

Міністерство освіти і науки України
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

Тези

**76-ї наукової конференції професорів,
викладачів, наукових працівників,
аспірантів та студентів університету**

ТОМ 2

14 травня – 23 травня 2024 р.

діяльності у питаннях подальшого розвитку студентського спорту. На даний момент слід зазначити, що існуюча система організації та розвитку студентського спорту, а також його змістовна сторона не повною мірою відповідають вимогам сьогодення.

Подальший розвиток спорту у навчальних закладах тісно пов'язаний із зростанням запитів та розширенням прав особистості на заняттях спортом та участі у змаганнях, з визначенням соціального та правового статусу студентського спорту у фізкультурно-спортивному русі країни. У цьому зв'язку актуальним є вдосконалення аспектів становлення студентського спорту, формування міжвузівських центрів вищої спортивної майстерності, розробка програмного, навчально-методичного та інформаційного процесу підготовки, а також застосування раціональних методів управління студентськими спортивними організаціями та проведення змагань.

Література

1. Акулова Л. Н. Інформаційне забезпечення фізичної культури студентів педагогічного вишу: дис. ... д-ра пед. наук. Х., 2015. 380 с.
2. Іллініч В. І. Студентський спорт та життя: Навч. посібник для студентів вищих навчальних закладів К.: АТ «Астра Прес», 2015. 145 с.
3. Лубишева Л. І. Концепція фізкультурного виховання: методологія розвитку та технологія реалізації / Фізична культура: виховання, освіта, тренування, 2016. № 1. С. 11–17.
4. Рапопорт Л. А. Спорт у вузі: проблеми організації / Теорія та практика фізичної культури, 2022. № 8. С. 16–18.

УДК 373.5:37.011.3

*Гулько Т. Ю., ст. викладач
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»*

РОЛЬ РУХЛИВИХ ІГОР У ПОДОЛАННІ ТРИВОЖНОСТІ В ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Гра є однією з активних форм життєдіяльності дитини. Її особливістю є рухова активність і відносна незалежність від практичних потреб. Адже, як стверджують Вільчковський Е. С. і Денисенко Н. Ф., «діти під час рухливих ігор керуються безпосереднім інтересом до самого процесу гри або до її змісту, імітуючи реальні події. Мотивом до занять рухливими іграми є можливість перевірити свої фізичні здібності, спритність, отримати позитивні емоції, задоволення досягнутими результатами» [2, с. 54–55].

Рухлива гра багатьма вченими визначається як один з основних засобів і методів фізичного виховання і використовується здебільшого на етапі закріплення та удосконалення рухових навичок [1; 5; 6]. Цінність її полягає у тому, що рухлива гра викликає позитивні емоції, почуття задоволення, життєрадісність, активність, позитивно впливає на психічний та фізичний розвиток дошкільника, сприяє збагаченню рухового досвіду дитини. Рухливі ігри задовольняють потребу організму дитини в добовій руховій активності, закріплюють вміння та навички основних рухів ходьби, бігу, стрибків, рівноваги, зміцнюють фізичне здоров'я тощо. Швидка зміна обставин під час гри навчає дитину рухами та їх зміні відповідно до обставин, розвиває швидкість, витривалість, координацію рухів.

Метою рухливих ігор, починаючи з раннього дитинства, є розвиток фізичної підготовленості у формі фізичних якостей, зміцнення фізичного та ментального здоров'я та формування особистості.

Цінність рухливих ігор полягає також у подоланні тривожності у дітей, постраждалих внаслідок бойових дій в умовах воєнного стану в Україні. В умовах сьогодення найбільш незахищеними і безпомічними є діти. Лише мудрість дорослих зможе їх захистити, бо дорослі здатні створити сприятливі умови для повноцінного розвитку дитини. Стреси і тривожність, які виникають у дітей під час сирен повітряних тривог, почутих вибухів тощо, важко подолати. Ігрова діяльність під час рухливих ігор, яка характеризується взаємодією її учасників та взаємовідносинами між гравцями, відволікає дитину від спогадів про небезпеку.

