

**II Міжнародна науково-
практична конференція**

**II International scientific
and practical conference**



**25 лютого 2025 р.
м. Чернігів, Україна**

**February 25, 2025
Chernihiv, Ukraine**

**Наука та освіта в умовах
викликів сьогодення**

**Science and education in the
conditions of today's challenges**





II Міжнародна
науково-практична
конференція

**Наука та освіта
в умовах викликів
сьогодення**

Матеріали

25 лютого 2025 р.

м. Чернігів, Україна



II International
scientific and practical
conference

**Science and education
in the conditions of
today's challenges**

Proceedings

February 25, 2025

Chernihiv, Ukraine

Наука та освіта в умовах викликів сьогодення : матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції / Міжнародний гуманітарний дослідницький центр (Чернігів, 25 лютого 2025 р). Research Europe, 2025. 282 с.

До збірника ввійшли матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції "Наука та освіта в умовах викликів сьогодення", яка відбулася 25 лютого 2025 року. Збірник розрахований на науковців, освітян, студентів, державних службовців, представників бізнесу та широку громадськість.

Робочі мови конференції: українська, англійська та польська.

Публікується в авторській редакції

Матеріали збірника подаються в авторській редакції та публікуються мовою оригіналу. Автори опублікованих матеріалів несуть повну відповідальність за достовірність наведених фактів, власних імен, цитат, статистичних даних, галузевої термінології та іншої інформації.



Відповідно до Закону України "Про авторське право і суміжні права", при використанні наукових ідей та матеріалів цього збірника, посилання на авторів і видання є обов'язковим.

**Research
Europe.org**

IHC INTERNATIONAL
HUMANITARIAN
RESEARCH CENTER

© Міжнародний гуманітарний
дослідницький центр, 2025
© Research Europe, 2025

Science and education in the conditions of today's challenges : proceedings of the II International scientific and practical conference / International Humanitarian Research Center (Chernihiv, 2025, February 25). Research Europe, 2025. 282 p.

The collection includes the proceedings of the II International scientific and practical conference "Science and education in the conditions of today's challenges", which took place on 25th February 2025. The collection is aimed at scientists, educators, students, government officials, business representatives and the wider public.

Working languages of the conference: Ukrainian, English, and Polish.

Published in the author's edition

The collection's proceedings are presented in the author's edition and published in the original language. The authors of published materials hold complete responsibility for the precision of facts, proper nouns, quotes, statistical data, industry terminology, and other information presented.



According to the Ukrainian Law on Copyright and Related Rights, it is mandatory to cite the authors when using scientific ideas and materials from this collection.

**Research
Europe.org**

IHR INTERNATIONAL
HUMANITARIAN
RESEARCH CENTER

© International Humanitarian
Research Center, 2025

© Research Europe, 2025

Official website: researcheurope.org

ЗМІСТ

.....

TABLE OF CONTENTS

СЕКЦІЯ 1. ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА НАВЧАННЯ

.....

SECTION 1. THEORY AND TEACHING METHODS

Адамовська М. С.

Формування культурологічної компетентності студентів

дизайнерських спеціальностей: сучасні технології. 14

Бирюк О. В.

Coursebook contributions to developing mediation skills. 18

Бодок Е.-Е. О.

Activities in the communicative EFL-classroom. 22

Glóger, K.

Gamification in teaching EFL in upper secondary classes. 26

Єрко Г. І., Казмірчук О. А.

Критичне мислення на заняттях з історії: формування

вміння аналізувати історичні події. 30

Лучкевич В. В.

Конструктивістський підхід у навчанні

іноземних мов: інновації та перспективи. 33

Стешенко О. Л.

Теоретичний аналіз поняття професійної кар'єри студентів

економічних спеціальностей: педагогічний аспект. 35

СЕКЦІЯ 2. ІНФОРМАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ

ТА ІННОВАЦІЙНІ МЕТОДИКИ В ОСВІТІ

.....

SECTION 2. INFORMATION TECHNOLOGIES

AND INNOVATIVE METHODS IN EDUCATION

Абрамова Л. С., Абрамова О. С.

