

9. Сушенцева, Л. (2012с). Теоретико-методичні засади формування професійної мобільності майбутніх кваліфікованих робітників у професійно-технічних навчальних закладах. (Дис. ...д-ра. пед. наук). Інститут професійно-технічної освіти НАПН України, Київ.

10. Hirschi, A., & Valero, D. (2015). Career adaptability profiles and their relationship to adaptivity and adapting. *Journal of Vocational Behavior*, 88, 220-229. doi: 10.1016/j.jvb.2015.03.010

11. Gomes, L., Rangel, A., & Jerônimo, L. (2010). A study of professional mobility in a large corporation through cognitive mapping. *Pesquisa Operacional*. V. 30, n.2. 331-344. Maio a Agosto de 2010. URL: <https://www.scielo.br/lj/pope/a/n7Lbjy53mZKbf7Fcp9MHKwP/?lang=en>.

#### References

1. Belikova N. (2012) Theoretical and methodological basis of training of future specialists in physical rehabilitation to be engaged in health-protection activities. Extended abstract of doctoral thesis. Kyiv

2. Dvoretzskaya Yu. (2007) Psychology of person's professional mobility. Candidate's thesis. Krasnodar

3. Denysenko N. (2021) Theoretical and methodological basis of professional mobility formation of teachers of physical culture. Doctoral thesis. National Pedagogical Dragomanov University. Kyiv

4. Kvasnytsia I. (2021) Formation of professional mobility of future sports coaches-teachers in higher educational establishments. PhD thesis. Khmelnytskyi

5. Malyshevskiy O. (2021) The system of formation of professional mobility of future engineers-teachers of computer profile. Doctoral thesis. National Academy of Educational Sciences of Ukraine, I. Ziaziun Academy for Pedagogical Mastery and Adult Training. Kyiv

6. Myasnikova T. (2010) Development of professional mobility in the process of profile formation for future higher-education specialists. Candidate's thesis. Ural State Pedagogical University. Yekaterenburg

7. Nyckalo N. (2014) Development of professional education under conditions of globalization and integration processes: monograph. Kyiv. National Pedagogical Dragomanov University publishers

8. Prima R. (2010) Theoretical and methodological basis of professional mobility formation of future specialists in elementary education. Doctoral thesis. Odesa.

9. Rebryna A. & Ferenchuk B. (2016) The principle of technological effectiveness and innovation in the process of professional and applied training of future coaches. *New educational technologies*, 88 (2), 173-176

10. Sushentseva L. (2012) Theoretical and methodological basis of professional mobility formation of future qualified specialists in vocational and technical educational establishments. Doctoral thesis. Institute of Vocational Education and Training of NAPS. Kyiv.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.3(148).14  
УДК 796.011.1-057.875

**Ковальова Н. В.**

*кандидат наук фізичного виховання, доцент кафедри здоров'я фітнесу та рекреації  
Національний університет фізичного виховання та спорту України,*

**Єременко Н. П.**

*кандидат наук фізичного виховання, доцент кафедри здоров'я фітнесу та рекреації  
Національний університет фізичного виховання та спорту України,*

**Ковальов В. О.**

*викладач кафедри спортивних ігор*

*Національний університет фізичного виховання та спорту України,  
Назаренко Л. І.*

*викладач кафедри спортивних ігор*

*Національний університет фізичного виховання та спорту України,  
Константиновська Н. О.*

*викладач кафедри спортивних ігор*

*Національний університет фізичного виховання та спорту України,*

#### **ОРГАНІЗАЦІЯ РЕКРЕАЦІЙНО-ОЗДОРОВЧИХ ЗАНЯТЬ ГАНДБОЛОМ ДЛЯ ХЛОПЧИКІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ В УМОВАХ ДІТЯЧИХ СПОРТИВНИХ КЛУБІВ**

*Статтю присвячено побудові програми рекреаційно-оздоровчих занять для хлопчиків молодшого шкільного віку на основі використання засобів гандболу. Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та розробити програму занять на основі використання засобів гандболу для хлопчиків молодшого шкільного віку, що спрямована на організацію активного дозвілля, підвищення рівня рухової активності дітей. Методи та організація дослідження – аналіз та узагальнення спеціальної науково-методичної літератури, документальних матеріалів, соціологічні (анкетування, експертне опитування), педагогічні методи дослідження (педагогічне спостереження, педагогічний експеримент), методи математичної статистики.*

*Запропонована програма занять для включає в себе 3 основні частини: теоретичну, практичну та пізнавальну та охоплює ряд заходів, що впливають на залучення дітей до занять рекреаційно-оздоровчою діяльністю, відрізняється від наявних ступенем розробки, структурою і змістом. Тривалість занять складала 30-45 хвилин. Кратність занять складала 2 рази на тиждень. Серед засобів використовувалася серія веселих ігрових*

вправ з гандболу, естафети тенісним та футбольним м'ячами, рухливі ігри, конкурси, спортивні вікторини, розважальні заходи, свята, сюжетно-рольові ігри. Різноманіття засобів програми, а саме спеціальні вправи, спрямовані на знайомство з технікою гандболу, дозволило залучити хлопчиків молодшого шкільного віку до занять рекреаційно-оздоровчою діяльністю, сприяти формуванню позитивного ставлення до здорового способу життя та рухової активності.

