

УДК 373.3.016:796-027.22

DOI: <https://doi.org/10.54662/veresen.3.2023.03>

Ганна Череповська,
ORCID iD 0000-0003-3980-8691
методист навчально-методичної лабораторії акмеології
Миколаївський обласний інститут
післядипломної педагогічної освіти
вул. Адміральська, 4-а, 54001, м. Миколаїв, Україна
ganna.cherepovska@toipro.mk.ua

Юлія Костюченко,
ORCID iD 0009-0008-9792-3798
учитель фізичної культури
Миколаївський ліцей № 53 Миколаївської міської ради
Миколаївської області
вул. Потьомкінська, 154, 54009, м. Миколаїв, Україна
avratenkosporty@gmail.com

Віталій Данилов,
ORCID iD 0009-0005-5775-2320
учитель фізичної культури
Миколаївський ліцей № 22 Миколаївської міської ради
Миколаївської області
вул. Робоча, 8, 54029, м. Миколаїв, Україна
Danyliv.ua.mk@gmail.com

ВИКОРИСТАННЯ ІГРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ

У науково-методичній статті висвітлено стан організації рухової активності, акцентовано на престижі здоров'я, указано на важливість залучення до активних занять фізичною культурою учнів початкової школи. Проаналізовано вплив рухової активності школярів на формування культури здорового способу життя, розвиток особистості в умовах освітніх перетворень.

Передбачено, що за умови успішного впровадження та використання ігрових технологій виникає можливість використання різних форм взаємодії «вчитель-учень». Доведено потребу використання ігрової діяльності на уроках фізичної культури в початкових класах. Визначено умови відбору й проведення гри. Запропоновано технології навчання, які спрямовують учнів / учениць на краще розуміння матеріалу з предмета «Фізична культура». Уперше розроблено сюжетні ігрові ситуації, які сприяють самостійному пошуку шляхів виконання нестандартних завдань, мобілізації інтелектуальних зусиль учнів.

Ключові слова: здоровий спосіб життя; ігрові технології; культура здоров'я; початкова школа; рухова активність; урок фізичної культури.

© Череповська Г. О., Костюченко Ю. В., Данилов В. Ю., 2023

Вступ. Актуальність дослідження. вих орієнтирів в освіті та вихованні молодого покоління, у центрі яких – особистість

дитини з її потребами й інтересами, життєвими цінностями. Головною метою, яку переслідує сучасна школа, є формування і підтримка здоров'я дитини на певних етапах освітнього процесу. Виходячи з цього, питання здійснення валеологізації освіти на основі компетентнісного підходу, пошуку здоров'язбережувальних та ігрових технологій навчання, спрямованих на гармонійний розвиток особистості кожної дитини, формування та збереження її здоров'я в загальному понятті, є актуальним.

Значущість проблеми здорового способу життя викликана також зростанням, зміною кількості навантажень на організм людини через ускладнення суспільного життя, підвищенням ризиків екологічного, техногенного, психологічного, політичного і воєнного характеру, що мають негативний вплив на стан здоров'я. Особливе занепокоєння держави і суспільства викликає стан здоров'я молодого покоління.

Водночас спостерігаємо такі суперечності: 1) формування здорового способу життя в сучасному суспільстві носить глобальний характер, що визначено в Державному стандарті початкової освіти (2018 рік), однак під час освітнього процесу школярі малорухливі, їхні органи і системи життєдіяльності втрачають здатність правильно функціонувати; 2) поширення інформації про культуру здоров'я – важливий, але несистемний, неструктурований процес, зазвичай спостерігаємо нестачу стійкої мотивації до здорового способу життя.

Вочевидь, з одного боку, кількість учнів зі слабким здоров'ям зростає через недостатність повноцінного дозвілля, належного догляду, з іншого – не визначено умови психолого-педагогічного супроводу, бракує установок на здоровий спосіб життя. Усе це потребує дослідження й розв'язання наявних проблем.

Мета – дослідити умови формування в учнів свідомого ставлення до свого здоров'я, підвищення рухової активності шко-

лярів 1–4 класів під час ігрової діяльності.

Завдання:

1. Проаналізувати вплив рухової активності школярів на формування здорового способу життя, усвідомленого ставлення до власного здоров'я.

