



**Фізична культура і спорт**

УДК 796.034.2-053.4:376.1-056.264

**DOI <https://doi.org/10.5281/zenodo.18431918>**

**Особливості застосування засобів оздоровчого фітнесу в корекційно-розвивальній роботі з дітьми дошкільного віку з порушеннями мовлення**

**Олена Андрєєва**

завідувач кафедри оздоровчо-рекреаційної рухової активності  
Національний університет фізичного виховання і спорту України,  
03150, м. Київ, вулиця Фізкультури 1, Україна  
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-2893-1224>

**Костянтин Пацалюк**

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,  
доцент кафедри оздоровчо-рекреаційної рухової активності, Національний  
університет фізичного виховання і спорту України,  
вул. Фізкультури, 1, м. Київ, 03150 Україна  
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-3581-443X>

**Наталя Домашенко**

старший викладач кафедри фізичного виховання,  
Київський національний економічний університет імені Вадима Гетьмана,  
просп. Берестейський, 54/1, Київ, 03057, Україна  
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-4505-6863>

**Наталія Губа**

старший викладач кафедри фізичного виховання  
Київський національний економічний університет імені Вадима Гетьмана,  
м. Київ, просп. Берестейський, 54/1, Київ, 03057, Україна  
ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0007-7886-5185>



Прийнято: 12.01.2026 | Опубліковано: 29.01.2026

**Анотація. Вступ.** Стаття присвячена актуальній проблемі пошуку ефективних шляхів корекції психофізичного та мовленнєвого розвитку дітей 5-6 років. Встановлено, що традиційні логопедичні методи потребують інтеграції з сучасними формами рухової активності, зокрема засобами оздоровчого фітнесу, для активізації нейромоторних процесів та покращення якості корекційного впливу. **Мета.** Визначити та науково обґрунтувати особливості застосування засобів оздоровчого фітнесу в корекційно-розвивальній роботі з дітьми старшого дошкільного віку з різними формами мовленнєвих порушень. **Методи.** У дослідженні використано комплекс теоретичних методів: аналіз та систематизація науково-методичної літератури; компаративний аналіз українських (традиційних педагогічних) та зарубіжних (нейропсихологічних) підходів; метод моделювання для розробки алгоритму диференційованого добору засобів фітнесу. **Результати.** Розроблено та представлено покроковий алгоритм застосування оздоровчого фітнесу в логопедичній практиці, що включає діагностичний, цільовий та операційний блоки. Систематизовано специфічні групи вправ (дитячий пілатес, логоритміка, заняття на нестабільних опорах, йога, фітбол-гімнастика) відповідно до нозології мовленнєвого порушення (ФФНМ, ЗНМ, заїкання, дизартрія). Визначено механізм поєднання руху та мовлення за принципом «рух – слово – рефлексія». **Висновки.** Доведено, що диференційоване використання засобів оздоровчого фітнесу дозволяє не лише покращити фізичний стан дітей, а й виступає каталізатором формування нових нейронних зв'язків, що сприяє ефективній корекції мовленнєвих дефектів та підвищенню рівня готовності до шкільного навчання.

**Ключові слова:** рухова активність, оздоровчий фітнес, діти 5-6 років, порушення мовлення, корекційна робота.



**Features of using health-focused fitness in corrective and developmental work  
with preschool children with speech disorders**

**Olena Andrieieva**

Head of the Department of Health-Enhancing and Recreational Physical Activity  
National University of Physical Education and Sport of Ukraine 1 Fizkultury Street,  
Kyiv, 03150, Ukraine

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-2893-1224>

**Kostiantyn Patsaliuk**

PhD in Physical Education and Sport, associate professor,  
associate professor of the Department of Health and Recreational Physical Activity  
National University of Ukraine on Physical Education and Sports  
St. Fizkultury, 1, 03150, Kyiv, Ukraine,

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-3581-443X>

**Nataliia Domashenko**

senior Lecturer of the Department of Physical Education,  
National University of Economics named after Vadym Hetman, Kyiv  
Ave. Beresteyskyi, 54/1, Kyiv, 03057, Ukraine

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-4505-6863>

**Nataliia Huba**

senior Lecturer of the Department of Physical Education,  
National University of Economics named after Vadym Hetman, Kyiv  
Ave. Beresteyskyi, 54/1, Kyiv, 03057, Ukraine

ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0007-7886-5185>



**Abstract. Introduction.** The article addresses the relevant problem of identifying effective approaches to the improvement of psychophysical and speech development in children aged 5–6 years. It has been established that traditional speech therapy methods require integration with modern forms of motor activity, in particular health-focused fitness, in order to activate neuromotor processes and enhance the quality of corrective intervention. **Objective.** To identify and scientifically substantiate the specific features of applying health-focused fitness in corrective and developmental work with senior preschool children presenting various types of speech disorders. **Methods.** The study employed a set of theoretical methods, including analysis and systematization of scientific and methodological literature; comparative analysis of Ukrainian (traditional pedagogical) and international (neuropsychological) approaches; and modeling to develop an algorithm for the differentiated selection of fitness tools. **Results.** A step-by-step algorithm for the application of health-focused fitness in speech therapy practice was developed and presented, comprising diagnostic, goal-oriented, and operational components. Specific groups of exercises (children's Pilates, speech-rhythmic exercises, training on unstable surfaces, yoga, and fitball gymnastics) were systematized according to the nosological type of speech disorder (phonetic-phonemic underdevelopment, general speech underdevelopment, stuttering, dysarthria). The mechanism of integrating movement and speech based on the principle “movement – word – reflection” was identified. **Conclusions.** It was demonstrated that the differentiated use of health-focused fitness not only improves children's physical condition but also acts as a catalyst for the formation of new neural connections, thereby contributing to more effective correction of speech impairments and increasing readiness for school education.

**Keywords:** physical activity, health-focused fitness, children aged 5–6 years, speech disorders, corrective work.

**Постановка проблеми.** У сучасних умовах розвитку дошкільної освіти та системи збереження здоров'я особливої актуальності набуває проблема



забезпечення гармонійного психофізичного та мовленнєвого розвитку дітей 5-6 років. За даними досліджень, у дітей старшого дошкільного віку спостерігається стійка тенденція до зростання поширеності різних форм порушень мовленнєвого розвитку, які негативно позначаються на пізнавальній діяльності, емоційно-особистісній сфері та соціальній адаптації дитини, а також знижують рівень готовності до навчання у школі.

Недостатнє врахування психофізіологічних механізмів мовлення в процесі корекційно-розвивальної роботи може призводити до затримки мовленнєвого розвитку, формування вторинних порушень та труднощів міжособистісної комунікації. Водночас мовленнєвий розвиток дитини тісно пов'язаний зі станом загальної та дрібної моторики, координаційних здібностей, дихальної функції й психоемоційної регуляції, що підтверджує необхідність комплексного підходу до корекції мовленнєвих порушень. Незважаючи на це, корекційна робота в закладах дошкільної освіти здебільшого базується на традиційних логопедичних методах, які не завжди повною мірою інтегрують рухову активність як чинник активізації мовленнєвих і нейромоторних процесів. У зв'язку з цим у науковому та практичному середовищі зростає інтерес до використання засобів оздоровчого фітнесу як складової комплексної корекційно-розвивальної роботи з дітьми дошкільного віку з порушеннями мовлення.

Оздоровчий фітнес, що включає фізичні вправи, дихальні, ритмічні та координаційні заняття, створює сприятливі умови для розвитку моторних функцій, оптимізації дихання, підвищення загальної витривалості та стабілізації психоемоційного стану дитини. Підтримка оптимального рівня фізичної підготовленості сприяє активізації нервово-м'язової координації, нормалізації функцій артикуляційного апарату та формуванню передумов для ефективнішого оволодіння мовленнєвими навичками. Водночас потенціал засобів оздоровчого фітнесу як інструменту комплексного впливу на психофізичний і мовленнєвий розвиток дошкільників залишається недостатньо науково обґрунтованим і методично систематизованим. Відсутність чітко визначених підходів до відбору,



адаптації та впровадження фітнес-засобів у корекційно-розвивальний процес зумовлює необхідність цілеспрямованого наукового дослідження їх ефективності, умов і особливостей застосування в закладах дошкільної освіти.

Таким чином, поглиблене вивчення особливостей використання засобів оздоровчого фітнесу в корекційно-розвивальній роботі з дітьми 5-6 років з порушеннями мовлення є актуальним і своєчасним науковим завданням, розв'язання якого сприятиме підвищенню ефективності корекційних програм, інтеграції фізичного виховання та мовленнєвої терапії, а також забезпеченню умов для гармонійного розвитку й покращення якості життя дітей дошкільного віку.

**Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми.** Аналіз наукового дискурсу свідчить про консолідовану позицію українських та зарубіжних учених [1–5] щодо фундаментальної ролі рухової активності в корекційному процесі дітей із мовленнєвими порушеннями. Попри встановлений кореляційний зв'язок між рівнем координаційних здібностей і здатністю до мовленнєвого аналізу та синтезу, низка аспектів залишається поза увагою дослідників. Важливо акцентувати увагу на тому, що наявні українські дослідження переважно зосереджені на жорсткій педагогічній структурі занять [6, 7], тоді як зарубіжний досвід («movement-based learning») апелює до нейропсихологічної доказовості [8, 9]. Проте механізми інтеграції цих двох систем у єдиний методичний алгоритм для оздоровчого фітнесу залишаються теоретично необґрунтованими. Незважаючи на визнання ефективності засобів оздоровчого фітнесу, логоритміки та сенсорних ігор, у науковій літературі відсутні чіткі критерії диференційованого добору вправ залежно від специфіки мовленнєвого діагнозу (дислалія, алалія, дизартрія) та індивідуального нейродинамічного профілю дитини. Більшість апробованих програм мають загальнорозвивальний характер [10–13]. Водночас потенціал таких інноваційних засобів, як дитячий пілатес, логоритмічний стретчинг чи тренування на нестабільних платформах, у контексті корекції порушень мовлення практично не



досліджений [14, 15]. На сьогодні існує виражена суперечність між високим адаптивним потенціалом оздоровчого фітнесу та відсутністю алгоритмізованих, науково перевірених методик його застосування. Невирішеним залишається питання створення комплексної технології, яка б поєднувала стимуляцію моторних, когнітивних та соціальних процесів через специфічні засоби оздоровчого фітнесу.

**Формулювання цілей статті** – визначити та науково обґрунтувати особливості застосування засобів оздоровчого фітнесу в корекційно-розвивальній роботі з дітьми старшого дошкільного віку з різними формами мовленнєвих порушень.

**Матеріали та методи.** Для досягнення поставленої мети використано комплекс взаємодоповнювальних методів дослідження: аналіз та систематизація науково-методичної літератури, компаративний аналіз українських та зарубіжних підходів до інтеграції рухової активності в логопедичну практику; метод теоретичного узагальнення та моделювання застосовано для розробки алгоритму диференційованого добору засобів оздоровчого фітнесу залежно від нозології мовленнєвого порушення; проєктування корекційно-розвивальних програм: систематизація специфічних вправ оздоровчого фітнесу (дитячий пілатес, фітбол-гімнастика, вправи на нестабільних опорах, йога, стретчинг) та їх поєднання з мовленнєвим матеріалом за принципом «рух – слово – рефлексія».

**Виклад основного матеріалу дослідження.** У процесі дослідження здійснено порівняльний аналіз підходів українських і зарубіжних науковців до застосування засобів оздоровчого фітнесу в корекційно-розвивальній роботі з дітьми дошкільного віку з порушеннями мовлення. Встановлено, що українські дослідження ґрунтуються переважно на корекційно-педагогічному та психофізіологічному підходах, у межах яких оздоровчий фітнес розглядається як допоміжний засіб оптимізації мовленнєвого та моторного розвитку дитини [16–18]. У вітчизняних роботах акцент зроблено на корекції порушених функцій, зниженні психоемоційної напруги та формуванні базових рухових умінь, а зміст



рухових програм представлений дихальними вправами, пальчиковою гімнастикою, елементами ритміки та логоритміки з мовленнєвим супроводом [1, 2, 11, 13]. Очікуваними ефектами визначено покращення мовлення, розвиток загальної й дрібної моторики та зниження тривожності дітей, при цьому ефективність програм оцінюється переважно на експериментально-прикладному рівні.

Натомість зарубіжні дослідження базуються на міждисциплінарних нейропсихологічних концепціях, у межах яких рухова активність розглядається як ключовий чинник когнітивного, мовленнєвого та саморегуляційного розвитку дитини [19–21]. Оздоровчий фітнес у цих підходах виконує центральну роль і реалізується через дитячу йогу, функціональні рухи, танцювально-рухову терапію та рухові програми з когнітивним навантаженням, інтегровані за принципами «*movement-based learning*» і «*dual-task activities*». Такі програми мають індивідуалізований і середовищний характер та передбачають активне залучення сім'ї, забезпечуючи розвиток виконавчих функцій, мовлення і загальної когнітивної готовності.

Таким чином, українські підходи орієнтовані переважно на корекцію порушених функцій у межах традиційної педагогічної моделі, тоді як зарубіжні – на цілісний розвиток дитини через інтеграцію рухової, мовленнєвої та когнітивної активності на засадах доказової нейропсихології, що обґрунтовує доцільність поєднання сильних сторін обох підходів у сучасних корекційно-розвивальних програмах.