**Ключові слова.** Хлопчики, діти, рухова активність, спортивні ігри, гандбол.

**Kovaleva N., Ieremenko N., Kovalev V., Nazarenko L., Konstantinovskaya N. Organization of recreational and health handball classes for boys of primary school age in the conditions of children's sports.** The article is devoted to the construction of a program of recreational and health activities for boys of primary school age based on the use of handball. The purpose of the study is to theoretically substantiate and develop a program of classes based on the use of handball for boys of primary school age, aimed at organizing active leisure, increasing the level of physical activity of children. Methods and organization of research - analysis and generalization of special scientific and methodological literature, documentary materials, sociological (questionnaires, expert surveys), pedagogical research methods (pedagogical observation, pedagogical experiment), methods of mathematical statistics.

The proposed program of classes includes 3 main parts: theoretical, practical and cognitive and covers a number of activities that affect the involvement of children in recreational and health activities, different from the existing degree of development, structure and content. The duration of classes was 30-45 minutes. The frequency of classes was 2 times a week. Among the funds used a series of fun handball exercises: tennis and soccer ball relays, mobile games, competitions, sports quizzes, entertainment events, holidays, story-based role-playing games. The variety of means of the program, namely special exercises aimed at getting acquainted with the technique of handball, allowed to attract boys of primary school age to recreational and health activities, to promote a positive attitude to a healthy lifestyle and physical activity.

**Keywords.** boys, children, physical activity, sports games, handball.

**Постановка проблеми.** Актуальність теми обумовлюється різними чинниками сучасного суспільства, адже науково-технічний прогрес та зростаюча урбанізація обумовили розвиток сучасного суспільства. Адже постійно прискорюють процеси життєдіяльності сучасної людини, в результаті чого істотно збільшуються потреби в сучасних видах і формах відпочинку дітей. Тому рекреаційно-оздоровчу діяльність слід розглядати – як процес відновлення фізичних і духовних сил людини.

Дитячий гандбол в першу чергу слід розглядати як розвагу, а вже потім очки і результат, гандбол в молодшому шкільному віці - це гандбол, відкритий для всіх, - для обдарованих і тих, що не мають здібностей, для школяра з елітної родини, і для сироти, для здорової дитини і для дитини-інваліда, для хлопчиків і дівчаток будь-якої раси та національності.

Ряд фахівці зазначають, що система фізичного виховання дітей 5-6 років функціонує досить неефективно, та відзначають необхідність її вдосконалення шляхом впровадження новітніх засобів і форм занять фізичними вправами. В науково-методичній літературі висвітлено, що спортивні ігри є основних засобів всебічного розвитку дитини, формування позитивного ставлення до оточуючих та занять фізичними вправами. Поява великої кількості дитячих клубів зумовлена рядом причин, а саме: інтересом дітей і батьків до занять оздоровчо-рекреаційної рухової активності, отримання задоволення від занять спортом, формування основ здорового способу життя [2, с. 56].

Заняття гандболом приваблює ще й тим, що мають різноманіття сучасних методів і форм проведення, а також вирізняються своєю атрибутикою: модний спортивний одяг, аксесуари, нового, гарного, сучасного обладнання, що так дуже відрізняється від звичайного інвентарю в дитячому навчальному закладі.

Атмосфера під час занять у клубах вирізняється доброзичливістю, підвищеною увагою до кожного маленького спортсмена, та толерантністю що спонукає дітей та батьків відвідувати дитячі клуби. Однак не завжди можна досягнути рекреаційно-оздоровчого ефекту через відсутність розроблених, науково обґрунтованих та апробованих програм рекреаційно-оздоровчих занять для дітей молодшого шкільного віку. Також важливим залишається питання контролю за показниками фізичного стану дітей у процесі занять оздоровчо-рекреаційної діяльності.

Таким чином, враховуючи вищезазначене, використання гандболу у рекреаційно-оздоровчій діяльності дітей сприятиме раціональній організації дозвілля, формуванню інтересу до занять фізичними вправами та підвищенню обсягу їх рухової активності.