Вплив штучного інтелекту на розвиток

аналітичного мислення в освіті. 39

Бандурка Л. В., Москаленко О. Л., Нечай А. М.

Формування етичних та громадянських компетенцій
у студентському середовищі на тлі використання
генеративного штучного інтелекту (ГШІ). 44

Гончар Л. В.

Роль педагогів у запобіганні та подоланні булінгу
серед підлітків у цифровому освітньому середовищі. 48

Комарова Г. Л., Приміський І. В., Крамаренко С. Б.

Використання віртуальної та доповненої реальності
в навчальному процесі технічних спеціальностей. 51

Новікова О. В.

The use of artificial intelligence at English language lessons. 54

Ridel, T. M.,

Virtual and augmented reality in language education:
immersive experiences for language learners. 56

Самойленко М. А.

Роль інформаційних технологій в модернізації освіти. 59

Ящук В. І.

Використання віртуальних машин на базі платформи
TryHackMe для підготовки фахівців зі спец. 125
"Кібербезпека та захист інформації". 62

СЕКЦІЯ 3. ДОШКІЛЬНА ОСВІТА

.

SECTION 3. PRESCHOOL EDUCATION

Косс В. А.

Психолого-педагогічний і правовий характер
дошкільного виховання в Китаї. 66

Манчур Л. Р.

Моніторинг розвитку дітей з особливими освітніми
потребами в умовах ЗДО № 134 м. Львів. 67

Товкач І. Є.

Теоретичні аспекти підтримки дитини дошкільного
віку в умовах емоційного напруження. 70

СЕКЦІЯ 4. ШКІЛЬНА ОСВІТА

.....

SECTION 4. SCHOOL EDUCATION

Горбульова В. Р.

Психологічна адаптація дітей і батьків до
змін в освітньому процесі в умовах війни. 74

Деордіца Т. Ю., Вороніна М. В.

Конструкт "грамотність читання": спроба
спростування суперечливих інтерпретацій. 76

Коваленко К. М.

Розвиток логічного мислення молодших
школярів на уроках математики. 81

Лаппо В. В.

Гуманістичні засади педагогічної
взаємодії в умовах НУШ. 85

Tarasenko, G., Derkacz, O.

Kultura wprowadzenia bajki psychokorekcyjnej
do pracy z młodszymi ucznia. 89

Химич М. А.

Цифрова компетентність вчителя як засіб формування
соціальних навичок учнів початкової школи. 92

СЕКЦІЯ 5. ВИЩА ОСВІТА

.....

SECTION 5. HIGHER EDUCATION

Бардашевська Я. М.

Ключові аспекти формування диригентсько-хорової
компетентності майбутніх вчителів музичного мистецтва. 95

Василевська І. В.

Значення психологічних аспектів формування
компетенцій сімейного лікаря. 98

Воровка М. І.

Діяльність викладачів закладів вищої
освіти в умовах військового стану. 100

Галушко Н. А.

Формування громадянської відповідальності
як складова професійної підготовки педагога. 103

Гапонюк М. А., Бороденко Т. М.

Інтеграція штучного інтелекту в академічне
середовище: виклики та можливості. 105

Гордійчук Я. А.

Організаційно-педагогічні умови становлення
екзистенційально значущих якостей особистості
студентів у процесі інтерактивного навчання. 112

Зєня Л. Я., Анісімова А. О.

Урахування принципів нейродидактики як
фактор удосконалення професійної підготовки
майбутніх учителів іноземної мови. 115

Ляшкевич А. І.

Підвищення ефективності освітнього процесу
та професійної підготовки військових моряків
із відповідним рівнем компетентності. 117

Міщук Д. М., Бойко Г. Л.

Вплив стресу на психологічний стан людини
в умовах російсько-української війни. 121

Омельяненко Г. А., Парій С. Б.,

Мотков В. В., Сахно В. В.

Компетентнісний підхід та сучасні дидактичні засоби
у навчанні курсу "Вступ до спеціальності": формування
професійної ідентичності студентів. 124

Платонова О. Г.

Зміст професійного самовизначення
молоді у сучасному світі. 127

Стаценко Н. В.