2. Уточнити класифікацію ігрових технологій, які застосовуються на уроках фізичної культури для покращення рухової діяльності, та визначити умови для добирання ігор на уроці.

3. Запропонувати нові рухливі ігри, які сприятимуть покращенню настрою і зміцненню здоров'я.

Аналіз наукових досліджень і публікацій. Предметом особливої уваги педагогів є організація рухової активності як ефективного методу в збереженні здоров'я людини, адже однією з причин її зниження фахівці вважають зменшення зацікавленості стандартними уроками фізичної культури.

Визначну навчальну та виховну цінність гри підкреслювали такі відомі науковці, як Л. С. Виготський, В. О. Сухомлинський, К. Д. Ушинський, які розглядали гру дітей як основний вид їхньої фізичної та розумової діяльності.

Питання застосування рухливих ігор і їхній вплив на організм дітей молодшого шкільного віку ґрунтовно вивчали С. М. Бабюк (2006), А. М. Богуш, Н. В. Лисенко (2002), на активних народних засобах фізичного виховання дітей – фізичних вправах, рухливих іграх, гігієнічних факторах, загартовувальних процедурах зосереджують увагу Е. С. Вільчковський (1998), А. Я. Вольчинський (2009), І. С. Матвієнко, І. І. Заплішний (Матвієнко С. І., Заплішний І. І., 2017). Формування фізичної культури учнів початкової школи в умовах диференційованого навчання вивчала О. П. Аксьонова (Аксьонова О. П., 2005); рухливі ігри стали предметом вивчення Н. В. Москаленко, О. О. Власюк, І. В. Степанова, О. В. Шиян, Т. Г. Кожедуб (Москаленко Н. В., Власюк О. О., Степано-

ва І. В., Шиян О. В., Кожедуб Т. Г., 2014), Москаленко Н. В. (2007), О. В. Шевченко (Шевченко О. В., 2008); вплив факторів на формування мотивації рухової активності школярів досліджували Г. В. Безверхня (Безверхня Г. В., 2008), Т. О. Лоза (2019); рівні рекреаційних спортивних здібностей для дітей молодшого шкільного віку – О. Т. Єлізарова, С. В. Гозак, Т. В. Станкевич, А. М. Парац (2021); застосування ігрових технологій на уроках у початкових класах описувала Н. І. Алєндарь (2017).

На формування здорового способу життя дітей, сприяння їхньому фізичному розвитку на уроках та призвичаєнню до самостійних занять фізичними вправами звертають увагу вчені А. А. Боляк, Г. А. Коломоєць, А. А. Ребрина, Н. Л. Боляк (Боляк А. А., Коломоєць Г. А., Ребрина А. А., Боляк Н. Л., 2021, с. 48).

Виклад основного матеріалу.

У Концепції розвитку щоденного спорту в закладах освіти (затверджено наказом Міністерства освіти і науки України, Міністерства молоді та спорту України від 27 жовтня 2021 року № 1141/4048) наголошено на важливості створення належних умов для занять оздоровчо-руховою активністю здобувачів освіти та формування ставлення до занять фізичною культурою і спортом як до важливого складника здорового способу життя.

Важлива проблема впровадження здоров'язбережувальних технологій в освітній процес, на думку О. М. Литвиненко (2023), потребує постійного пошуку нових підходів з урахуванням швидкоплинних умов життєдіяльності учнів. Особливої актуальності вона набуває в Україні в умовах війни, постійної психічної напруги та стресогенних чинників, які негативно впливають на психічний стан здоров'я учнів (Литвиненко О. М., 2023, с. 113). Це означає, що на сучасному етапі розвитку закладів середньої освіти в цілому важливе місце має бути відведено впровадженню інноваційних технологій в освітній процес, що дозволяє учням зв'язатися з природою,

навчитись керувати своїми емоціями, діями та рухами, а також досягти гармонії тіла та розуму.