**Аналіз літературних джерел.** Молодший шкільний вік - це важливий етап у житті людини. Саме у цей період закладаються основи фізичного, психічного, морального й духовного здоров'я дітей. У цьому віці формується мотиви, інтереси, ставлення до рекреаційно-оздоровчої діяльності. І хоча на цьому етапі життєві установки ще недостатньо стійкі, а нервова система відрізняється особливою еластичністю, саме це сприяє формуванню у дитини потреби до регулярної фізкультурної діяльності [4, с. 35; 13, с. 45;].

Досліджуючи вплив фізичних вправ різної спрямованості на моторний і психічний розвиток дітей, Т.И. Шульга, прийшла до висновку, що вони суттєво покращують показники вольових якостей, цілеспрямованості і наполегливості, підвищують обсяг і концентрацію уваги [1, с. 332]. Розвиток цих психічних властивостей позитивно впливає на формування мотивації до занять оздоровчою фізичною культурою. Мотиви і ставлення дошкільників короткочасні, швидко виснажуються і часто переходять в афектації, внаслідок нестачі знань і досвіду [5, с. 137].

Зрозуміло що, знання, рухові вміння і навички діти, перш за все, набувають на заняттях з фізичної культури. На жаль, програми з фізичного виховання дітей не враховують їх мотиваційної спрямованості. Не виховавши у дітей цього віку свідомого ставлення до розвитку свого організму через рекреаційно-оздоровчу діяльність, суспільство ніколи

не зможе зберегти той потенціал здоров'я, який закладений у дитини при народженні. Як і в дошкільнят у дітей молодшого шкільного віку загальною ознакою є наявність виразної біологічної потреби в рухах.

Фізична підготовленість дітей шкільного віку знаходиться у прямій залежності від обсягу рухової активності та рівня їх працездатності. Ряд авторів стверджують, що учні 7-9 років більше 60% свого часу перебування в школі знаходяться у стані відносно малої рухливості; в домашніх же умовах цей показник ще більш високий. Проте біологічна потреба - це не єдиний стимул для дітей систематично займатися фізичними вправами. Тому необхідно досліджувати інші стимули і вчити кожну дитину дбати про своє здоров'я з раннього віку. [6, с. 90; 11, с. 115;].

Процес формування рухових умінь та навичок у дітей дошкільного віку може ефективно здійснюватись тільки на основі врахування закономірностей розвитку їх рухової функції. Дитина, що з'явилась на світ, ще не має вмінь і навичок, необхідних для участі в житті суспільства і творчості. Перше, чому починає вчитися дитина, яка вступає в життя, - це рухові дії. Вона пізнає нове про себе і про навколишнє середовище, поширює і удосконалює свої знання, уміння і навички, і ці пізнання здійснюються через рухи, засобом рухів і в рухах [3, с. 89; 8, с. 36; 12, с. 39]. Рух - продукт організованої м'язової діяльності, яка регулюється фізіологічними механізмами і забезпечується багато чисельними морфологічними і функціональними системами організму [20, с. 133].

Рух є біологічною потребою людини, він сприяє нормальній життєдіяльності організму, це дійовий засіб активної стимуляції процесів росту і формування всіх органів і систем. Рухові дії в фізичному вихованні є основою навчання, оскільки тут рухова діяльність виступає як об'єкт, засіб і мета її подальшого удосконалення. Найбільш активний період становлення довільної рухової функції дитини починається з трирічного віку, що пов'язане з інтенсивним розвитком другої сигнальної системи. У віці від 3 до 5 років спостерігається прискорений розвиток фізичних якостей внаслідок розширення обсягу рухів, якими дитина володіє. Цей період називають першим критичним у розвитку рухової функції [8, с. 169; 9, с. 330;].

У п'ять років змінюється характер зовнішнього і внутрішнього гальмування у вищій нервовій діяльності дитини. Значення зовнішнього гальмування ослаблюється при зростанні ролі внутрішнього, хоча міцність отриманого гальмування ефекту ще невелика. Шестирічний вік вважається найбільш сприятливим у розвитку рухового аналізатора. У цей період посилюється концентрація нервових процесів у дітей, формуються складні довільні реакції, які вдосконалюються при взаємодії сигнальних систем і опосередковуються узагальненою мовою. Вік від 5 до 7 років вважають другим критичним періодом у розвитку рухових функцій. Ці положення необхідно враховувати під час навчання дошкільників рухових дій. Аналіз педагогічної літератури показує, що педагоги вважали рухи одним із найважливіших засобів всебічного розвитку дітей [10, с. 30; 13, с. 184].