Метод кейс-стаді в професійній підготовці
майбутніх освітніх менеджерів. 131

Фу Хун

Сутність поняття "інноваційна
компетентність керівника закладу освіти". 135

СЕКЦІЯ 6. ОСВІТА ДОРΟΣЛИХ

.

SECTION 6. ADULT EDUCATION

Новгородська Ю. Г.

Медіаграмотність педагогів як
вимога інформаційного суспільства. 140

СЕКЦІЯ 7. ТОЧНІ ТА ПРИРОДНИЧІ НАУКИ

.....

SECTION 7. EXACT AND NATURAL SCIENCES

Жикевич Є. І., Верховцев В. Г.

Ремедіація підземних вод забруднених хлорорганічними
сполуками методом хімічного окислення. 145

Nagorniuk, O. M., Ciepiela, M.,

She, V., Sobczyk, W.

Influence of microclimatic factors on the dispersion
rate of particulate pollutants. 149

Ciepiela, M., She, V.,

Nagorniuk, O. M., Sobczyk, W.

The issue of the sources of emissions and
chemical composition of dust pollutants. 152

СЕКЦІЯ 8. СОЦІАЛЬНО-ГУМАНІТАРНІ НАУКИ

.....

SECTION 8. SOCIAL AND HUMANITARIAN SCIENCES

Бачеріков О. В.

Вплив самоспівчуття дорослої особистості
на її соціально-психологічну адаптацію. 157

Благодатна А. Г.

Шляхи забезпечення кібербезпеки
в міжнародному морському праві. 160

Дічек Н. П.

Характеристичні моделі українця-патріота-державника. 162

Жалко Т. Й.

Конфліктний дискурс у професійному
спілкуванні: комунікативні бар'єри. 166

Карпенко Є. В., Ніцевич О. В.

Життя-соло як соціально-психологічний
феномен в умовах глобалізації. 171

Kolosok, V., Nechepurenko, K.

Digital transformation trends of marketing business processes. 173

Марцев О.

Конфліктні ситуації та булінг у закладах освіти. 175

Мудрий Я. С.	
Фандрайзинг у діяльності недержавних організацій.	179
Ордатій Н. М., Ангельська В. Ю.	
Забезпечення точності та надійності психодіагностичних методик в умовах сучасної України.	182
Патlachук В. Н.	
Гармонізація регламенту Верховної Ради України із європейськими стандартами парламентської діяльності.	185
Полесов С. С.	
Сучасна система пенсійного забезпечення в Україні.	189
Поляков О. П.	
Ключові аспекти системи управління ризиками небанківських надавачів платіжних послуг.	193
Рудакевич О. М.	
Безпекові проблеми української нації в контексті російсько-української війни.	196
Semigina, T.	
Digitalization of social services in Ukraine: when technology outpaces reality.	200
Фісун Д. Є.	
Суспільне мовлення в Україні – особливості жанрів, контент та його функціональність.	205
Хоменко В. В.	
Цифрова трансформація суспільства як предмет соціально- філософського аналізу: концептуальні дискусії.	207
Четверик В. В.	
Державний устрій та структура влади в Швейцарії.	209
Чиханцова О. А.	
Життєстійкість та копінг-стратегії: фактори збереження психічного здоров'я людини.	212
Шипоша А. В.	
Правові засади та особливості середньовічної нотаріальної діяльності.	215
Шипоша А. В.	
Особливості ранньохристиянської концепції справедливої війни (Оріген, Тертуліан, Амвросій Медіоланський, Аврелій Августин).	217
Штиршов О. М.	
Роль соціогуманітарної політики у процесі розвитку освіти.	220

СЕКЦІЯ 9. ЕКОНОМІКА ТА ТЕХНОЛОГІЇ

SECTION 9. ECONOMICS AND TECHNOLOGY

Єсипенко В. В.

Реверсивна логістика – це шлях до сталого розвитку і зростання бізнесу. 223

Косс А. В.

Підтримка відповідності міжнародним стандартам якості молочної галузі України. 225

Ліхота О. В.

Інституційне забезпечення інформаційної діяльності в США. 229

Марущенко О. О.