На основі здійсненого аналізу фахової літератури розроблено алгоритм добору засобів оздоровчого фітнесу за мовленнєвим діагнозом у дітей старшого дошкільного віку (рис. 1).



| <b>Крок 1. Комплексна первинна діагностика дитини</b>             |   |  |   |
|---|---|--|---|
| логопедичне обстеження  | оцінку загальної та дрібної моторики, координації рухів, рівня постурального контролю | аналіз психоемоційного стану, рівня саморегуляції, тривожності та мотивації до комунікації | визначення нейродинамічних особливостей |
| <b>Крок 2. Визначення провідного корекційного завдання</b>        |   |  |   |
| фонетико-фонематичні порушення                                    | загальне недорозвинення мовлення  | порушення темпо-ритмічної організації мовлення   | дизартричні прояви                      |
| <b>Крок 3. Відбір пріоритетних груп засобів дитячого фітнесу</b>  |   |  |   |
| Мовленнєвий діагноз   |   | Пріоритетні засоби оздоровчого фітнесу   |   |
| ФФНМ  |   | ритмічна гімнастика, логоритміка, координаційні вправи, фітбол-гімнастика                  |   |
| ЗНМ   |   | функціональний дитячий фітнес, рухливі ігри, дитяча йога, ігрові фітнес-маршрути           |   |
| Заїкання  |   | дихальна гімнастика, релаксаційний фітнес, стретчинг, баланс-вправи                        |   |
| Дизартрія   |   | пальчикова гімнастика, пілатес для дітей, вправи на нестабільних опорах                    |   |
| <b>Крок 4. Інтеграція рухових і мовленнєвих завдань</b>           |   |  |   |
| виконання рухової дії   | супровід дії мовленнєвим матеріалом (звук, склад, слово, фраза);                      | коротке вербалізоване осмислення дії   |   |
| <b>Крок 5. Дозування навантаження та темп організації занять</b>  |   |  |   |
| вікові можливості дітей   | рівень мовленнєвого дефіциту  | здатність до концентрації уваги  |   |
| <b>Крок 6. Поточний педагогічний контроль і корекція програми</b> |   |  |   |
| спостереження за динамікою мовленнєвої активності                 | оцінка моторної впевненості та емоційного стану                                       | індивідуальна корекція вправ   |   |
| <b>Крок 7. Підсумкова оцінка ефективності</b>                     |   |  |   |
| покращення мовленнєвих функцій                                    | зростання рухової координації   | зниження тривожності   | підвищення мотивації до спілкування     |

Рисунок 1 – Блок-схема алгоритму добору засобів оздоровчого фітнесу за мовленнєвим діагнозом у дітей старшого дошкільного віку

Джерело: власна розробка авторів

На початковому етапі здійснюється міждисциплінарна оцінка функціонального стану дитини, яка включає: логопедичне обстеження (тип мовленнєвого порушення, рівень сформованості фонетико-фонематичних, лексико-граматичних і просодичних компонентів мовлення); оцінка загальної та дрібної моторики, координації рухів, рівня постурального контролю; аналіз психоемоційного стану, рівня саморегуляції, тривожності та мотивації до



комунікації; визначення нейродинамічних особливостей (переважання збудження/гальмування, швидкість переключення). Результати діагностики слугують основою для індивідуалізації рухово-мовленнєвого впливу.

Залежно від мовленнєвого діагнозу формується домінантна корекційна мета: фонетико-фонематичні порушення (розвиток слухо-рухової координації, ритму та чіткості артикуляції); загальне недорозвинення мовлення (активізація мовленнєвої ініціативи, формування лексико-граматичних структур); порушення темпо-ритмічної організації мовлення (заїкання) (нормалізація мовленнєвого дихання, зниження психоемоційної напруги); дизартричні прояви (стабілізація постурального контролю, розвиток дрібної моторики та міжпівкульної взаємодії). На третьому етапі визначається оптимальний набір фітнес-засобів відповідно до провідного дефіциту. Засоби фітнесу поєднуються з мовленнєвими вправами за принципом «рух – слово – рефлексія»: виконання рухової дії; супровід дії мовленнєвим матеріалом (звук, склад, слово, фраза); коротке вербалізоване осмислення дії (що робив, як відчував). Такий підхід забезпечує формування стійких моторно-мовленнєвих зв'язків. Інтенсивність і складність вправ добираються з урахуванням вікових можливостей дітей; рівня мовленнєвого дефіциту; здатності до концентрації уваги. Рекомендується використовувати короткі рухові блоки (3–5 хв); чергування активних і релаксаційних вправ; поступове ускладнення координаційних і мовленнєвих завдань. У процесі занять здійснюються динамічні спостереження за динамікою мовленнєвої активності; оцінка моторної впевненості та емоційного стану. Корекційна програма уточнюється кожні 3–4 тижні, індивідуальна корекція вправ (спрощення або ускладнення) залежно від засвоєння матеріалу. Ефективність добору фітнес-засобів оцінюється за показниками покращення мовленнєвих функцій, зростання рухової координації, зниження тривожності, підвищення мотивації до спілкування. Отримані результати використовуються для оптимізації подальшої корекційно-розвивальної роботи. Запропонований алгоритм забезпечує науково обґрунтований, диференційований та