#### **Мета статті (постановка завдань).**

**Мета роботи** – теоретично обґрунтувати та розробити програму занять на основі використання засобів гандболу для хлопчиків молодшого шкільного віку, що спрямована на організацію активного дозвілля, підвищення рівня рухової активності дітей.

#### **Задачі роботи:**

1. Проаналізувати вітчизняний та зарубіжний досвід з проблем організації оздоровчо-рекреаційних занять гандболом для хлопчиків молодшого шкільного віку.
2. Виявити мотиви та інтереси хлопчиків молодшого шкільного віку до занять рекреаційно-оздоровчої діяльності.
3. Обґрунтувати та розробити програму оздоровчо-рекреаційних занять гандболом для хлопчиків молодшого шкільного віку в умовах клубних занять.

Для здійснення поставленої мети використали наступні методи: теоретичний аналіз та узагальнення науково-методичної літератури, анкетування (соціологічні методи дослідження), педагогічні методи дослідження, математичної статистики.

**Організація досліджень.** Анкетування проводилося протягом одного місяця на базі спортивного комплексу "Kidsney Club" м. Києва. В анкетуванні прийняло участь 20 хлопчиків молодшого шкільного віку.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** З метою визначення ефективності рекреаційно-оздоровчої роботи в умовах дитячих спортивних клубів в дітей та формування позитивного ставлення дітей дошкільного віку до занять фізичною культурою було проведено анкетування в якому взяли участь 20 дітей молодшого шкільного віку та їх батьки, які допомагали дітям визначитися з правильною відповіддю. їм було запропоновано відповісти на такі запитання: «В яких секціях спортивних клубів ти займаєшся?» та «В яких секціях спортивних бажаєш займатися?»

Результати анкетування показали, що постійно займаються у спортивних секціях тільки 15 % опитаних дітей, а хотіли б займатися – 50 %. Це свідчить про те, що діти цікавляться фізичною культурою та заняттями в спортивних секціях, але займаються нею епізодично (не постійно).

Бесіди з батьками дітей дозволили виявити рівень рухової активності дітей у режимі дня. Їх відповіді на запитання «Чи займаєтесь ви з дітьми фізичними вправами?», «Яким видам занять ви приділяєте більше уваги?» показали, що 75 % дітей не займаються з батьками фізичними вправами або спортивною діяльністю й, природно, діти не залучені до систематичних занять рухової активності. Двадцять дітей, які відповіли, що не займаються фізичними вправами, зазначили різні причини, які їм перешкоджають (табл. 1).

Із таблиці видно, що 25 % дітей не можуть знайти секції з улюбленого виду спорту. 15 % дітей не займаються фізичною культурою і спортом через відсутність інтересу і бажання. У 20 % опитаних основною причиною припинення занять є відсутність часу у батьків для своєчасного відводу дітей на заняття.

Таблиця 1

Причини, що перешкоджають дітям займатися фізичною культурою і спортом (n=20)		
№	Причини	% учнів
1.	Відсутній інтерес (зацікавленість) і бажання займатися	15
2.	Немає часу у батьків	20
3.	Відсутня секція яка цікавить	25
4.	Не можу займатися за станом здоров'я	10
5.	Нема матеріальних можливостей відвідувати спортивну секцію	20
6.	Не дозволяють батьки	10

10 % дітей 5-6 років не можуть займатися фізичними вправами за станом здоров'я, 20 % не мають матеріальних можливостей, оскільки їхні батьки не в змозі оплатити заняття та придбати спортивну форму, інвентар для занять. 10 % дітям батьки не дозволяють та не рекомендують займатися спортом і фізичною культурою. Вважають, що це не є обов'язковим. Відповіді на це питання показали, що батьки в цьому віці мають дуже великий вплив на дітей та допомагають їм визначитися щодо вибору тих чи інших занять на дозвіллі.

Вивчення структури вільного часу дітей молодшого шкільного віку дозволяє стверджувати, що, не зважаючи на зайнятість батьків, вони в змозі знайти достатньо вільного часу для систематичних самостійних занять фізичними вправами. Це можна зробити, за рахунок скорочення беззмінного проведення дозвілля. В переважній більшості основною причиною цього є неправильна організація та виконання справ по господарству. Як видно з даних таблиці 2, перше місце серед видів занять обстежених дітей та їх батьків займає перегляд мультфільмів та різних відео через мережу Інтернет. На другому місці – прогулянки, які як правило, не мають конкретного змісту та мети. Багато часу йде на спілкування, спільне проведення дозвілля, яке також не має чіткої спрямованості. На нашу думку, можна збільшити час на заняття фізичною культурою і спортом, за рахунок вищезазначених видів діяльності.

