4

3.	Забавлянка «Коза» Пальчикова гра «Чопулята» Пальчикова гра «Іди, іди, дощику» Пальчикова гра «Черепаха» Пальчикова гра «Ворона» Пісенька- масажик «Коточку, де ти був?» Віршована руханка «Поїзд наш поїхав далі»	1	4
4.	Забавлянка «Мишка» Пальчикова гра «Сорока-білобока» Пальчикова гра «Борщик» Пальчикова гра «Курочка» Пальчикова гра «Зустріч» Пісенька- масажик «Ладки, ладоньки, ладусі» Колядка «Коляд, колядниця» Віршована руханка «Виринай-но, рибко, близько!»	1	4
5.	Забавлянка «Мак» Пальчикова гра «Зайчик взимку» Пальчикова гра «Котик і мишка» Пальчикова гра «Наші пальчики ідуть» Пальчикова гра «Зайчик-пострибайчик» Пісенька- гойдалка «Гойда, гойдаша» Віршована руханка «Гноми зранку в ліс пішли»	1	4
6.	Забавлянка «Млинці» Пальчикова гра «Пальчику, пальчику, де ти бував?» Пісенька- масажик «Ой чук-чуки» Пальчикова гра «Без рушника» Пальчикова гра «Нічна квітка» Пальчикова гра «Млинці» Пісенька- масажик «Тосі-тосі» Віршована руханка «Ходить котик по травичці»	1	4
7.	Забавлянка «Дибки, дибки» Пальчикова гра «Коники» Пальчикова гра «Ходить зайчик по капусті» Пальчикова гра «Оладки» Пальчикова гра «Верба і рак» Пісенька танцювальна «А в горобейка» Віршована руханка «Ось іде до нас весна»	1	4
8.	Забавлянка «Гуси» Пальчикова гра «Равлик у будиночку сидить» Гукалка «Котик з хати вибіг» Пальчикова гра «Кульбаба» Пальчикова гра «Багатоніжки» Колискова «Ой ходить сон коло вікон» Віршована руханка «Ми - берізки і кленці»	1	4

9.	Забавлянка «Їхав собі пан» Пальчикова гра «Метелики» Пальчикова гра «Рибка» Пальчикова гра «Гостинці для друзів» Пальчикова гра «Гусениця» Пісенька для купання «Купалися ластів'ята» Віршована руханка «Ягіль, ягіль, ягільочка»	1	4
	Всього:	9	36

6. Опис занять

І Блок вправ

Забавлянка «Сонечко, сонечко»

Вийди, вийди, сонечко,

На дідове полечко,

На бабине зіллячко,

На наше подвір'ячко.

На бабине зіллячко,

На наше подвір'ячко,

На весняні квіточки,

На маленькі діточки.

Там вони граються,

Тебе дожидаються.

Там вони граються,

Тебе дожидаються.

Вийди, вийди, сонечко,

На дідове полечко,

Там побачиш п'ять овечок

І баранчика між ними

Із ріжками золотими,

Із ріжками золотими.

Пальчикова гра «Гулі, гулі»

Мета: викликати позитивні емоції, гарний настрій, підбадьорити дитину.

Імітуємо політ пташок.

Гулі, гулі полетіли,

На голівку гулі сіли.

Ручки опускаємо на голівку.

Сиділи, сиділи

Знову полетіли.

Продовжуємо показувати політ пташок.

Пальчикова гра «Окуляри баби Галі»

Мета: розвиток дрібної моторики, диференційованість рухів обох рук.

Розводимо ручки в сторони, виражаємо подив.

— Що за лихо в Галі?

— Загубила окуляри.

Перебираємо пальчиками по столу.

окуляри враз знайду —

Складаємо з великого і вказівного пальців обох рук кола.

Підносимо до очей, зображуючи окуляри.

Їх із пальчиків складу.

Пальчикова гра «Кую, кую чобіток»

Мета: емоційно передавати спілкування героїв, виконувати відповідні рухи, жести.

Указівним пальчиком правої руки постукуємо по всій долоні лівої.

Кую, кую ,чобіток!

Подай, бабцю, молоток.

Не подаси — молотка,

Не підкую чобітка.

Молоток - срібненький, (указівним пальчиком лівої руки

Чобіток – золотенький постукуємо по всій долоні правої).

Пальчикова гра «Малесенькі ніжки»

Мета: розвиток дрібної моторики пальців рук, стимулювання мовної активності.

Малесенькі ніжки швидко край доріжки:

Туп-туп-туп (указівним і середнім пальцями швидко перебираємо, імітуючи біг).

А великі ноги мляво край дороги:

Туп-туп-туп (ті самі дії виконуємо повільно).

Малесенькі ніжки бігли вздовж доріжки:

Туп-туп-туп (тепер швидко).

А великі ноги бігли вздовж дороги:

Туп-туп-туп (і знов повільно).

Гра «Заєць косив»

Мета: закріплювати назви тварин, розвивати координацію рухів

Заєць косив, заєць косив (імітуємо рухи косаря),

лисиця згрібала (долоньки докупи),

павук метав у копицю (рученьята вгору і вниз),

а муха топтала (тупотімо ніжками).

Пісенька- масажик «Два півники»

Наспівуючи пісню, гладять дитину по спинці

Два півники, два півники

Горох молотили,

Дві курочки-чубарочки

До млина носили.

Цап меле, цап меле,

Коза насипає,

А маленьке козенятко

На скрипочку грає.

(імітуємо гру на скрипці)

Танцюй, танцюй, козуленько,

Ніженьками туп, туп (тупотімо ніжками)

Татусенько з матусею

Принесуть нам круп, круп.

А вовчок-сірячок з лісу виглядає,

Та на біле козенятко скося поглядає.

А сова із дупла очима луп, луп:

-Якби мені не діточки, то я б пішла туп, туп.

Віршована руханка «Ми лісочком йшли»

Ми лісочком йшли (ходьба на місці),

Грибочок знайшли,
Нагнулись, підняли (нахиляння тулуба вперед),
У кошик поклали
І далі пішли (ходьба на місці).
Ми лісочком йшли,
Малинку знайшли.
Дотягнулись, зірвали (потягування),
У кошик поклали
І далі пішли (ходьба на місці).

