

Висновки. Отже, за правильного та систематичного, цілеспрямованого підходу до використання ігрових технологій у роботі з учнями з порушеннями інтелектуального розвитку молодшого шкільного віку можна реалізувати декілька важливих завдань: навчання, розвиток, виховання підростаючої особистості, а також діагностика і корекція особливостей психофізичного розвитку дитини з порушеннями інтелекту.

ЛІТЕРАТУРА

1. Варнава У. В. Теоретико-методологічний аналіз основних підходів у дослідженні захисних механізмів психіки. *Вісник Одеського національного університету*. 2009. Т. 14. Вип. 6. С. 4–9.
2. Выготский Л. С. Проблемы возраста. Собр. соч.: в 6 т. М.: Педагогика, 1984. Т. 4. С. 244–268.
3. Смирнова М. В. Копинг-стратегии у детей младшего школьного возраста. *Системная психология и социология*. 2012. № 6. С. 22–28.

Сухіна Ірина Вячеславівна

кандидат психологічних наук,
старший науковий співробітник
Інститут спеціальної педагогіки і психології
імені Миколи Ярмаченка НАПН України

МАЙНДФУЛНЕС – ІННОВАЦІЙНА ТЕХНОЛОГІЯ ДЛЯ СОЦІАЛЬНО-ЕМОЦІЙНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ З ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИМИ ПОРУШЕННЯМИ

Актуальність. Соціально-емоційний розвиток дитини дошкільного віку з інтелектуальними порушеннями є важливою складовою її психічного розвитку в цілому.

Адже з моменту народження і до моменту, коли дитина готується йти до школи, вона проходить складний період, в процесі якого засвоює певні правила соціальної поведінки, виробляє власну емоційну картину світу, тобто засвоює досвід людського спілкування, який набувався століттями. Саме дошкільний вік є періодом початкового становлення особистості, в якому закладаються основи вихованості, розвиваються моральні уявлення, почуття, звички. Оскільки всі сфери психіки тісно пов'язані між собою, соціально-емоційний розвиток має значний вплив на підготовку дитини дошкільного віку з інтелектуальними порушеннями до школи та подальшої соціалізації (С. Максименко, 2003, О. Запорожець, 1989, О. Кононко, 1998).

Мета – показати доцільність застосування технології майндфулнес у дітей з інтелектуальними порушеннями у якості інструменту для їхнього соціально-емоційного розвитку.

Виклад основного матеріалу. Майндфулнес – це медитативна практика, яку вперше розробив і застосував для дорослих американський професор – Джон Кабан-Зінн у 70-х роках 20 століття. Він визначає майндфулнес, як перенесення уваги в дійсний момент без оцінки себе чи оточуючої дійсності. Дана технологія не має релігійного чи езотеричного контексту (Дж. Кабан-Зінн, 2001).

Майндфулнес – це практика повної усвідомленості своїх думок, емоцій і досвіду в кожному моменті. Її суть у тому, що коли людина усвідомлює тривалість моменту теперішнього часу, вона повністю занурюється у нього і при цьому фіксується на своїх думках, почуттях і діях. Вона не переходить на автоматичні реакції, а просто дає усвідомлення, що вони є. Це дає змогу навчитися керувати стресом та негативними емоціями. Таким чином у людини формується психологічна гнучкість та життєва стійкість. Розвиток цих навичок вкрай важливо розпочинати у дитячому віці через те, що це позитивно впливає на нейропластичність мозку. У цьому зв'язку вбачається, що застосування такої інноваційної технології, як майндфулнес буде корисним для дітей з порушеннями інтелектуального розвитку у якості інструменту їхнього соціально-емоційного розвитку.

Майндфулнес для дітей – це освітньо-ігрова медитативна технологія, яку розробила голландський психотерапевт (Е. Снел, 2019). Вправи на розслаблення і уважність, розроблені нею підходять для роботи з дітьми, які мають порушення психофізичного розвитку, в тому числі й інтелектуального. На відміну від дорослих, медитативні техніки для дітей, зазвичай, коротші і спрямовані на певний конкретний досвід. Методи, матеріали та активності використовуються більш інтенсивні та безтурботні і подаються в ігровій формі. Медитація передбачає зосередження уваги на диханні, звуках, відчуттях та думках.

Враховуючи досвід зарубіжних колег, нами було розроблено *програму з соціально-емоційного розвитку дітей дошкільного віку з інтелектуальними порушеннями*, яка включила застосування технології майндфулнес.

Для проведення вправ і практик ми враховували форму і ступінь складності порушення, вік, зону найближчого розвитку, а також індивідуально-типологічні особливості кожної дитини.

Застосування технології майндфулнес ми пропонуємо проводити в ігровій формі, двічі на тиждень, протягом двох місяців. Заняття проводяться в індивідуальній та груповій формі, тривалістю 30 хв. Наразі триває апробація застосування технології майндфулнес у дітей з порушеннями інтелектуального розвитку.