Визначення механізмів державної підтримки інноваційного розвитку аграрного бізнесу на екологічних засадах. 231

Мухін В. А.

Роль державної підтримки бізнесу в Харківській області. 235

Патлачук Т. В.

Підвищення рівня залученості та лояльності клієнтів в умовах поведінкової економіки. 238

Подаков Є. С.

Сучасні фактори інвестиційної привабливості туристичної сфери Херсонської області. 241

Попович М. В.

Інструменти фінансової підтримки бізнесу та реального сектору економіки України. 246

Шостак К. С.

Формування цін на товари на підприємствах торгівлі та контроль за їх дотриманням. 249

Ян Буюнь

Сталий розвиток у металургійній промисловості України: диференціація підприємств за рівнем адаптації. 252

СЕКЦІЯ 10. ІНОЗЕМНІ МОВИ

SECTION 10. FOREIGN LANGUAGES

Бакша Р. К.

Differentiation in the EFL classroom: opportunities and challenges. 257

Yelisieieva, S. V.

The perlocutionary effect of legal communication
and peculiarities of translation. 262

Yemets, O. V.

The category of temporality in the contemporary
short fiction: lexical and stylistic aspects. 266

Тернова О. І.

Поняття "юридичний термін";
його основні властивості та ознаки. 268

Chernionkov, Y.

AI in learning foreign languages at IHE. 271

СЕКЦІЯ 11. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ

.

SECTION 11. PHYSICAL CULTURE AND SPORT

Воловик Н. І., Підвальна О. В.

Застосування занять з фітнес-йоги для зниження рівня
стресу здобувачів у закладах вищої освіти в умовах війни. 274

СЕКЦІЯ 12. КУЛЬТУРА І МИСТЕЦТВО

.

SECTION 12. CULTURE AND ART

Пешкова В. А.

Вплив музики на лікування посттравматичного
синдрому у військових. 278

СЕКЦІЯ 11. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ

SECTION 11. PHYSICAL CULTURE AND SPORT

Воловик Н. І.,

УДК 796.035:613.8:378]"364"

канд. пед. наук, доцент, доцент кафедри
олімпійського та професійного спорту,
Український державний університет
імені Михайла Драгоманова, м. Київ

Підвальна О. В.,

старший викладач кафедри
технологій оздоровлення і спорту,
Національний технічний університет
України "Київський політехнічний інститут
імені Ігоря Сікорського", м. Київ



**ЗАСТОСУВАННЯ ЗАНЯТЬ З ФІТНЕС-ЙОГИ
ДЛЯ ЗНИЖЕННЯ РІВНЯ СТРЕСУ ЗДОБУВАЧІВ У
ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ВІЙНИ**

Одним із найбільших викликів для здоров'я та благополуччя людей є стрес, і відомо, що тривалий стрес призводить до різноманітних проблем. У сучасному суспільстві зростає занепокоєння щодо ментального благополуччя як контрасту до стресу. Таким чином, такі поняття, як щастя, процвітання та якість життя, разом із благополуччям стали більш центральними. Благополуччя часто розглядається як фундаментальний елемент і передумова міцного здоров'я. Тобто, те, що зменшує стрес, йде рука об руку з тим, що підвищує благополуччя [2, с. 6; 5, с. 259; 13, с. 3].

Стрес став глобальною проблемою громадського здоров'я. Він є основним джерелом проблем зі здоров'ям. Стрес погіршує відчуття благополуччя та якості життя, і відомо, що тривалий стрес викликає проблеми з ментальним та фізичним здоров'ям людей. Довготривала війна та умови воєнного стану призводять до збільшення рівня стресу. Стрес – це те, що впливає на організм, який його переживає. Реакція на стрес – це сукупність фізіологічних реакцій. Коли людина відчуває стрес, симпатична частина вегетативної нервової системи активується, і виникає біологічна "реакція тривоги". Сучасна реакція на стрес, зазвичай, є перебільшену реакцію на зміни зовнішнього або внутрішнього