II Блок вправ

Забавлянка «Молодці»

Повторюємо рухи за віршем.
Ляскаємо ручками: лясь-лясь-лясь.
Скачемо на конику: брязь-брязь-брязь.
Летимо, як птахи: шусь, шусь, шусь.
Як повзуть комахи: хресь-хресь-хресь.
Поскакав горобчик: цінь-цінь-цінь.
Мама і синочок – молодці.

Пальчикова гра «Мию руки»

Мета: удосконалювати навички самостійного миття рук, закріплювати послідовність виконання процедури.

Мию я водою, мию й без води.
Нехай будуть мої руки чистими завжди.
Імітуємо струшування краплинок у такт промовлянню.
Бризки! Бризки! Розлетілись
Водяні краплинки.
І стікають уже краплі з мокрої дитинки.
Імітуємо витирання долонь рушником.
А тепер я витираюсь

Рушником махровим.
Буду я завжди чистеньким,
Міцним і здоровим.

Пальчикова гра «Їжачок»

Мета: розвиток дрібної моторики, загальної координації та пластичності рухів.

Перехрещуємо пальці в замок і піднімаємо
то вгору, то вниз у такт промовлянню.
Їжачок -хитрячок, голочки гостренькі,
Кулаком лівої руки й долонею правої
показуємо «грибок», а потім притиснутими руками
та розведеними в сторони кистями — «дубок».
Ось грибочки під дубком
Він збира маленькі.
Перебираємо пальчиками по столу.

Пальчикова гра «Спечем хлібчик»

*Мета : вчити дітей виконувати певні нескладні ролі, наслідуючи поведінку
дорослих, сприяти розвитку дрібної моторики.*

Ритмічно стискаємо і розтискаємо кулачки.
Спечем, спечем хлібчик
Дітям на обідчик.
Зі стиснутих кулачків по одному випростовуємо пальчики.
Найбільшому — хліб місити,
А тобі — воду носити,
А тобі — в печі палити,
А тобі — дрова рубати,
А малому — замітати.
«Танцюємо» пальчиками по столу.
Тільки хлібчик спекли — танцювати почали.
Це робота не легка - витинати гопака!

Пальчикова гра «Летіла бджола коло чола»

*Мета: викликати позитивні емоції, розвинути правильну вимову та звуконаслідування,
навчити показувати частини обличчя.*

Примовляємо торкаючись окремих частин обличчя

Летіла бджола

коло чола – бумц!

Летіла оса коло носа – бумц!

Летіла мушка коло вушка – бумц!

Летів жук, в очко – бух!

Колискова «Котику сіренький»

Котику сіренький,

Котику біленький,

Котку волохатий,

Не ходи по хаті.

Не ходи по хаті,

Не буди дитяти,

Дитя буде спати,

Котик воркотати.

Ой на котка воркота,

На дитину дрімота...

Пісенька- масажик «Кра, ворона, кра»

Трьома пальцями правої руки легенько пощипуємо тильний бік долоньки, робимо ручками
коливальні рухи вгору-вниз.

Кра, ворона, кра!

На припічку сиділа,

Дітям кашу варила.

Ідіть дітки по тріски,

Дам вам кашки по трошки.

Перебираємо і легенько потискуємо кожен пальчик, починаючи з великого

Цьому дала, цьому дала,

Цьому дала, цьому дала,

А цьому не дам!

Він діжі не місив,
Він води не носив,
Він у печі не палив,
То йому не дам.

Віршована руханка «Трава - низенька-низенька»

Трава - низенька-низенька, (*присісти*)
Дерева - високі-високі (*потягнутися*)
Вітер дерева колише, гойдає, (*нахили тулуба*)
То вправо, то вліво хитає,
То вперед, то назад, то вниз пригинає.
Птахи летять, відлітають, (*помахати руками, як крилами*)
А діти тихенько на килимок сідають .

ІІ Блок вправ

Забавлянка «Коза»

Вранці вийшов дід із хати,
Імітуємо ходу двома пальцями.
Дивиться – коза рогата.
Показуємо двома пальцями різжки кози.
Ось так кізонька стрибала,
Постукуємо пальцями однією руки по іншій.
Ось так різжки показала,
Знову показуємо різжки.
Перекинула корито,
Долоньки повертаємо донизу.
Дід пішов козу сварити.
Сваримося вказівним пальцем.

Пальчикова гра «Чопулята»

Мета: розвивати дрібну моторику пальців рук.

Перебираємо вказівним і великим пальчиками по столу,
імітуючи ходьбу.

Чопу-чопу-чопулята,
Ви — маленькі ноженнята.
Чопу-чопу від колиски,
До рудої кицьки Лиски.

Пальчикова гра «Іди, іди, дощику»

Мета: ознайомлення дітей зі стародавньою народною закличкою до дощу, уточнення рухів пальців рук.

Іди, іди , дощику,
перебираємо усіма пальцями
Зварю тобі борщику,
робимо кругові рухи
в череп'янім горщику,
тобі каша, а нам борщ,
щоб ішов густенький дощ.
Знов перебираймо усіма пальцями
Крап-крап!

Пальчикова гра «Черепаха»

Мета: розвивати дрібні моторні навички, допомагати передавати рухи, пов'язані із образом черепахи.

Напівзігнутою долонею рухаємо по столу.
Повзла по полю Черепаха.
Зображуємо «тремтіння» черепахи.
І тремтіла вся від страху.
Постукуємо подушечками вказівного і великого пальців
одна об одну — «покушування».
Черепаха : Кусь! Кусь! Кусь!
Заперечно хитаємо вказівним пальцем.
Я нікого не боюсь!

Пальчикова гра «Ворона»

Мета: вчити дітей інтонаційно передавати голоси героїв та імітувати їх рухи.
Указівним і великим пальцями зображуємо дзьобик ворони та промовляння нею слів.

— Кар! — Ворона говорила.
— Кар! Кар! Кар! Я маю крила,
Хоч мала, та вчусь літати,
Можу зараз показати.
Імітуємо долоньями політ ворони.