Застосування даної технології для дітей з порушеннями інтелектуального розвитку включило наступні види ігрових вправ та завдань, спрямованих на:

- усвідомлене дихання;
- усвідомлене слухання;
- усвідомлене споглядання;
- усвідомлена уява.

Результати дослідження. Попередній аналіз застосування технології майндфулнес у дітей з інтелектуальними порушеннями показав суттєве покращення поведінки, підвищення показників уваги, самоконтролю, у дітей розвинулась доброзичливість.

Таким чином, навчання дітей з інтелектуальними порушеннями технік майндфулнес дозволило покращити:

- розпізнавання власних та чужих емоцій;
- розвиток усвідомлення своїх переживань та емоцій;
- розуміння того, як емоції впливають на тіло;
- регуляцію власних емоційних переживань;
- розвиток співчутливості та доброзичливості;
- соціальні навички, поведінку;
- навчальні досягнення (за рахунок вищої зосередженості та концентрації уваги);
- самопочуття (внаслідок зменшення тривожності, агресивності, стресу, переживань).

Ці навички позитивно впливають на соціально-емоційний розвиток дошкільника з інтелектуальними порушеннями, сприяють розвитку емоційного та соціального інтелекту. Вони важливі і необхідні для психічного розвитку дитини в цілому.

Висновки. Застосування даної технології дає змогу зробити попередні висновки про її користь та доцільність використання у дошкільників з порушеннями інтелектуального розвитку. Передбачається подальших детальний аналіз проведеного апробаційного дослідження з метою розробки поглибленої психокорекції негативних емоційних станів у дошкільників з інтелектуальними порушеннями.

ЛІТЕРАТУРА

1. *Емоційний розвиток дитини* (2003) / Упоряд.: С.Максименко, К.Максименко, О. Главник, Київ, Мікрос.
2. Запорожець А.В. (1989) Развитие социальных эмоций у детей дошкольного возраста. Москва, Педагогика.
3. Кабат-Зинн Дж. (2001). Куда бы ты ни шел – ты уже там: Медитация полноты осознания в повседневной жизни / пер. с англ. М. Белобородовой. Москва, Независимая фирма «Класс»; Изд-во Трансперсонального института.

4. Кононко О.Л. (1998) *Соціально-емоційний розвиток особистості (в дошкільному дитинстві)*: навч. посібн. для вищ. навч. Закладів. Київ, Освіта.
5. Снел Э. (2019). *Замри, как лягушонок. Практика майндфулнесс для детей и их родителей* / пер. И. Гривнина; худож. Г. Белоголовская. Москва, Махаон.

Ткаченко Ірина Сергіївна

асистент вчителя, Лебединський заклад загальної середньої освіти I–III ступенів № 5

ПОНЯТТЯ ТА СУТНІСТЬ ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ В ПЕДАГОГІЦІ

Актуальність. Інноваційна діяльність у сфері освіти з другої половини ХХ століття в усьому світі почала набувати все більших масштабів і значення. Це, як відомо, було обумовлено об'єктивною необхідністю пошуку шляхів подолання кризових явищ в освіті, яка в умовах трансформації індустріального суспільства в постіндустріальне, технологічної революції, викликані нею кризи техногенної цивілізації і обумовленої нею загрози глобальної екологічної катастрофи перестало задовольняти освітні потреби і суспільства, і людини. З іншого боку, в цій ситуації чітко позначилися виняткова значимість освіти як інструменту і фактора управління суспільним розвитком, його найважливіша роль у формуванні нової цивілізаційної парадигми. Така складна ситуація об'єктивно зумовила надзвичайне різноманіття напрямів інноваційних пошуків у галузі освіти, які водночас об'єднуються єдиною метаціллю – виробленням нової освітньої парадигми, що повною мірою відповідає тенденціям сталого розвитку суспільства.

При цьому процес навчання організовується таким чином, що учні вчаться спілкуватися, взаємодіяти один з одним та іншими людьми, вчаться критично мислити, вирішувати складні проблеми на основі аналізу різноманітних ситуацій, певних завдань і відповідної інформації.

Мета статті – дослідити поняття та сутність інноваційних технологій в педагогіці.

Виклад основного матеріалу. З поширенням інформаційних технічних засобів, прискоренням темпів розвитку суспільства, переходу до постіндустріального та інформаційного суспільства і при введенні освітніх стандартів нового покоління, з метою формування у учнів необхідних загальних і професійних компетенцій, постає проблема оптимізації і технологізації навчального процесу.

Сучасний етап розвитку суспільства ставить перед системою освіти України цілий ряд концептуально нових завдань, які обумовлені рядом факторів, таких як соціально-економічні, політичні, світоглядні. Так само,