середовища, що виснажує енергію людини. Стрес не тільки негативно впливає на фізичне та ментальне здоров'я молоді, але й погіршує якість досвіду в здобутті вищої освіти та успішність. Патологічні наслідки таких змін підкреслюють потребу в ефективних стратегіях управління стресом, які можуть не тільки пом'якшити симптоми, пов'язані зі стресом, але також можуть запобігти розвитку цих патологій. Фітнес-йога пропонує один з можливих способів зменшення стресу. У наукових дослідженнях з фітнес-йоги основним фокусом є зниження рівня стресу та боротьба з ним. В останні десятиліття зростає інтерес до фітнес-йоги, яка застосовувалася в різних умовах, у тому числі в закладах освіти та на робочих місцях. Фітнес-йога – це комплексна практика, що включає активні та відновлювальні вправи, дихальну роботу, релаксацію та медитацію, в якій щороку беруть участь мільйони людей. Фітнес-йога – це також свідомий процес, який допомагає зосередитися і заспокоїтися, бути сконцентованим та збалансованим [2, с. 17; 3, с. 7; 4, с. 7; 5, с. 259; 13, с. 3].

Наукові дослідження свідчать про позитивні впливи занять фітнес-йогою на здоров'я та благополуччя, а також на зниження рівня стресу та його симптомів. Практика фітнес-йоги забезпечує безпечний, науково обґрунтований та підтверджений, дієвий та ефективний набір навичок для безпечного та здорового подолання стресу. Заняття фітнес-йогою зменшують стрес і пов'язаний з ним дискомфорт, тим самим позбавляючи потреби застосовувати нездорові форми поведінки. Однак доступ до занять фітнес-йогою нерівний, як це підкреслюється в соціально-економічних відмінностях, що виникають у витратах на фітнес-йогу. Тому такі тренування для багатьох зараз недоступні, ті, хто не має наявного доходу, в тому числі багато здобувачів вищої освіти, не в змозі їх відвідувати. Саме з цієї причини для того, щоб вони могли отримати доступ до переваг фітнес-йоги, необхідно усунути фінансові бар'єри та запровадити її викладання в закладах вищої освіти [1, с. 7; 2, с. 20-21; 6, с. 2; 7, с. 2; 8, с. 2; 9, с. 3; 10, с. 3; 13, с. 14; 14, с. 17].

Позитивний вплив цієї практики рівень стресу пояснюють впливом на регуляцію гіпоталамо-гіпофізарно-надниркових залоз і симпатичної нервової системи. Біологічні механізми включають вегетативну нервову систему і особливо зв'язок між парасимпатичною та симпатичною нервовими системами. Психологічні механізми, які знімають стрес під час занять фітнес-йогою, включають більш позитивне ставлення до стресу, самоусвідомлення, покращені механізми подолання, більшу оцінку контролю, підвищений спокій, уважність, самоспівчуття [11, с. 8; 12, с. 12; 13, с. 14; 14, с. 17; 15, с. 14]. Результати свідчать, що люди, які пережили травму війни, як правило, сприймали фітнес-йогу як

діяльність, яка є корисною для їхнього сну, розслаблення та здатності заспокоїтися [13, с. 13].

Заклади вищої освіти стикаються з високим рівнем стресу серед здобувачів у всьому світі, а в Україні ця проблема загострилась з початком повномасштабної війни. Високий рівень дистресу негативно впливає на благополуччя, академічну успішність. Це є справжньою проблемою громадського здоров'я і має серйозні довгострокові наслідки. Такий стан справ вимагає ефективних утручань із тривалим ефектом, які потенційно можуть знизити рівень стресу та поліпшити ментальне та фізичне здоров'я молодих людей. Заклади вищої освіти є важливим місцем для формування дієвих та безпечних навичок для зниження рівня стресу здобувачів. Таким чином, фітнес-йога може бути важливим інструментом життєвих навичок для здобувачів у закладах вищої освіти, щоб справлятися зі стресом і саморегуляцією під час війни та в перспективі протягом усього життя.

Список використаних джерел

1. Воловик Н.І., Підвальна О.В. Фітнес-йога – як ефективний засіб поліпшення фізичного та ментального здоров'я молоді. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць / За ред. О. В. Тимошенка. Київ: Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2024. Випуск 3К (176) 24. С. 166-169.