Таблиця 2

Пріоритетні види занять дітей молодшого шкільного у вільний час (n=20)		
№	Види зайнятості	Рейтинг
1.	Перегляд мультфільмів та відео	1
2.	Прогулянки	2
3.	Спілкування	3
4.	Комп'ютерні ігри та розваги	4
5.	Прослуховування музики	5
6.	Заняття фізичною культурою і спортом	6
7.	Заняття в гуртках	7
8.	Підготовка до школи	8
9.	Відвідування культурних заходів	9
10.	Інші	10

На практиці ж значення цих занять у структурі вільного часу невисоке. Вивчення сукупності інтересів школярів і їх впливу на розвиток позитивного ставлення до занять фізичною культурою показує, що захоплення дітей пов'язані головним чином з розвагами, видовищами і значно менше – з практичною діяльністю. На формування у них позитивного ставлення до занять фізичною культурою впливають і такі фактори, як місце проживання, соціальний статус батьків, особливості сімейного виховання. Для втілення ставлення у дійсність необхідна до того ж і реальна ситуація, що сприяє цьому. Необхідно підкреслити, що на систему цінностей і вчинки дітей молодшого шкільного віку сильно впливають батьки та характер їхніх взаємовідносин. Це потрібно використовувати у виховному процесі, беручи до уваги, що групова свідомість багато в чому визначає поведінку дітей.

Пріоритетними видами рухової активності серед дітей молодшого шкільного віку виступають рухливі і спортивні ігри (75%), танці (25%), акробатика (15%), плавання (15%), інші (15%).

Дані які ми отримали під час анкетування були враховані при обґрунтуванні та розробці оздоровчо-рекреаційної програми занять гандболом для хлопчиків молодшого шкільного віку в умовах клубних занять.

З огляду на високу популярність серед дітей рухливих та спортивних ігор (зокрема гандболу) для організації рекреаційно-оздоровчих занять нами була розроблена та запропонована до впровадження у систему дитячих спортивних клубів програма рекреаційно-оздоровчих занять гандболом для хлопчиків молодшого шкільного віку.

Розробка програми базувалася на наступних принципах:

- принцип єдності (структурної), - логічна єдність змісту знань, умінь та навичок дітей на всіх етапах навчання;
- принцип прогностичності;
- принцип відповідності змісту занять віковим особливостям дітей;
- принцип антропоцентризму.

Та на основних принципах рекреаційно-дозвіллевої діяльності:

- системність;
- інтересу;
- добровільність;
- доступність та якість;
- відповідність рекреаційних послуг місцевим умовам.

Запропонована програма дозволяє підвищити рівень рухової активності, сприяє зміцненню здоров'я та

залученню дітей до здорового способу життя. Займаються діти долучаються до систематичних занять фізичними вправами, гандболом.

Основною метою запропонованої програми є формування у дітей особистісно-ціннісного ставлення до занять руховою активністю, виховання морально-естетичних ідеалів, виховання спортивних інтересів (на прикладі гандболу), а також культури здоров'я дитини у відповідності до вікових особливостей.

Задачі програми:

- розкриття індивідуальних здібностей дітей, досягнення майстерності кожною дитиною;
- збільшення рівня рухової активності;
- опанування техніки елементів гандболу, формування спеціальних теоретичних знань та практичних умінь і навичок;
- сприяння відповідному розвитку фізичних якостей дітей - спритності, швидкості, витривалості, сили, координаційних здібностей;
- розширення кола знайомств дітей,
- формування інтересу у хлопчиків до занять гандболом;
- зміцнення здоров'я, формування характеру, всебічний гармонійний розвиток дітей;
- ознайомити дітей основами здорового способу життя та з історією гандболу, відомими гандболістами;
- навчити грати у спортивну гру (гандбол) за спрощеними правилами, які відповідають віку;
- виховувати позитивне ставлення до участі дітей у розвагах з однолітками.

Програма передбачала систематичне та послідовне навчання основам гандболу, всебічний розвиток дитини та естетичне виховання та формування основ здорового способу життя.

Виконання програми відбувалося шляхом впровадження комплексного систематичного підходу до навчально-тренувального процесу в цілому, зорієнтованістю на індивідуальну та групову роботу з дітьми. Індивідуальна робота здійснювалася з метою всебічного розвитку дитини.

Реалізація програми залежить від професійної майстерності тренера, що визначається умінням знаходити найбільш оптимальні способи впливу на дитину, задоволення потреб і інтересів на основі методів, які представляють собою певні закономірності, стійкі та надійні правила функціонування технологічного процесу.

Для створення вище зазначеної програми нами використовувалися творчі методи, співвідношення яких дозволяло в повному обсязі розкрити і втілити в практиці її елементи. Програма відмінно поєднує в собі освітню частину і введення дитини у гандбол за допомогою навчання його базовим навичкам.