Пісенька- масажик «Коточку, де ти був?»

Мета: привчати дитину слухати мову співрозмовника, вести діалог.

Гладимо обличчя й примовляємо

- Коточку, де ти був?
- У коморці.
- Що там робив?
- Молочко пив.
- А мені залишив?
- Забувся.
- Апчхи! Апчхи! Апчхи! Апчхи!

Руханка «А поїзд наш поїхав далі»

Потягнулися до сонечка дерева (руки підняти вгору, потягнутися),
Подув вітер (нахиляння тулуба з піднятими догори руками, гойдаємо руками),
А поїзд наш поїхав далі (колові рухи руками, зігнутими у ліктях).
Чух-чух-чух!

IV Блок вправ

Забавлянка «Мишка»

Мишка-мама рано-зранку
Лівою долонькою накриваємо праву долоньку і навпаки.
Свіжий хлібчик до сніданку
Пече-пече, випікає, любих діток пригощає :
- Їжте, дітки, хліб з медком,

Згинаємо великий пальчик у кулак.
- Їжте кашу з молоком,
Згинаємо наступні пальчики в кулак.
І сметанку, і млинці,
Ви у мене – молодці!
Підносимо обидва кулачки вгору.

Пальчикова гра «Сорока-білобока»

Мета: розвивати інтонаційну виразність та імітаційні здібності; спонукати повторювати окремі слова та вирази з відповідною інтонацією і формувати розуміння морального змісту казки, розвиток дрібної моторики.

Пальчиком однієї руки водимо по долоньці другої
по спіралі, починаючи від центру.

Сорока-білобока
кашку варила,
діток-помічників годувала.

Загинаємо мізинчик.

Цьому дала,
Загинаємо безіменний пальчик.

Цьому дала,
Загинаємо середній пальчик.

Цьому дала,
Загинаємо вказівний пальчик.

Цьому дала,
Ворушимо великий пальчик.

А цьому не дала:

Він дрова не рубав, воду не носив,

Піч не топив, кашу не варив.

Справжній лежень!

Пальчикова гра «Бориць»

Мета: навчити інсценувати римовані історії за допомогою пальців.

Згинаючи вказівний і середній пальчики, зображуємо зайчика.

У лісі Зайчик жив,

Долоні обох рук зімкнуті, надаємо їм округлої форми,
зображуємо капустинку.

З капусти борщ варив.

Імітуємо помішування борщику пальцем однієї руки над долонею другої.

Потім помішав,

Імітуємо куштування борщику.

Потім куштував,

Указівним пальцем показуємо заперечення.

Несолоний , діти,

Імітуємо соління борщику.

Треба посолити.

Пальчикова гра «Курочка»

Мета: розвивати дрібні моторні навички, допомагати передавати рухи, пов'язані із образом курочки.

Пальці однієї руки в кулачку — утворюють «мисочку з водою».

Указівний і великий пальці другої руки — «дзьоб»,

а решта — «гребінець». Виконуємо рухи, що імітують,
як курочка п'є воду.

Гребінь маленький у Курочки є,

А дзьобом водичку Курочка п'є:

Дзьобик у мисочку вниз опускає,

Потім угору його підіймає.

Знов опускає і знов підіймає —

Свіжу водичку так попиває.

Пальчикова гра «Зустріч»

Мета: викликати позитивні емоції, бадьорий настрій, розвиток дрібної моторики.

Руки підняти вгору,

кожен пальчик по черзі з'єднуємо

з великим пальцем.

Добрий день! Добрий день!

— пальчики казали,

Ми сьогодні всіх дітей

Зранку зустрічали!

Пісенька- масажик «Ладки, ладоньки, ладусі»

Плескаємо в долоні, потираємо ручки

- Ладки, ладоньки , ладусі,

Ой ладусі, ладки,

де були ви?

- В бабки.

- Що їли?

- Оладки.

- Із чим оладки?

- Із медком та солодким молочком.

Колядка «Коляд, колядниця»

Ритмічне плескання в долоні.

Коляд, коляд, колядниця,

Потираємо долоні.

Добра з медом поляниця,

Заперечні рухи вказівним пальцем.

А без меду не така,

Простягаємо відкриті долоні перед собою.

Дайте, тітко, пирога.

Переплести кисті в «замочок».

Як не дасте пирога,

Показуємо однією рукою «бичка»: указівний палець

і мізинець виставлені («ріжки»), решта пальців підігнуті.

Візьму бичка за рога,

«Крокування» вказівним і середнім пальчиками другої руки по столу.

Поведу на торжок,

Складаємо долоні разом.

Куплю собі пиріжок.

Віршована руханка «Виринай-но, рибко, близько!»

Виринай-но, рибко, близько!

кругові рухи кистями рук

Розсипай-но срібні бризки!

стиснути руки у кулачки
Щоб зловив я карася,
начебто схопити руками рибку
Карася, як порося!
руки широко в сторони

V Блок вправ

Забавлянка «Мак»

На припічку так-сяк
Пальцем однієї ручки водимо по долоні другої, складеної ківшиком.
Тру в макітрі мак, мак.
Прилетіла чорна гава
Імітуємо руками крила.
І макітерку забрала.
Ховаємо руки за спину.
Слізки в мене кап-кап,
Пучками торкаємося по черзі до щічок під очима.
Де подівся мак-мак?
Розводимо руками, знизуємо плечима.

Пальчикова гра «Зайчик взимку»

*Мета: Продовжувати знайомити дітей із зимовими явищами; із життям тварин взимку,
супроводжувати слова відповідними рухами.*

Плавно розводимо руки, долоні горизонтально.
На землі сніжок лежить,
Указівним і середнім пальчиками показуємо «зайчика»,
який біжить по «сніжку» — другій руці, що лежить на столі.
Зайчик по сніжку біжить.
Ворушимо «вушками».
Мерзнуть вушка,
Ворушимо іншими пальцями.
Мерзнуть лапки,

Плавно показуємо рухом униз — «валянці», угору — «шапку».

Бо без валянців

та шапки.