індивідуалізований добір засобів дитячого фітнесу залежно від мовленнєвого діагнозу, що дозволяє реалізувати високий корекційний потенціал рухової активності в умовах інклюзивного дошкільного середовища.

На основі даних фахової літератури, провідного практичного досвіду систематизовано засоби оздоровчого фітнесу у використанні у корекційно-розвивальних програмах для дітей дошкільного віку з порушеннями мовлення. Систематизація наукових джерел дозволяє стверджувати, що ефективність корекційно-розвивального процесу прямо залежить від диференціації засобів дитячого фітнесу відповідно до патогенетичних особливостей мовленнєвого порушення. На відміну від традиційних загальнорозвивальних програм, сучасний міждисциплінарний підхід розглядає фізичні вправи як засіб цілеспрямованого впливу на конкретні мозкові структури, відповідальні за праксис, ритм та серійну організацію рухів. При систематизації засобів враховано дослідження провідних зарубіжних науковців, що [14, 15, 21] переконливо доводять існування «когнітивно-моторного перехрестя». Встановлено, що рухова активність, яка вимагає високого рівня виконавчих функцій – таких як дитячий пілатес або координаційні тренінги на нестабільних платформах – активує префронтальну кору та мозочок. Інтеграція складних рухових завдань із мовленнєвими стимулами та завданнями на саморегуляцію створює вищий корекційний ефект за рахунок явища нейропластичності. Ізольовані логопедичні вправи програють у порівнянні з «тілесним пізнанням», де рух виступає каталізатором для формування нових нейронних зв'язків. Українська наукова школа пропонує фундаментальний методичний базис для адаптації цих технологій. Українська практика фокусується на створенні інклюзивного освітнього середовища, де дитячий фітнес трансформується з суто спортивного заняття на універсальний інструмент моторно-мовленнєвої корекції [6]. Напрацювання українських авторів дозволяють адаптувати такі засоби як степ-аеробіка, фітбол-гімнастика та логоритміка під особливі освітні потреби дошкільнят [22–24]. Це забезпечує синергію між розвитком фізичних якостей



(координації, рівноваги, сили) та корекцією специфічних дефектів мовлення (темпо-ритмічних порушень, заїкання, дизартрії) (табл. 1).

Таблиця 1 – Особливості використання засобів оздоровчого фітнесу для дітей 5–6 років залежно від порушень мовлення