Для успішного застосування засобів оздоровчо-рекреаційної програми гандболом слід виконувати ряд правил та вимог:

- вибір форм та засобів повинен відповідати меті заняття;
- тренер повинен досконало володіти методикою викладання, знати слабкі й сильні сторони маленьких спортсменів;
- засоби повинні відповідати встановленим стандартам та бути завжди під рукою й у повній справності.

Відбір дітей для занять відбувається відповідно їхнього власного бажання. Враховувалися також індивідуальні здібності та стану здоров'я.

Наповнюваність групи з гандболу становила 10-12 дітей, які мають основну групу здоров'я, в переважній більшості хлопчики.

Запропонована програма розрахована на вісім місяців, передбачає шістьдесят чотири заняття. Заняття з дітьми молодшого шкільного віку проводяться два рази на тиждень, у другу половину дня (ввечері). Тривалість одного заняття складала - 30-40 хвилин.

Серед засобів використовувалася ігрові вправи які відповідають віку дитини з гандбольним м'ячем, а саме: естафети, ігри, конкурси, вікторини, свята, розважальні заходи, Дані вправи доступні і цікаві дітям для виконання. Оскільки групи для занять комплектувалися без врахування рівня фізичної підготовленості, а охоплювали всіх бажаючих дітей, особлива увага була спрямована на безпечність та доступність запропонованих вправ та засобів. До програми були включені спеціальні вправи, які були спрямовані на оволодіння дітьми технічних прийомів.

**Висновки.** Теоретичний аналіз науково-методичної літератури, документальних джерел і власні дослідження показали, що в сучасних умовах великого значення набуває проблема збільшення рухової активності дітей. Одним із шляхів запобігання гіподинамії у дітей дослідники визначають впровадження у практику рекреаційно-оздоровчої діяльності елементів видів спорту. Спортивні ігри (гандбол) для дітей молодшого шкільного віку мають велике значення з таких причин: діти вдосконалюють набуті уміння в руховій активності і навички, розвивають різноманітні фізичні якості; вчаться слухати тренера і чути, виконувати всі команди, прислухатися до дій своїх товаришів по грі, узгоджувати дії з рухами. Саме в таких командних іграх народжується перша дружба і формується взаємодопомога один одному. Спортивні ігри для дітей дуже різноманітні. В спортивних як хлопчики так й дівчатка отримують унікальну досить унікальну можливість реалізувати свою власну та отримати безліч позитивних емоцій і вражень.

У результаті проведеного анкетування серед хлопців дошкільного віку та їх батьків виявлено досить високий відсоток дітей, які прагнуть займатися рекреаційно-оздоровчими заняттями. Дані дали змогу встановити найпопулярніші види рекреаційних та спортивних занять серед дітей. Пріоритетними видами рухової активності серед дітей виступають рухливі і спортивні ігри. Також було встановлено основні мотиви, які спонукають дітей до відвідування вище зазначених занять: розвага та активний відпочинок, спілкування з друзями, бажання бути здоровим.

З огляду на високу популярність серед дітей рухливих та спортивних ігор нами була обґрунтована,

розроблена та запропонована до впровадження у систему клубних занять рекреаційно-оздоровча програма занять гандболом для хлопчиків молодшого шкільного віку. Встановлено, що гра у гандболом є певним фундаментом для розвитку рухових навичок і технічної підготовленості дітей, так як гандбол є надзвичайно сприятливим для розвитку швидкісних і координаційних здібностей.

**Перспективи подальших досліджень.** Подальші дослідження будуть спрямовані на розробку рекреаційно-оздоровчих занять використовуючи засоби гандболу для дівчат молодшого шкільного віку.