Пальчикова гра «Котик і мишка»

Мета: продовжувати формувати уявлення дітей про життя тварин; тренувати диференційовану координацію рухів.

Стиснуті кулачки лежать на столі. Повільно піднімаємо руки і розводимо пальці в сторони. Потім знову стискаємо кулачки і повторюємо рух.

Обережно Котик

кігті випускає.

Далі Котик їх ховає —

Мишку він лякає.

Права рука всіма пальцями «біжить» по столу до лівої,
а ліва рука «відступає» від неї.

Ходить Котик тихо-тихо.

Мабуть, Мишці буде лихо!

Міняємо напрям руху рук.

Та вона часу не гає,

Дуже швидко утікає!

Пальчикова гра «Наші пальчики ідуть»

Мета: розвивати емоційно-вольову сферу дитини; вчити наслідувати дії дорослих, розуміти інструкції, виконувати необхідні дії, вслухатися в мову дорослих, розуміти її і самостійно промовляти текст.

Перебираємо вказівним і великим пальчиками
по столу, імітуючи ходьбу.

Наші пальчики ідуть,

Перебираємо вказівним та великим пальчиками
по столу, імітуючи стрибки.

Пальчики стрибають.

Перебираємо вказівним і великим пальчиками
по столу широкими «кроками», імітуючи біг.

Наші пальчики біжать,

Перебираємо напівзігнутими вказівним та великим
пальчиками по столу, імітуючи шкутильгання.

Пальці шкутильгають.

Пальчикова гра «Зайчик-пострибайчик»

Мета: Заохочувати дітей брати участь у грі. Допомогати передавати рухи, пов'язані із образом зайчика.

Ліву долоню ставимо вертикально. Пальчиками правої руки
«перестрибуємо» з пальчика на пальчик лівої, стискаючи їхні кінчики.

Стриб-скік! Стриб-скік!

Хто стрибає? Зайчик!

Стриб-скік! Стриб-скік!

З пальчика на пальчик.

Виконуємо ті самі рухи лівою рукою.

Зайчик стрибає вбік.

Стриб-скік! Стриб-скік!

Треба заплутати слід.

Пісенька-гойдалка «Гойда, гойдаша»

Примовляють, гойдаючи
Гойда, гойда, гойдаша,
Де кобила – там лоша,
Де собака – цуценя,
Там де киця – кошенья,
Де корова – там телятко,
А де мама – там дитятко!

Віршована руханка «Гноми зранку в ліс пішли»

Зранку гноми в ліс пішли (ходьба на місці).
По дорозі гриб знайшли (нахиляємося вперед, потім піднімаємося, при цьому руки тримаємо на талії).
А за ним то раз-два-три (нахиляємося вправо, вліво).
Показалися ще три! (руки вперед і розводимо в сторони).
І поки гриби збирали (нахиляємося і руками намагаємося дістати до пальців ніг).
Гноми в школу не попали (руками беремося за щоки і хитаємо головою вправо, вліво).
Побігли, поспішили (біг на місці або по колу).

І гриби всі погубили (присідаємо).

VI Блок вправ

Забавлянка «Млинці»

З борошна, на молоці

Лівою долонькою накриваємо праву долоньку і навпаки.

Печемо смачні блинці.

Цей млинець – дамо тобі,

Ліву долоньку піднімаємо на рівень грудей.

Цей млинець – дамо тобі,

Праву долоньку піднімаємо на рівень грудей.

Цей млинець я з'їм сама,

Торкаємося ручкою себе.

От уже й млинців нема.

Розводимо ручки в різні боки і знижуємо плечима.

Пальчикова гра «Пальчику, пальчику, де ти бував?»

Мета: активізують моторику рук і мовлення.

Торкаємося кожного пальчика, починаючи з великого,

й робимо легкий масаж кінчиків.

— Пальчику, пальчику,

Де ти бував?

Пальчику, пальчику,

Що ти чував?

— З меншеньким братом я

Кашку варив,

Із безіменним я кашки поїв,

Із середульшим у лісі гуляв,

А з вказівним я пісню співав.

Пісенька- масажик «Ой чук-чуки»

Ой чук-чуки, чуки-чок,

Пішли діти в садочок,

Там нарвали квіточок,
Сплели доні віночок.
масажуємо голівку, зображуючи віночок

Пальчикова гра «Без рушника»

Мета: виховувати акуратність при виконанні гігієнічних навичок, бажання тримати руки в чистоті, зняття емоційного напруження.

Імітуємо миття рук.
До струмка їжак присів,
Хутко-швидко лапки мив.
Стискаємо і розтискаємо кулачки.
Озирнувся, та дарма:
рушничка ніде нема.
Струшуємо розслабленими кистями.
Як же їжачкові бути?
Треба лапоньки струснути!
Ось так, ось так —
Воду струшує їжак.

Пальчикова гра «Нічна квітка»

Мета: ознайомити дітей з реальністю навколишнього світу: рослинами, явищами природи; навчати вправам для кистей рук.

Складаємо разом долоні, повільно розкриваємо їх.
Квітка незвичайна
Щоночі розквітає.
Похитуємо кистями рук ліворуч-праворуч.
Їй вітерець легенький
Пелюсточки гойдає.
Знову з'єднуємо руки в зап'ястях і повільно стуляємо долоні.
А сонечко з'явилося —
Квіточка закрилась.
Похитуємо праворуч-ліворуч складеними разом долонями.
Голівкою хитає

І тихо засинає.

Пальчикова гра «Млинці»

Мета: розвинути у дітей точність і швидкість рухів.

Імітуємо перевертання «млинців» на «сковорідці». Кисть однієї руки в такт промовлянню почергово торкається долоні другої то тильним боком, то долонею.

Ми печем, печем млинці,

А млинців багато.

Пригощаємо усіх: і маму, і тата .

Пропонуємо дітям поміняти руки.

Повставали рано ми,

Їмо їх зі сметаною.

Ох, як смачно!

У кінці аплодуємо.

Пісенька- масажик «Тосі-тосі»

Плещемо в долоньки

Тосі-тосі,

Свині в горосі,

Поросята в гречці,

Телята в капусті,

А (ім'я дитини) у хустці.