| Назва вправи   | Засоби оздоровчого фітнесу                     | Мовленнєвий компонент                                  | Корекційно-розвивальний ефект  |
|--|--|--|--|
| <b>Фонетико-фонематичні порушення мовлення (ФФНМ)</b>                              |  |  |  |
| «Рухайся і говори»   | Координаційні вправи, марширування, крос-кроки | Промовляння складів, автоматизація звуків у ритмі руху | Формування ритміко-інтонаційної сторони мовлення, слухо-рухова координація |
| «Ритмічні кроки»   | Ритмічна гімнастика, музично-рухові ігри       | Лічилки, вірші, звукоряди                              | Покращення фонематичного сприймання, темпу мовлення                        |
| «Фітбол-артикуляція»   | Фітбол-гімнастика, стабілізаційні вправи       | Артикуляційні вправи, логоритміка                      | Синхронізація рухів корпусу та артикуляції                                 |
| <b>Загальне недорозвинення мовлення (ЗНМ)</b>                                      |  |  |  |
| «Ігрова станція»   | Рухливі ігри, естафети, фітнес-маршрути        | Побудова фраз, відповіді на запитання                  | Активізація мовленнєвої ініціативи, словникового запасу                    |
| «Йога-казка»   | Дитяча йога, статичні пози                     | Опис образів, дій персонажів                           | Розвиток зв'язного мовлення, саморегуляції                                 |
| «Функціональний рух + слово»   | Присідання, нахили, повзання                   | Називання дій, ознак, просторових понять               | Формування граматичних структур  |
| <b>Порушення темпо-ритмічної організації мовлення (заїкання, тахі-/брадилалія)</b> |  |  |  |
| «Дихай – говори»   | Дихальна гімнастика, фітнес-релаксація         | Проговорювання фраз на подовженому видиху              | Нормалізація мовленнєвого дихання, темпу мовлення                          |
| «Баланс і слово»   | Баланс-борди, нестабільні платформи            | Повільне мовлення з паузами                            | Зниження мовленнєвої напруги, самоконтроль                                 |
| «Стретчинг-діалог»   | М'який стретчинг, релаксація                   | Опис відчуттів, діалог                                 | Зменшення тривожності, мовленнєва впевненість                              |
| <b>Дизартричні прояви, недостатність моторного контролю</b>                        |  |  |  |
| «Пальчики говорять»  | Пальчикова гімнастика, маніпулятивні вправи    | Артикуляційні пози, звукосполучення                    | Активізація мовленнєво-моторних зон  |
| «Координаційний лабіринт»  | Повзання, лазіння, перехресні рухи             | Коментування дій                                       | Покращення міжпівкульної взаємодії   |
| «Пілатес-дитина»   | Дитячий пілатес, контроль корпусу              | Повільне мовлення з контролем артикуляції              | Стабілізація моторики, чіткість мовлення                                   |

Джерело: власна розробка авторів



**Дискусія.** Аналіз наукових даних підтверджує, що як українські, так і зарубіжні автори визнають важливу роль рухової активності та засобів оздоровчого фітнесу для фізичного та мовленнєвого розвитку дітей дошкільного віку з порушеннями мовлення. Українські дослідження, зокрема роботи М. Пальчук та Н. Гулюк, засвідчують, що фізичне виховання дітей старшого дошкільного віку з мовленнєвими порушеннями сприяє покращенню рухових функцій та загального фізичного стану, що є важливим компонентом комплексної корекційної роботи у закладах дошкільної освіти. У цих умовах фізична підготовленість дошкільників з мовленнєвими обмеженнями виявляється нижчою за нормативні показники, що вимагає перегляду змісту та засобів фізичного виховання з інтеграцією рухових і корекційних компонентів [3]. Українські автори також підкреслюють необхідність впровадження сучасних фітнес-технологій у практику фізичного виховання дошкільнят. Так, Хуртенко, Дмитренко та Кужель зазначають, що традиційні форми фізичного виховання в Україні не забезпечують достатнього рівня профілактики функціональних відхилень і що сучасний дитячий фітнес із використанням музичних, танцювальних і ігрових елементів сприяє підвищенню фізичної активності та мотивації дітей до рухової діяльності [12]. Це важливо, оскільки така мотивація може бути тісно пов'язана з комунікативною активністю та участю в соціальних взаємодіях дитини.

Зарубіжна наукова література також підсилює цю думку, показуючи, що структуровані програми рухової активності, особливо ті, що включають когнітивні або мовленнєві компоненти, можуть мати позитивний вплив на розвиток когнітивних функцій, уваги та мовленнєвих навичок у дошкільнят. Систематичні огляди свідчать про те, що рухові інтервенції можуть сприяти розвитку мовних та когнітивних доменів у ранньому віці, оскільки рухова активність стимулює нейропластичність та покращує функції виконавчих процесів, які є критично важливими для мовленнєвого розвитку [9]. Важливо підкреслити, що рухова активність як інтегрований компонент навчально-



корекційних програм не лише підтримує загальне фізичне здоров'я дітей, але й може створювати сприятливі умови для стимуляції мовленнєвих процесів через взаємозв'язок між руховими навичками та когнітивними функціями. У зарубіжній науковій літературі також підкреслюється, що структуровані програми рухової активності, включаючи ігрові, танцювально-рухові та мультицільові тренування, можуть мати синергічні ефекти на моторний і когнітивний розвиток дітей. Дослідження показують, що інтегровані тренування спрямовані на одночасну стимуляцію моторних і когнітивних навичок можуть бути ефективними у посиленні як фізичних, так і когнітивних функцій [20].