2. Воловик Наталія. Основи фітнес-йоги: навч. посіб. для студентів закладів вищ. освіти. Київ: Вид-во УДУ ім. Михайла Драгоманова, 2024. 163 с.

3. Воловик Наталія. Фітнес-йога для правильної постави: навч.-метод. посіб. для студентів закладів вищ. освіти. Київ: Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2025. 77 с.

4. *Воловик Наталія. Фітнес-йога для здоров'я поперек: навч.-метод. посіб. для студентів закладів вищ. освіти. Київ: Вид-во УДУ ім. Михайла Драгоманова, 2025. 69 с.*

5. Воловик Н. Оздоровчий фітнес: навч. посіб. для студентів вищ. навч. закладів. Київ: Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2022. 297 с.

6. Воловик І., Підвальна О. Ефективність фітнес-йоги для залучення здобувачів вищої освіти до здорового способу життя. Матеріали XVII міжнародної науково-практичної конференції "Розвиток сучасної освіти і науки: результати, проблеми, перспективи". Том XVII: Подолання кризових ситуацій у науці та освіті / [Ред.: Я. Гжесяк, І. Зимомря, В. Ільницький]. Конін – Ужгород – Перемишль – Миколаїв: Посвіт, 2024. С. 68-69.

7. Воловик Н.І., Підвальна О.В. Застосування фітнес-йоги для навчання стресостійкості в закладах вищої освіти // Фізичне виховання в контексті сучасної освіти: тези доповідей XIX Міжнародної науково-методичної конференції. Національний авіаційний університет. Київ, 2024. С. 25 - 27.

8. Воловик Н.І. Формування навичок стрес-менеджменту за допомогою занять фітнес-йогою в здобувачів вищої освіти. Фізичне виховання, спорт та здоров'я людини: досвід, проблеми, перспективи : матеріали XI Всеукр. наук.-практ. онлайн-конф., м. Київ, 12 грудня 2024 р. Київ: Київський столичний ун-т ім. Б. Грінченка, 2024. С. 131-133.

9. Воловик Н.І. Підвальна О.В. Фітнес-йога – як ефективний засіб збереження стресостійкості у здобувачів вищої освіти. Матеріали VI Міжнародного симпозіуму "Освіта і здоров'я підрастаючого покоління": Зб. наук. Праць / За ред. Білик В.Г. Вип. 6. К.: Алатон, 2024. С. 41-43.

10. Воловик Н.І. Фітнес-йога – як сучасна інноваційна технологія збереження здоров'я здобувачів вищої освіти. "Молодий вчений: сучасні тенденції формування та збереження здоров'я людини": збірник тез VII Всеукраїнської молодіжної науково-практичної конференції з міжнародною участю, 28-29 березня 2024 року. Харків: ХДАФК, 2024. С. 33-36.

11. Castellote-Caballero, Y., Carcelén-Fraile, M. D. C., Aibar-Almazán, A., Rivas-Campo, Y., & González-Martín, A. M. (2024). Yoga as a therapeutic approach to mental health in university students: a randomized controlled trial. *Frontiers in public health*, 12, 1406937.

12. Hagen, I., & Hagen, Ø. (2024). The impact of yoga on occupational stress and wellbeing: exploring practitioners' experiences. *Frontiers in public health*, 12, 1352197.

13. Hagen, I., Skjelstad, S., & Nayar, U. S. (2023). Promoting mental health and wellbeing in schools: the impact of yoga on young people's relaxation and stress levels. *Frontiers in psychology*, 14, 1083028.

14. Khunti, K., Boniface, S., Norris, E., De Oliveira, C. M., & Nicola Shelton (2023). The effects of yoga on mental health in school-aged children: A Systematic Review and Narrative Synthesis of Randomised Control Trials. *Clinical child psychology and psychiatry*, 28(3), 1217–1238.

15. Maity, S., Abbaspour, R., Bandelow, S., Pahwa, S., Alahdadi, T., Shah, S., Chhetri, P., Jha, A. K., Nauhria, S., Nath, R., Nayak, N., & Nauhria, S. (2024). The psychosomatic impact of Yoga in medical education: a systematic review and meta-analysis. *Medical education online*, 29(1), 2364486.