Проводимо долоньками дитини по голівці.

Віршована руханка «Ходить котик по травичці»

На перших трьох рядках згинаємо і розгинаємо ніжки
в колінах, на останньому - гладимо дитячими ручками боки.

Ходить котик по травичці

у зеленій рукавичці,

а миші сміються,

аж за боки беруться.

VII Блок вправ

Забавлянка «Дибки, дибки»

Примовляємо, навчаючи дитину ходити по вузькій дошці, яка може бути розташованою під кутом, за підтримки дорослого.

Дибки, дибки!

Ходить котик по лавочці,

Водить кицю за лапочки:

Диб, диб, диб.

Пальчикова гра «Коники»

Мета: допомогти дитині сконцентрувати увагу на відповідності рухів з текстом.

Усіма пальцями ритмічно стукаємо по столу.

По гладенькому столі

Пальчики стукочуть.

Долонями показуємо коника.

Рухаємо руками вгору-вниз у такт промовлянню.

То не пальчики, ні-ні —

коники цокочуть.

Стукаємо пальцями по столу.

Цок-цок-цок, цок-цок-цок,

Складаємо разом кінчики пальців — «місток»,

перехрещуємо руки — «млинок».

За місток, За млинок.

Стукаємо пальцями по столу.

Цок-цок-цок, цок-цок-цок.

Пальчикова гра «Ходить зайчик по капусті»

Мета: допомагати передавати рухи, пов'язані із образом зайчика.

Ходить зайчик по капусті,

Указівним і середнім пальчиками обох рук показуємо «зайчика».

Носить ляльку в білій хустці.

Імітуємо руками гойдання ляльки

Ой ти, Зайку, ти наш Зайку,

Віддай нам ти тую ляльку.

Пальчикова гра «Оладки»

Мета: сформувати емоційний контакт дітей з дорослим і познайомити їх зі функціональним призначенням своїх рук, розвивати їх спритність.

Кругові рухи кулачком правої руки над кулачком лівої.

Тісто ми розколотили,

Ух-тух-тух, ух-тух-тух!

Погладжуємо долоню правої руки лівою долонею.

Сковорідку розігріли,

Ух-тух-тух, ух-тух-тух!

Плескаємо в долоні.

Ой ладусі, ладки, ладки —

Печемо оладки,

Показуємо кільця з пальчиків.

Невеличкі та пухкенькі,

Потираємо долоні.

Смаковиті, гаряченькі.

Пальчикова гра «Вербі і рак»

Мета: розвиток тактильного сприйняття, уяви дітей, корекція дрібної моторики пальців рук і просторової орієнтації; стимулювання мовної активності.

Долонями утворюємо «крону пальми», притиснуті одна до одної
руки — «стовбур пальми». Хитаємо руками в різні боки, намагаючись
не відривати лікті від столу.

Вітер дме, задуває,

Вербу в сторони хитає

(повторюємо двічі).

Далі долонями утворюємо «краба» на столі. Під час промовляння
перебираємо пальцями.

Біля верби рак сидить

І клешнями шарудить

(повторюємо двічі).

Пісенька танцювальна «А в горобейка»

Діти беруться за руки і співають.

Дві крайні дитини підіймають руки і пропускають попід ними всіх інших.

А в Горобейка жінка маленька,

Сидить на кілочку пряде на сорочку.

Та вивела нитку Горобцю на свитку,

Осталися кінці Горобцю на штанці,

Осталися торочки Горобцю на сорочки.

Віршована руханка «Ось іде до нас весна»

Ось іде до нас весна.

Все навколо ожива :

Проліски прокидаються (потягнутися),

Проліски посміхаються (посміхнутися),

Пташки прилітають (махують руками, як крилами),

Діти вибігають (біг на місці),

На луках стрибають (стрибки).

VIII Блок вправ

Забавлянка «Гуси»

- Гуси, гуси, гусенята,

З'єднуємо і роз'єднуємо на кожній ручці великий палець з чотирма іншими.

Де гуляли ви, малята?

- Ми блукали в полі,

Злегка вклоняємося і показуємо рукою на землю.

Там трави до волі.

В лісі ми блукали,

Піднімаємо руки і водимо ними з боку в бік, імітуючи дерева

Зайчиків шукали (стрибаємо).

З рибками в ставочку

Робимо руками коливальні рухи, як риби.

Плавали в таночку.

Погуляли добре ми,

Розводимо широко руки в боки.

Скоро будемо гусьми.

Пальчикова гра «Равлик у будиночку сидить»

Мета: розвивати дрібні моторні навички, передавати рухи, пов'язані із образом равлика.

Розкрити долоню однієї руки ставимо вертикально — це «квітка».

Друга рука стиснута в кулачок — «равлик».

Равлик у будиночку сидить,

Указівний і мізинець виставляємо з кулачка — «ріжки равлика».

Висунувши ріжки, він мовчить.

Рука-«равлик» рухається по столу.

Ось равлик повзе

Потихеньку вперед.

Постукуємо «равликом» по «квіточці».

На квітку заліз,

Пелюстки погриз.

Рука-«равлик» стискається в кулак, а рука-«квіточка»

закривається, ховаючи равлика в «пуп'янку».

Гукалка «Котик з хати вибіг»

Мета: вчити дітей наслідувати голоси тварин.

Котик з хати вибіг: няв!

За ним песик: гав, гав, гав!

Курка з плота: куд-ку-дак!

А качатко: кряк!

А ягнятко: ме, ме, ме!

За ним гуска: ге, ге, ге!

Соловейко: тьох, тьох, тьох!

А пацятко: рох!

Пальчикова гра «Кульбаба»

Мета: вчити дітей виконувати рухи згідно зі словами; формувати вміння імітувати фази життя квітів, природних явищ.

Права долоня — «кульбаба», пальчики розкриті.

Кульбаба злякалась негоди та вітру —

Стуляємо пальчики.

Хутенько стулила свої пелюстки.

Ліва долоня — «сонце». На правій долоні знову розкриваємо пальці.

З'явилося сонце—

знову розквітла.