Таким чином, поєднання традиційного українського досвіду фізичного виховання з міжнародними моделями рухово-мовленнєвої інтеграції створює перспективну методологічну базу для розробки ефективних і науково обґрунтованих програм оздоровчого фітнесу для дітей з порушеннями мовлення, що враховують як фізичний, так і когнітивно-комунікативний розвиток. Це підтверджує необхідність таких підходів для розв'язання комплексних педагогічно-психофізіологічних завдань у дошкільній освіті та корекції мовленнєвих порушень.

**Висновки.** Аналіз сучасного наукового дискурсу підтвердив наявність феномена «когнітивно-моторного перехрестя», що обґрунтовує розгляд рухової активності як структурно значущого компонента системи корекції мовленнєвих порушень у дітей дошкільного віку. Доведено, що інтеграція українського педагогічного досвіду з провідними зарубіжними нейропсихологічними концепціями створює методологічне підґрунтя для формування цілісної корекційно-оздоровчої технології впливу на психофізичний розвиток дитини.

Розроблений семикроковий алгоритм корекційно-фітнесної роботи забезпечує науково обґрунтовану та логічно вибудовану послідовність дій – від міждисциплінарної діагностики мовленнєвого й моторного розвитку до підсумкової оцінки результативності впливу занять на основі використання засобів оздоровчого фітнесу. Застосування цього алгоритму дозволяє



трансформувати оздоровчий фітнес із загальнорозвивального засобу у цілеспрямований інструмент корекційно-терапевтичної дії. Систематизація фітнес-засобів відповідно до нозологічної специфіки мовленнєвих порушень засвідчила диференційовану ефективність їх використання: для дітей із фонетико-фонематичним недорозвитком мовлення (ФФНМ) пріоритетними є ритмічні та координаційні вправи; при загальному недорозвитку мовлення (ЗНМ) – функціональні рухливі ігри та комплекси типу «йога-казка»; у разі заїкання – дихальні та ментально-релаксаційні фітнес-технології; при дизартрії – вправи пілатесу та тренування з використанням нестабільних опор. Запровадження принципу «рух – слово – рефлексія» забезпечує усвідомленість рухової діяльності, сприяє формуванню мовленнєво-рухових зв'язків і стимулює мовленнєву ініціативу дітей. Використання інноваційних фітнес-засобів у корекційній роботі підвищує мотивацію дошкільників до занять, оптимізує їх психоемоційний стан та створює сприятливі умови для комплексного мовленнєвого й психофізичного розвитку.

**Перспективи подальших досліджень** будуть спрямовані на обґрунтування та розробку технологій корекції показників фізичного та психоемоційного стану дітей старшого дошкільного віку з порушеннями мовлення.

### **Список використаних джерел**

1. Петренко Н. В., Філіппов М. М. Зміни стану координаційних та когнітивних функцій у дітей 5–6 років з мовними відхиленнями під впливом занять з використанням елементів танцювальних вправ. *Адаптаційні та психофізіологічні проблеми фізичної культури і спорту* : тези доп. XI Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Київ, 26 квіт. 2023 р.). Київ : НУФВСУ, 2023. С. 225–227.
2. Пангелова Н. Є., Калмиков Г. О. Організація оздоровчо-рекреаційної діяльності дітей старшого дошкільного віку з порушеннями мовлення. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2020. Вип. 2 (122). С. 132–137.



3. Пальчук М., Гулюк Н. Діагностика фізичної підготовленості та мовлення дітей 5–6 років з порушенням мовленнєвого розвитку в освітньому процесі в закладах дошкільної освіти. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка*. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. 2024. Вип. 29 (1). С. 21–27. DOI: [https://doi.org/10.32626/2309-8082.2024-Випуск 29\(1\).21-27](https://doi.org/10.32626/2309-8082.2024-Випуск 29(1).21-27).
4. Physical activity intervention promotes working memory and motor competence in preschool children / J. Y. Zhang et al. *Front Public Health*. 2022. Vol. 10. Art. 984887. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.984887>
5. Wang, C. The role of physical activity promoting thinking skills and emotional behavior of preschool children. *Psicol. Refl. Crit.* **35**, 24 (2022). <https://doi.org/10.1186/s41155-022-00223-1>
6. Співак А. Г. Застосування нетрадиційних технологій у корекційній роботі з дітьми з порушеннями мовлення. *Науковий часопис [Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова]. Серія 19 : Корекційна педагогіка та спеціальна психологія*. 2023. Вип. 45. С. 117–123. DOI: <https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series19.2023.45.17>.
7. Піроженко Т. О. Комунікативно-мовленнєвий розвиток дошкільника. Тернопіль: Мандрівець, 2010. 152 с.
8. Effects of cognitive-motor dual task training on cognitive and physical performance in healthy children and adolescents: A scoping review / B. Wollesen et al. *Acta Psychol (Amst)*. 2022. Vol. 224. Art. 103498. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103498>.
9. Movement and language development as an early childhood twin strategy: A systematic review / M. Valentini et al. *Sport Mont*. 2018. Vol. 16, no. 3. P. 107–112. DOI: <https://doi.org/10.26773/smj.181019>.
10. Пангелова Н., Кравченко Т., Пангелов Б. Зміст і структура занять з пріоритетним використанням елементів фітбол-аеробіки з дітьми старшого