Психологи і медики, вивчаючи проблему навчання та виховання дітей, наголошують на тому, що нині серед дітей все більше і більше зростає процент тривожності, які відчувають різного характеру страхи.

Варто відрізнити тривогу від тривожності. Якщо тривога трактується як епізодичний прояв занепокоєння, хвилювання дитини, то тривожність є стійким її станом. Наприклад, буває, що дитина хвилюється перед виступами на святі чи, відповідаючи біля дошки. Але це занепокоєння виявляється не завжди, іноді в таких ситуаціях вона залишається спокійною. Це так звані прояви тривоги. Якщо ж стан тривоги повторюється часто й у різних ситуаціях, то мова йде про тривожність.

Тривожність не пов'язана з ситуацією і виявляється майже завжди. Цей стан супроводжує людину в будь-якому виді діяльності, коли людина боїться чогось, коли має прояв страху. Наприклад, страх сигналу повітряної тривоги тощо.

Під час рухливих ігор дитина забуває про свої страхи, тривожні емоції. Вона всіляко поринає у діяльність гри, формуючи взаємовідносини між гравцями. У результаті прояву таких взаємовідносин процес ігрової взаємодії набуває відповідний характер, створює нові умови та ситуації подолання тривожності у дитини.

Під час проведення рухливих ігор серед дітей використовують набуті або раніше засвоєні рухливі навички та уміння. Нерідко вони виконуються у звичних ситуаціях, але частіше всього треба змінювати їх відповідно до умов гри [4, с. 67]. Результатом такої ігрової діяльності є формування і удосконалення вмінь керувати своїми рухами в змінних умовах чи під час азарту, розвиток фізичних якостей і виплиск емоцій. При цьому в дитини удосконалюються засвоєні рухи, уміння ними користуватися та керувати, покращується настрій, увага тощо [1, с. 28].

Отже, рухлива гра розглядається як один з основних засобів і методів фізичного виховання та розвитку фізичних якостей, за допомогою якої можна подолати тривожність у дитини, і використовується на етапі закріплення та удосконалення рухових вмінь і навичок. Цінність її полягає у тому, що рухлива гра викликає позитивні емоції, почуття задоволення, життєрадісність, активність, позитивно впливає на психічний та фізичний розвиток дошкільника, сприяє збагаченню рухового досвіду дитини. Цінність рухливих ігор полягає й у подоланні тривожності у дітей, постраждалих внаслідок бойових дій в умовах воєнного стану в Україні. Під час рухливих ігор дитина забуває про свої страхи, тривожні емоції. Вона всіляко поринає у діяльність гри, формуючи взаємовідносини між гравцями. Особливий вплив рухлива гра має на розвиток фізичних якостей дітей. Адже під час рухової гри саме фізичні якості розвиваються комплексно, що сприяє їх використанню при виконанні інших видів діяльності.

Література

1. Андрощук Н. В., Леськів А. Д., Мехоношин С. О. *Рухливі ігри та естафети у фізичному вихованні молодших школярів. Метод. посібник. Тернопіль: Підручники і посібники, 2020. 112 с.*
2. Вільчковський Е. С., Денисенко Н. Ф. *Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах. К. 2018. 128 с.*
3. Демчишин А. П., Артюх В. М., Демчишин В. А., Фалес Й. Г. *Рухливі і спортивні ігри в школі: Посібник для вчителя. Київ: Освіта. 2009. 175 с.*
4. Кругляк О. Я., Кругляк Н. П. *Від гри до здоров'я нації. Рухливі та українські народні ігри, естафети на уроках фізичної культури: метод. посібник. Тернопіль: Підручники і посібники. 2019. 80 с.*
5. Рибалко Л. М. *Методика розвитку фізичних якостей в учнів молодшого шкільного віку засобами рухливих ігор / Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. № 2(340) квітень 2021. С. 240–251.*
6. Цьось А. В. *Українські народні ігри та забави: Навчальний посібник. Луцьк: Волинське обласне редакційно-видавниче підприємство «Надстир'я», 2009. 96 с.*