Усміхається кульбаба сонцю залюбки.

Пальчикова гра «Багатоніжки»

Мета: розвивати дрібні моторні навички, допомагати передавати рухи, пов'язані із образом багатоніжки.

Перебираємо пальчиками по столу, імітуючи біг багатоніжки.

Як багато ніжок

У багатоніжок.

Ніжками перебирають

І від мене утікають.

Колискова «Ой ходить сон коло вікон»

Ой ходить сон коло вікон,

А дрімота - коло плота,

Питається сон дрімоти:

- А де будем ночувати?

- Де хатонька теплесенька,

Де дитина малесенька,

Там ми будем ночувати,

Дитиноньку колихати.

Щоб спало – не плакало,

Щоб росло не боліло,

На головоньку, на все тіло.

Віршована руханка «Ми - берізки і кленці»

Ми - берізки і кленці.
В нас тоненькі стовбурці (встати).
Ми в стрункі стаємо рядки,
Виправляєм гілочки (руки вперед, в сторони).
Ледь зіп'ялись з корінців (потягування)
Дістаємо промінців.
Ми стискаєм їх вогонь (вправи для кистей рук)
В зелені своїх долонь.
Хилять свіжі вітерці (нахили тулуба)
Вліво-вправо стовбурці.
Ще й верхівки кожен ряд (вправи для шиї)
Нахили вперед-назад.

ІХ Блок вправ

Забавлянка «Їхав собі пан»

Імітуємо їзду на конику
Їхав собі пан, пан,
На конику сам, сам.
А за паном Гриць, Гриць
На конику гиць, гиць!

Пальчикова гра «Метелики»

Мета: навчаємо передавати рухи, пов'язані із образом метелика, розвивати дрібну моторику пальців рук, виразність, точність рухів.

Махаємо долонями, імітуючи політ метеликів.
Ми метелики чудові,
Маєм крильця кольорові,
Над квітами літаємо,
Утоми ми не знаємо.
Горобця злякалися,
Під квіткою заховалися.

Ховаємо долоні під стіл.

Пальчикова гра «Рибка»

Мета гри: формування узгодженості рухів. викликати позитивні емоції, бадьорий настрій.
Зімкнуті долоні повертаємо праворуч і ліворуч, імітуючи рухи риби.

Рибка-манюня в морі пірнає,
Рибка -манюня в морі блукає,
Рибка -манюня друзів шукає,
З ними у морі весело грає.

Пальчикова гра «Гостинці для друзів»

Мета: ознайомити дітей з поняттям «величина предметів», вчити порівнювати різні предмети за величиною, сприяти розвитку дрібної моторики.

Показуємо маленьке кільце великим і вказівним пальцями обох рук.

Найменший горішок —

Пташці синиці.

Трохи розводимо пальці.

Більший горішок—

Руденькій лисиці,

Показуємо круг великими і вказівними пальцями двох рук.

Ще більший горішок—

Для друга зайчати ,

Показуємо великий круг долонями.

Найбільший горішок—

Для ведмежати.

Стуляємо й розтуляємо пальці — кусання.

Звірятка солодкі горішки поїли

Зображуємо миття рук.

І лапоньки після обіду помили.

Пальчикова гра «Гусениця»

Мета: навчаємо передавати рухи, пов'язані із образом гусениці, розвивати дрібну моторику пальців рук, виразність, точність рухів.

Долоня однієї руки «повзе», згинаючись і розгинаючись,

по внутрішній стороні другої руки від плеча до кінчиків пальців.

Потім «повзе» назад до плеча.

А зелена гусениця

Влітку у садочку

Виконуємо те саме, помінявши руки.

По травинках повзає,

Обгриза листочки:

Долоні складаємо разом. На кожне слово «Гам!» одна долоня ковзає по другій і всіма пальцями, крім великого, «кусає» прямі пальці. Потім долоні міняються.

— Гам!Гам!Гам!Гам! —

Зупиняємось, долоні складені разом.

Поїла,

Одна долоня стискається в кулачок, друга її накриває.

Спати захотіла.

Поступово розкриваємо долоні.

Проснулась —

Перехрещуємо руки в зап'ястях і махаємо кистями.

На метелика обернулась!

Полетіла, полетіла, полетіла!

Пісенька для купання «Купалися ластів'ята»

Співають під час ігор з водою влітку на свіжому повітрі.

Купалися ластів'ята

Та в чару-водиці,

Щоб були ми чорнобриві

Та ще й білолиці.

У любисточку купали,

Живу воду наливали,

Щоб здоров'я тіло мало,

Лиха-горенька не знало.

Віршована руханка «Ягіл, ягіл, ягілочка»

Ягіл, ягіл, ягілочка,

Ягілова дочка (прискорена ходьба на півпальцях)
Устала ранесенько,
Вмивалася білесенько (імітація вмивання),
Голівоньку чесала,
Стьожки надівала (масаж голови від чола до потилиці),
Квіточки позбирала,
Віночок заплітала (присідання і вставання, руки на поясі).
На вулицю вийшла,
Як зіронька зійшла (перекочування стоп ніг з пальців на п'яти),
Взялася попід боки,
Показала скоки (стрибки на місці).

Висновки

Народне поетичне слово виступає важливим інструментом не лише мовного розвитку, а й емоційного та патріотичного виховання дитини. Фольклорні тексти — колискові, забавлянки, утішки, скоромовки — формують у дітей глибокий емоційний зв'язок із культурною спадщиною свого народу, виховують любов до рідної землі, розвивають емпатію, збагачують мовлення та сприяють гармонійному психофізичному розвитку.

В умовах соціальної нестабільності та воєнної загрози особливо актуальною стає цілеспрямована, системна робота з дітьми, яка передбачає не лише засвоєння мовного матеріалу, а й емоційну підтримку, формування внутрішньої стійкості, відчуття безпеки та приналежності до своєї нації.

У результаті реалізації завдань, визначених у методичних рекомендаціях, підтверджено доцільність і ефективність використання освітньої програми «Забавлянки на долонях» як засобу цілісного впливу на мовний, емоційний і патріотичний розвиток дітей в умовах воєнного часу.