дошкільного віку. *Вісник Прикарпатського університету*. 2023. Випуск 41. С. 65–75. <https://doi.org/10.15330/jpnu.10.1.65-75>

11. Старченко А. Обґрунтування доцільності використання засобів дитячого фітнесу у фізкультурній освіті дітей дошкільного віку. *Молода спортивна наука України*. 2016. Т. 2. С. 325–329.

12. Хуртенко О. В., Дмитренко С. М., Кужель М. М. Застосування дитячого фітнесу у фізкультурно-оздоровчій роботі з дітьми дошкільного віку. *Професійно-прикладні дидактики*. 2024. № 2. С. 90–95. DOI: <https://doi.org/10.37406/2521-6449/2024-2-15>.

13. Методичні рекомендації щодо змісту логоритмічних занять для розвитку мовлення у дітей дошкільного віку. *Первомайський ЗДО №7 “Перлинка”*. URL: <https://zdo7.org.ua/post/2745> (дата звернення: 11.01.2026).

14. Deliberate Play and Preparation Jointly Benefit Motor and Cognitive Development: Mediated and Moderated Effects / С. Pesce et al. *Frontiers in Psychology*. 2016. Vol. 7. Art. 349. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00349>.

15. Physical activity, fitness, cognitive function, and academic achievement in children: a systematic review / J. E. Donnelly et al. *Medicine and Science in Sports and Exercise*. 2016. Vol. 48, no. 6. P. 1197–1222. DOI: <https://doi.org/10.1249/MSS.0000000000000901>.

16. Huliuk N., Pasichniak L., Palchuk M. Expediency of using physical education means in the educational process of preschool-aged children with speech disorders. *Theory and Practice of Physical Culture and Sports*. 2024. Vol. 3, no. 1. P. 42–49. DOI: <https://doi.org/10.69587/tppcs/1.2024.42>.

17. Diagnostics of physical fitness and speech of children aged 5–6 with impaired speech development in the educational process in preschool educational institutions / N. В. Pavlyshyna et al. *Вісник Кам’янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров’я людини*. 2024. Вип. 29 (1). С. 21–27. DOI: [https://doi.org/10.32626/2309-8082.2024-Випуск29\(1\).21-27](https://doi.org/10.32626/2309-8082.2024-Випуск29(1).21-27).



18. Жуковська М. О. Вплив занять із аеробіки на когнітивний розвиток і психоемоційний стан дітей молодшого шкільного віку. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2025. Вип. 10 (197). С. 91–95. DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.10\(197\).15](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.10(197).15).
19. Education support services for improving school engagement and academic performance of children and adolescents with a chronic health condition / T. Barnett et al. *Cochrane Database Syst Rev*. 2023. Vol. 2, no. 2. Art. CD011538. DOI: <https://doi.org/10.1002/14651858.CD011538.pub2>.
20. Effects of coordination-based training on preschool children's physical fitness, motor competence and inhibition control / B. Başarır et al. *BMC Pediatr*. 2025. Vol. 25, no. 1. Art. 539. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12887-025-05897-x>.
21. Diamond A., Lee K. Interventions shown to aid executive function development in children 4-12 years old. *Science*. Article. 2011333(6045). P. 959-964. doi:10.1126/science.1204529
22. Чекан О. І. Мовленнєво-ігрова діяльність як засіб розвитку зв'язного мовлення дітей з аутистичними порушеннями. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки*. 2024. № 5 (364). С. 101–107.
23. Андрєєва ОВ, Чеверда АО. Оцінювання фізичного стану дітей 5–6 років, які займаються оздоровчим фітнесом з елементами спортивних танців. *Спортивна медицина і фізична реабілітація*. 2020. №1. С. 87-93.
24. Чеверда А. О., Андрєєва О. В., Мартин П. М. Ефективність програми занять з використанням засобів спортивних танців для дітей старшого дошкільного віку. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2020. № 3(123). С. 161-168.