Автори Типових освітніх програм 1–4-х класів закликають освітян ефективніше використовувати інтерактивні форми й методи навчання: дослідницькі, інформаційні, мистецькі проекти, сюжетно-рольові ігри, інсценізації, моделювання, ситуаційні вправи, екскурсії, дитяче волонтерство тощо (Боляк А. А., Коломоєць Г. А., Ребрина А. А., Боляк Н. Л., 2021, с. 142; Савченко О. Я., 2022; Шиян Р. Б., 2022). Науково-технологічна суть інновацій у фізичному вихованні полягає в пріоритетній спрямованості змісту педагогічного процесу в закладах загальної середньої освіти на формування інтелектуальних, моральних, рухових, комунікативних компетентностей, підтримання прагнення добробуту та здорового способу життя, дбайливого ставлення до власного здоров'я (Нова українська школа. Міністерство освіти і науки України, 2017).

Із теорії та методики фізичного виховання школярів відомо, що ігровий метод є незамінним способом виконання комплексу взаємопов'язаних завдань виховання особистості школяра, розвитку його різноманітних рухових здібностей і вдосконалення вмінь і навичок (Е. С. Вільчковський (1998), Т. Ю. Круцевич (Круцевич Т. Ю., 2017), Б. М. Шиян (2012, 2022)). Заняття фізичними вправами мають потужне виховне значення, сприяють розвитку наполегливості, зміцненню дисципліни, підвищенню почуття відповідальності в досягненні поставленої мети.

Ігрова технологія, на думку В. С. Язловецького, – це організація освітнього процесу, яка передбачає включення учнів у навчальну гру, мета якої – не лише засвоєння навчального матеріалу і формування рухових умінь та навичок, але й надання учням можливості самовираження, сприяння розвитку творчих і рухових здібностей та емоційного сприйняття змісту навчання (Язловецький В. С., Маркова О. В., Язलो-

вещька О. В., 2014, с. 204). Ігрова діяльність на уроках фізичної культури посідає чільне місце, оскільки покликана враховувати особисті та вікові особливості учня та задовольняти його потреби й інтереси.

Педагогічна ефективність гри, стверджує С. В. Гущина, залежить від методики, організаторських здібностей учителя, його вміння дохідливо і цікаво пояснювати гру, вміло керувати її процесом, стежити за дозуванням фізичних навантажень, бути об'єктивним і уважним під час оцінювання ігрових дій учнів. Ігри необхідні для забезпечення гармонійного поєднання розумових, фізичних і емоційних навантажень, загального комфортного стану (Гущина С. В., 2005, с. 127). Головним завданням педагога у грі є формування системи цінностей, навичок соціальної поведінки, взаємодії дітей у групі.

Класифікацію рухливих ігор та естафет у школі пропонує О. Я. Кругляк: індивідуальні; із предметами; з ведучими; за розвитком фізичних якостей, що переважають; для розвитку швидкості; сили; спритності; за інтенсивністю фізичного навантаження (ігри малої інтенсивності, ігри великої інтенсивності); за місцем проведення (на свіжому повітрі, у залі, на воді, на снігу); за спрямованістю рухових дій (Кругляк О. Я., 2004, с. 6).

Власну класифікацію рухливих ігор пропонує використовувати О. В. Шевченко:

1. За складністю змісту: від простих до більш складних (напівспортивних).
2. З урахуванням вікових особливостей дітей.
3. За характером рухової діяльності (ігри з загальнорозвивальними вправами, бігом, стрибками, із метанням тощо).
4. За домінантністю впливу на розвиток фізичних якостей (сили, швидкості, витривалості, спритності: координації, окоміру та рівноваги).
5. Ігри, що сприяють підготовці до опанування елементів окремих видів спорту.

6. Залежно від відносин гравців: без зіткнення з «суперником»; із частковим зіткненням; із боротьбою «суперників» (Шевченко О. В., 2008).

Використання ігрових технологій.

Організаційними вимогами до уроку фізичної культури з погляду педагогіки є: санітарно-гігієнічні, психолого-фізіологічні, дидактичні, виховні. Під час структурування уроку необхідно вирішити, на якому рівні доцільно засвоювати навчальну інформацію та які при цьому будуть застосовані поведінкові методи і способи дії. Кожен урок охоплює основний зміст на всіх трьох рівнях:

- сприйняття, розуміння й запам'ятовування;
- застосування знань, компетенцій і навичок за прикладом;
- застосування знань, умінь і навичок у нових ситуаціях.