Завдяки інтеграції елементів народної культури у повсякденне спілкування з дітьми:

- посилено активне емоційне й мовленнєве взаємодіяння між дорослими та дітьми, що сприяє формуванню довірливих, теплих стосунків;
- поглиблено національну ідентичність, розвинено почуття гордості за свій народ, любов до рідної мови та шанобливе ставлення до культурної спадщини;
- забезпечено психоемоційну підтримку вразливим категоріям дітей, особливо тим, хто постраждав від наслідків війни, через знайомі й емоційно забарвлені образи українського фольклору;
- створено безпечне, мовно-емоційне середовище, у якому дитина має змогу опрацьовувати тривожність і страх через гру, образ, рух і слово.

Таким чином, використання народного поетичного слова у вихованні не лише збагачує мовлення, а й допомагає дітям долати психологічні труднощі,

укріплює емоційну стійкість та сприяє збереженню духовного зв'язку поколінь у складні для країни часи.

Список використаних джерел

1. Безкоровайна О. В. Формування мовленнєвої компетентності дошкільників засобами усної народної творчості. Психолого-педагогічні проблеми розвитку особистості. 2017. № 1. С. 44–49.
2. Бех І. Д. Особистісно орієнтоване виховання: теоретико-технологічні засади. К. : Либідь, 2003. 280 с.
3. Веселі пальчики: посібник: для занять з дітьми 5–6 років / С. Я. Шкільнік, Т. А. Агеєнко. Х. : Торнадо, 2005. 16 с.
4. Волкова І. Пальчикові вправи. Для всіх вікових груп. Х. : Вид-во «Ранок», 2017. 64 с.
5. Волкова І. Пальчикові ігри. Для всіх вікових груп. Х. : Вид-во «Ранок», 2017. 64 с.
6. Выготский Л. С. Воображение и творчество в детском возрасте / Л. С. Выготский –М.: Просвещение, 1991. – 93 с.
7. Гавриш Н. П. Український дитячий фольклор: генеза, функції, структура. К. : Либідь, 2010. 312 с.
8. Гнатюк О. В. Проблема навчання та адаптації молодших школярів в умовах воєнного стану. Традиційні та інноваційні підходи до наукових досліджень : матеріали III міжнар. наук. конф. (м. Київ, 23 вересня 2022 р.). Вінниця : Європейська наукова платформа, 2022. С. 133–138. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/732433/1/Текст.pdf>
9. Гоцуляк Н. Є. Психологічна травма: аналіз та шляхи її подолання. Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія : Педагогічні та психологічні науки. 2015. № 1. С. 378–390. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/znpnapv_ppn_2015_1_31

10. Грица С. Й. Історичні пісні // Енциклопедія сучасної України / ред. кол.: І. М. Дзюба [та ін.] ; НАН України, НТШ. К. : Інститут енциклопедичних досліджень НАН України, 2001—2025. ISBN 966-02-2074-X.
11. Дитяча та юнацька психотерапія: теорія і практика в сучасних наукових дослідженнях : монографія / за заг. ред. Г. Католик. Львів : Астролябія, 2012. 312 с.
12. Дитячий фольклор. Збірка. Бібліотека української усної народної творчості. Упоряд. Г. В. Довженок. Ілюстрації Ю. Криги. Київ : Дніпро, 1986. С. 8—10.
13. Забавлянки. Віршотворені ігри для спілкування з дитиною, пробудження, годування, купання, масажу. К. : Час майстрів, 2019. 64 с.
14. Зінкевич-Євстигнєєва Т. Д. Арт-терапія: казкотерапія. К. : Перун, 2014. 208 с.
15. Конончук М. Фольклор і виховання дітей у дошкільному закладі. Київ : Видавництво «Шкільний світ», 2017.
16. Конончук Т. Психоемоційний потенціал фольклору у воєнний час. Дитина в сучасному світі. 2022. № 1. С. 12—17.
17. Конончук Т. Українські колискові як засіб емоційного виховання дітей. Початкова освіта. 2017. № 9. С. 34—37.
18. Крутій К.Л. Діагностика мовленнєвого розвитку дітей дошкільного віку. Навчальний посібник. Запоріжжя: ТОВ "ЛПІС" ЛТД, 2005. – 208 с.
19. Левчук Н. Є. Творча майстерня як форма емоційного розвитку молодших школярів. Психологія і суспільство. 2015. № 1. С. 75—79.
20. Леонтьєв О. М. Діяльність. Свідомість. Особистість. М. : Политиздат, 1981. 304 с.
21. Лисенко О. І. Художнє слово у вихованні дошкільників. К. : Ніка-Центр, 2012. 176 с.
22. Микитюк С. Ф. Українська народна казка в контексті емоційного розвитку дитини. Психологічні перспективи. 2021. № 38. С. 110—115.

- 23.Омельченко Я. М. Колискові пісні як засіб відновлення базової рівноваги травмованих дітей. Психологічна допомога дітям у кризових ситуаціях: методи і техніки: метод. осіб. / за ред. З. Г. Кісарчук. К., 2015.
- 24.Панок В. Г. Психологія розвитку дитини. К. : Академвидав, 2004. 271 с.
- 25.Полякова В. І. До питання створення емоційно безпечного простору для дітей в умовах війни. Психологічні виміри. 2022.
- 26.Полякова І. Український фольклор у практиці психолога: ресурси, сенси, інтерпретації. Актуальні проблеми психології. 2022. Т. 19, вип. 1. С. 94–98.
- 27.Пометун О. І. Формування ціннісних орієнтацій молодших школярів у процесі вивчення художніх творів. Педагогіка і психологія. 2010. № 1. С. 45–50.
- 28.Посттравматичний стресовий розлад : посібник / Венгер О. П., Ястремська С. О., Рега Н. І. та ін. Тернопіль : ТДМУ, 2016. 264 с.
- 29.Про сороку-ворону і всіх-всіх-всіх: забавлянки і колисанки: для дошк. і молод. шк. віку / упоряд. С. Попадюк; худож. Н. Корнєєва. К. : Рідна мова, 2020. 48 с.
- 30.Пророк Н. В., Гнатюк О. В., Тарнавська О. В., Царенко Л. Г., Бойко С. Т., Чекстере О. Ю. Виявлення розладів адаптації як проявів психологічних втрат, спричинених війною. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2024. 122 с.
- 31.Пророк Н. В. Інтернет: що забезпечує ефективність його впливу на психіку? Психологія та педагогіка: сучасні методики та інновації, досвід практичного застосування: зб. тез міжнар. наук.-практ. конф. (м. Львів, 23–24 жов. 2020 р.). Львів, 2020. С. 54–58.
- 32.Пророк Н. В. Щодо проблеми подолання негативних наслідків травматичного досвіду. Українська психологія. XXI століття. Початок. (Дні української психології в Берліні) : матеріали наук.-практ. конф. 27–28 квіт. 2023 р. / за ред. В. Г. Панка. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2023. С. 253–258. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/735227>