#### Література

1. Дутчак М. В. Сучасні методологічні та організаційні засади залучення населення до оздоровчо-рекреаційної рухової активності / М. В. Дутчак // Науковий часопис Національного пед. ун-ту імені М. П. Драгоманова: зб. наук. пр. : в вип. Київ: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2013. - Вип. 4(29)13: 343-348. <http://reposit.uni-sport.edu.ua/handle/787878787/478>
2. Ковальова, Н. Ефективність рекреаційно-оздоровчих занять з елементами спортивних ігор для жінок першого періоду зрілого віку / Н. Ковальова, Н. Єременко, В. Ковальов, Л. Назаренко, Н. Константиновська // Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Вип. 36. Фізичне виховання і спорт. Луцьк, 2019; 52-58. <http://reposit.uni-sport.edu.ua/handle/787878787/2994>
3. Ковальова Н., Ковальов В. Рекреаційні ігри в організації активного дозвілля студентської молоді. ТМФВ. 2019; 4:75-80
4. Єременко Н. Сучасні підходи до формування культури здоров'я студентів в процесі фізичного виховання / Н. Єременко, Н. Ковальова, С. аБобренко // Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. пр. – Вип. 7(26). – Вінниця: ТОВ «Планер», 2019. С. 57-63. <http://reposit.uni-sport.edu.ua/handle/787878787/1766>
5. Єременко Н., Ковальова Н., Бобренко С. Характеристика рухової активності дітей молодшого шкільного віку. Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. Вип. 8 (27): 49-55. <http://reposit.unisport.edu.ua/handle/787878787/2629>
6. Ковальова Н. Особливості проектування рекреаційно-оздоровчої діяльності старшокласників. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2017; № 1: 62–67. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/TMFVS\\_2017\\_1\\_13](http://nbuv.gov.ua/UJRN/TMFVS_2017_1_13)
7. Ковальова Н.В. Підгайна В.О. Оцінка ефективності оздоровчо-рекреаційної програми школярів старшого шкільного віку. Матеріали міжнародної науково-практичної конференції «Фізична культура, спорт та здоров'я нації». Вінницький державний педагогічний університет ім. М.Коцюбинського. 2016. С.79–84.
8. Круцевич Т., Андреева О., Благий О., Погасій Л. Характеристика складових теорії фізичної рекреації. Фізичне виховання, спорт і туристсько-краєзнавча робота в закладах освіти: зб. наук. праць. Переяслав-Хмельницький, 2017: 313-320. <http://reposit.uni-sport.edu.ua/handle/787878787/1444>
9. Мороз Ю. Значення впливу рухливих ігор на розвиток особистості в сфері рекреації //Актуальні питання гуманітарних наук. 2019. № 25. 230-234.
10. Пасічник В., Мельник В. Рекреаційні ігри : навч. посіб. Львів: ЛДУФК, 2018: 106. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/10789>.
11. Прокопенко А. О. Особливості використання рухливих ігор на етапі початкової підготовки тенісистів / А. О. Прокопенко, Н. О. Константиновська // Перспективи, проблеми та наявні здобутки розвитку фізичної культури і спорту в Україні: матеріали IV Всеукр. електронної конференції «COLOR OF SCIENCE», 29 січня 2021 р. Вінниця: 2021: 239-242.
12. Andrieieva O, Kashuba V, Carp I, Blystiv T, Palchuk M, Kovalova N, Khrypko I. Assessment of emotional state and mental activity of 15-16 year-old boys and girls who had a low level of physical activity. Journal of Physical Education and Sport. Vol. 19. Art 147. 2019 – pp. 1022 - 1029.

#### References

1. Dutchak M. V. (2013), Theoretical substantiation of the qualification characteristics of fitness trainer / M.V. Dutchak, M.M. Vasilenko // Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sports. - № 2. - Pp. 17-21. (in Ukr.)
2. Eremenko N., Kovaleva N., Bobrenko S. (2020), The impact of practical fitness classes on the physical development of first-year students // Physical culture, sports and health of the nation. - №. 10. - P. 28-33. (in Ukr.)
3. Kovaleva N. (2019). Efficiency of recreational and health-improving activities with elements of sports games for women of the first period of mature age / N. Kovaleva, N. Eremenko, V. Kovalev, L. Nazarenko, N. Konstantinovskaya // Youth Scientific Bulletin of the Lesya Ukrainsky Eastern European National University. Issue. 36. Physical education and sports. — Lutsk, 2019. — P. 52-58. (in Ukr.)
4. Ieremenko, N. (2019), Modern approaches to the formation of students' health culture in the process of physical education / N. Ieremenko, N. Kovaleva, S. Bobrenko // Physical Culture, Sports and Health of the Nation: Coll. of sciences. wash. - No. 7 (26). - Vinnytsia: Planer LLC. - P. 57-63. (in Ukr.)
5. Eremenko N. (2019), Modern approaches to the formation of students' health culture in the process of physical education / N. Eremenko, N. Kovaleva, S. Bobrenko // Physical culture, sport and health of the nation: Sat. Sciences. wash - Issue. 7(26). Vinnytsia: Planer LLC, P. 57-63. (in Ukr.)
6. Eremenko N., Kovaleva N., Bobrenko S. (2019), Characteristics of the motor activity of children of primary school age. Physical culture, sport and health of the nation: a collection of scientific papers. Zhytomyr: Publishing House of the ZhGU im. I. Franko, Issue. 8(27). pp. 49-55. (in Ukr.)
7. Kovaleva N. (2017), Features of the design of recreational and health-improving activities of high school students. Theory and methodology of physical education and sports; №1: 62–67. (in Ukr.)