Упровадження в освітній процес і використання ігрових технологій дає змогу налагоджувати різноманітні форми взаємодії «учитель-учень» у роботі, що дає можливість учителеві спрогнозувати позитивне ставлення дітей до уроку фізичної культури. Ця технологія навчання спрямовує учнів на краще розуміння навчального матеріалу з предмета «Фізична культура», а також посилює інтерес до уроків фізичної культури в дітей молодшого шкільного віку.

Сюжетні уроки, наприклад: «Подорож у чарівний світ природи», «Мандрівка до світу казок», «Спартакіади», гра «Похід» тощо, можна проводити з учнями 1–2 класів на уроках фізичної культури та під час упровадження різних форм фізкультурно-оздоровчої роботи. Новий, незвичайний сюжет додає уроку емоційності, зацікавлює школярів. Діти на таких уроках навчаються з ентузіазмом, у них посилюється бажання займатися руховою активністю, покращується настрій. Спостерігаючи за учнями під час інтерактивної діяльності на уроці, простежуємо такі по-

зитивні ознаки:

- у ході виконання вправ підвищується ступінь свідомої активності в усіх учнів;
- під час такої форми діяльності учні можуть долучитися до спільної справи незалежно від стану здоров'я;
- це особливо важливо для людей із психофізичними обмеженнями.

Упровадження ігрових технологій та їхніх елементів для підвищення ефективності сучасного уроку фізичної культури рекомендують дослідники М. О. Вольвак, О. А. Качан, Д. С. Кудрявець (Качан О. А., 2021, с. 10–17), що сприятиме формуванню стійкої мотивації учнів до занять фізичною культурою та веденню здорового способу життя. Окрім того, автори подають класифікацію ігрових технологій, якими можна послуговуватися на уроках фізичної культури, а саме: інтелектуальні, логічні, спортивні, стратегічні, розвивальні, рольові, пізнавальні, тренувальні, виховні, навчальні, діагностичні, корегувальні, розважальні, творчі, релаксаційні (Качан О. А., 2021, с. 23).

У розвідці за основу беремо класифікації ігрових технологій, які запро-

понували дослідники М. О. Вольвак, О. А. Качан, Д. С. Кудрявець (2021), та радимо додати такі вправи: імітаційні, дискусійні, репродуктивні, настільні, ігри з предметами, координаційні, швидкісні, силові, для розвитку гнучкості, спритності, уваги, квести, ігри-подорожі, нейробні. Метою навчальних ігор, з погляду Г. Дзятківської, є не тільки засвоєння навчального матеріалу і формування рухових навичок, але й надання учням можливості самовираження, сприяння розвитку емоційного сприйняття змісту навчання, творчих і рухових здібностей (Дзятківська Г., 2015, с. 141). Використання ігрових технологій задовольняє потребу організму учнів у русі, сприяє збагаченню їхнього рухового досвіду; формуванню та вдосконаленню різноманітних здібностей і базових рухових навичок, розвитку таких важливих фізичних характеристик, як швидкість, спритність, витривалість та гнучкість. Поліпшуються розумові здібності: кмітливість, спостережливість, пам'ять. Саме під час рухових, інтерактивних ігор формуємо наскрізні компетентності, адже правила ігор регулюють поведінку гравців, пояснюють правила гри для учасників.

КОНСПЕКТ УРОКУ з фізичної культури для учнів 1-го класу

Тема уроку. «Розвиток рухових якостей учнів засобами ігрових вправ. Подорож у чарівний світ природи».

Мета уроку: задоволення потреб учнів у руховій активності, формування ціннісних орієнтацій щодо здорового способу життя, розвиток фізичних якостей та рухових здібностей у дітей молодшого віку через гру, виховування потреби та звички займатися фізичною культурою.

Завдання уроку:

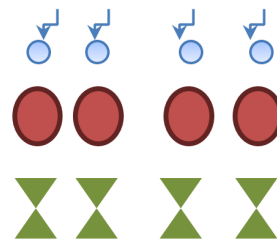
1. Навчати рухливих ігор за спрощеними правилами.
2. Сприяти розвитку спритності, швидкості, уваги під час виконання гри.
3. Формувати навички взаємодії в команді за допомогою естафет.