- 33.Пророк Н. В., Чекстере О. Ю., Гнатюк О. В. Особливості соціального розвитку дітей молодшого шкільного віку в умовах воєнного стану. Проблеми сучасної психології. 2023. №59. URL: <http://journals.urau.ua/index.php/2227-6246/issue/view/16530/9298>
- 34.Романчук О. Психотравма та спричинені нею розлади: прояви, наслідки і сучасні підходи до терапії. С. 30-37. URL: https://i-cbt.org.ua/wp-content/uploads/2017/11/Romanchuk_PTSD.pdf
- 35.П'ятночко Л., Гижа О. Ходить котик по лавочці: Забави для наймолодших. Львів : Свічадо, 2008. С. 30–32.
- 36.Селізар У. Д. , Поповська О.А.Український фольклор як засіб національно патріотичного виховання – дітей старшого дошкільного віку. Інновації в дошкільній освіті теорія перспективи шляхи запровадження у практику : зб. матеріалів III Всеукр. наук.-практ. конф., 28 берез. 2024 р. / за заг. ред. Ю. О. Демидової. – Маріуполь : МДУ, 2024. – С. 24–27.
- 37.Семенов О. Український фольклор: Навч. посіб. – Глухів: РВВ ГДПУ, 2004. – 254с.
- 38.Сіваченко Є. «Ой у лузі червона калина...»: як українська пісня стала світовим хітом [Електронний ресурс] / Євген Сіваченко // Horodok.City. – 2022. – 22 трав. – Режим доступу: <https://horodok.city/articles/212689/oj-u-luzi-chervona-kalina---yak-ukrainska-pisnya-stala-svitovim-hitom>
- 39.Слово до слова – звучить рідна мова. Молодший вік / О. М. Коваленко, Т. В. Єпіфанова-Кожевнікова. Харків : Ранок, 2017. 144 с.
- 40.Смолінська О. Є. Лінгводидактичні основи національномовного виховання особистості засобами українського фольклору. Автореф. дис... канд.пед.наук. Нац. пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова, Київ, 1999. 21 с.
- 41.Столярчук О. А. Навчання та психоемоційний стан українських підлітків в умовах війни в Україні. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія : Психологія. 2022. № 1. С. 115–120. URL: <http://psy-visnyk.uzhnu.uz.ua/index.php/psy/article/view/98>
- 42.Сухомлинська О. В. Педагогіка дитинства. Київ : Знання, 2003.

- 43.Сухомлинський В. О. Серце віддаю дітям. К. : Радянська школа, 1976. 430 с.
- 44.Ушинський К. Д. Рідне слово. Вибр. пед. твори: У 2 т. К. : 1983. Т. 1. С. 123.
- 45.Федоренко О. В. Народні ігри як чинник емоційного комфорту дітей молодшого віку. Педагогічна майстерня. 2020. № 6. С. 58–62.
- 46.Царенко Л. Г. Типи психотравмівних ситуацій. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи : навч. посіб. Київ, 2018. Т. 1. 208 с. URL: <https://www.osce.org/files/f/documents/a/a/430805.pdf>
- 47.Чекстере О. Ю. Гендерні особливості ПТСР у дітей, постраждалих внаслідок збройного конфлікту. Особистість в умовах кризових викликів сучасності : матеріали методол. семінару НАПН України (24 берез. 2016 р.) / за ред. С. Д. Максименка. К., 2016. С. 360-366. URL: https://lib.iitta.gov.ua/704987/1/Mater_metodol_sem.pdf
- 48.Чекстере О. Ю. Життєстійкість, резильєнтність і копінг-стратегії як психологічні феномени, що сприяють адаптивності особистості. Scientific method: reality and future trends of researching: collection of scientific papers «SCIENTIA» with Proceedings of the I International Scientific and Theoretical Conference, March 24, 2023. Zagreb, Republic of Croatia: European Scientific Platform. P. 222–228.
- 49.Шістко Л. О. Особистісні детермінанти соціально-психологічної адаптивності дітей шкільного віку в умовах війни. Габітус. 2022. Вип. 43. С. 95-102. URL: <http://habitus.od.ua/43-2022>
- 50.Яловська О.О. Пальчики дошкільнят: розвиваємо руку – розвиваємо мозок. Тернопіль : Мандрівець, 2011. 228 с.
- 51.Montessori M. The Absorbent Mind. Oxford : Clio Press, 2021.
- 52.National Child Traumatic Stress Network. After a Crisis: Helping Young Children Heal / adapted by Brigitte Lueger Schuster. — URL: <https://nctsn.org>. Дата звернення: 01.05.2025.
- 53.Post-traumatic stress disorder and depression prevalence an associated risk factors among local disaster relief and reconstruction workers fourteen months

- after the Great East Japan Earthquake: a cross-sectional study / A. Sakuma, Y. Takahashi, I. Ueda [et al.]. BMC Psychiatry. 2013. Vol. 15 (1). P. 1-13. URL: <https://bmcpsy psychiatry.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12888-015-0440-y>
54. Yule W. Post Traumatic stress disorder in child survivors of shipping disasters: The sinking of the "Jupiter". J. Psychother. Psychosomatics. 1992. Vol. 57. P. 200-205.