8. Kovaleva N.V. Podgainaya V.A. (2016), Evaluation of the effectiveness of a health-improving and recreational program for schoolchildren of senior school age. Materials of the international scientific-practical conference "Physical culture, sport and health of the nation". Vinnitsa State Pedagogical University. M. Kotsiubinsky. P.79-84. (in Ukr.)
9. Krutsevich T., Andreeva O., Blagiy O., Pogasiy L. (2017), Characteristics of the components of the theory of physical recreation. Physical education, sports and tourist and local history work in educational institutions: Sat. Sciences. wash Pereyaslav-Khmel'nitsky, pp. 313–320. (in Ukr.)
10. Moroz Y. (2019) Significance of the influence of outdoor games on the development of personality in the field of recreation // Actual issues of the humanities. №25 С. 230-234. (in Ukr.)
11. Pasechnik V., Melnik V. (2018), Recreational games: textbook. allowance. Lvov: Leningrad State University of Physical Culture, 106 p. (in Ukr.)
12. Prokopenko A.A. (2021), Features of the use of outdoor games at the stage of initial training of tennis players / A.A. Prokopenko, N.A. Konstantinovskaya // Prospects, problems and achievements in the development of physical culture and sports in Ukraine: materials of IV Vseukr. electronic conference "COLOR OF SCIENCE", January 29, - Vinnitsa: P. 239-242. (in Ukr.)
13. Andrieieva O, Kashuba V, Karp I, Blystiv T, Palchuk M, Kovalova N, Khrypko I. (2019), Assessment of emotional state and mental activity of 15-16 year-old boys and girls who had a low level of physical activity. Journal of Physical Education and Sport. Vol. Nineteenth Art 147. pp. 1022 - 1029. (in Eng.).

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.3(148).15  
УДК:796.323.071.43

**Комоцька О.С.**  
**аспірантка кафедри фізичного виховання і педагогіки спорту**  
**Сушко Р.О.**  
**доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор**  
**Київський університет імені Бориса Грінченка**

#### ПРОГРАМНО-НОРМАТИВНІ ОСНОВИ ПІДГОТОВКИ ТРЕНЕРІВ З БАСКЕТБОЛУ В УКРАЇНІ

*У дослідженні проаналізовано доступні можливості системи підготовки тренерів з баскетболу в Україні за допомогою вивчення програмно-нормативного контенту і його практичної реалізації в сучасних реаліях. Мета роботи: виявити структуру та зміст навчання та удосконалення підготовки тренерів з баскетболу у закладах вищої освіти і федерації баскетболу України. Досягненню зазначеної мети сприяли такі методи дослідження: аналіз та узагальнення даних науково-методичних літературних джерел і мережі Інтернет, контент-аналіз програмного матеріалу закладів вищої освіти України і федерації баскетболу України, теоретичне моделювання, методи математичної статистики.*

*Вивчено пропозиції освітньо-професійних програм 59 закладів вищої освіти, які готують спеціалістів галузі фізичного виховання і спорту, котрі можуть працювати тренерами з баскетболу. З'ясовано особливості підвищення кваліфікації та практичного процесу удосконалення діяльності тренера з баскетболу, який очолює федерація баскетболу України та результати ефективності впровадженого ліцензування. Проаналізовано структуру і зміст процесу навчання і удосконалення підготовки тренерів з баскетболу в Україні. Узагальнення та наукова інтерпретація виявлених інформативних даних сприяла з'ясуванню сучасних підходів до освіти і удосконалення рівня підготовленості тренерів з баскетболу та перспективних можливостей підвищення кваліфікації.*

**Ключові слова:** тренер, баскетбол, програмно-нормативні основи, підготовка, освіта, удосконалення.

**Komotska O., Sushko R. . Program and normative bases for basketball coaches training in Ukraine.** *The study analyzes the available opportunities of the training system for basketball coaches in Ukraine through the study of the program and normative content and its practical implementation in modern realities. The purpose of the study is to identify the structure and the content of education and improve the training for basketball coaches in higher education institutions and the Basketball Federation of Ukraine. The following research methods contributed to this purpose: analysis and generalization of the data from scientific and methodological literature sources and the Internet, content analysis of program material from higher education institutions in Ukraine and the Basketball Federation of Ukraine, theoretical modeling, methods of mathematical statistics.*

*The offer for educational and professional programs of 59 higher education institutions, which educate specialists in the field of physical education and sports, who can work as basketball coaches, has been studied. The peculiarities of professional development and practical process of improving the basketball coach activities headed by the Basketball Federation of Ukraine and the results of the effectiveness for the implemented licensing are clarified. The structure and content of the training process are analyzed, along with improving the training of basketball coaches in Ukraine. The generalization and*