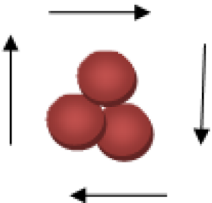
Тип уроку: комбінований

Місце проведення: спортивний зал.

Частина уроку	Зміст уроку	Дозування			Організаційно-методичні вказівки
		Групи здоров'я			
		Осн	Підг	Спец	
I	Підготовча частина уроку	до 10 хвилин			
	Шиккування, привітання, повідомлення завдань уроку	2 хв			Учні шикуються в коло. Звернути увагу на емоційний стан учнів. Перевірити спортивну форму
	Інструктаж з безпеки життєдіяльності (дотримуватися дистанції, не штовхатися, не переганяти, не розпочинати вправи без команди або розпорядження вчителя, бути уважним під час виконання вправ, про зміни самопочуття повідомити вчителя)	30 сек			Примітка: учні спецмедгрупи допомагають учителю у встановленні та переміщенні спортивного інвентарю
	Проаналізувати стан готовності учнів до уроку за показниками зовнішнього вигляду	30 сек			У колі організувати учнів. Сконцентрувати увагу учнів та налаштувати їх на урок
	Різновиди ходьби (під музичний супровід): - на носках, руки вгору; - на п'ятках, руки за голову; - на зовнішній, на внутрішній стороні стопи; - ходьба по гімнастичній лавці, руки в сторони; Подолання смуги перешкод. Спеціальні стрибкові вправи та вправи в русі: - стрибок на гімнастичний місток; - стрибки через гімнастичні обручі; - просування сидячи по гімнастичній лавці. Вправи на відновлення: - ходьба, руки через сторони вгору (вдих через ніс), руки вниз (видих через рот)	1 хв			<i>Фронтально.</i> Стежити за дистанцією один-два кроки. Стежити за поставою, голову не нахилити вперед. Використовувати бар'єри. Стежити за правильним положенням стопи під час приземлення. Виконання вправ за розповіддю та показом учителя. Зміна рухових дій під час ходьби та бігу здійснюється чітко за сигналом учителя
		2 хв	2 хв		
		30 сек	30 сек		
	Перешиккування. Руханка «Веселі бджоли» (під музичний супровід)	3 хв	3 хв		За командою вчителя діти займають місця на задалегідь намальованих крапках. За вчителем повторюють рухи

	Вправи на відновлювання дихання	30 сек	30 сек		Перевірити стан учнів за показниками зовнішнього вигляду
II	Основна частина уроку	20 хвилин			
	<p>Завдання № 1</p> <p>1) Гра «Я тваринка» (під музичний супровід)</p>	3хв	3хв		Індивідуальне виконання. Учитель вмикає аудіозвук різних тварин, потім звучить питання «хто це?», діти разом відповідають, а потім починають рухатись, як ця тваринка.
	<p>Завдання № 2</p> <p>Об'єднати в чотири команди.</p> <p>Веселі естафети (під музичний супровід):</p> <p>1) «У гостях у лісових друзів»</p>	до 12 хв	до 12 хв		Сконцентрувати увагу учнів на правильному виконанні завдання. <i>Завдання:</i> тримаючи м'яку іграшку, перестрибнути бар'єр, пробігти навколо пуфа і передати естафету іншому.
	2) «Веселі яблука»	3 хв	3 хв		Сконцентрувати увагу учнів на правильному виконанні завдання. Учитель кожному учневі роздає м'який м'яч. <i>Завдання:</i> тримаючи м'яч у руці, пробігти бар'єр ногами нарізно, лягти животом на м'який пуф і влучити м'ячиком у корзину, передати естафету іншому учасникові команди.
	3) «Дує вітер» (під музичний супровід)	3хв	3хв		Учитель розмотує волосінь, на якій причеплені пластикові стакани. Гравець-модератор тримає палицю з натягнутою



	4) Гра «Нагодуй звірят» (під музичний супровід)	3хв	3хв	<p>волосінню. За командою вчителя учні один за одним починають дмухати в стакан, тим самим рухаючи його вперед. Команда перемагає, якщо всі гравці виконали завдання. Учитель стежить за правильністю виконання.</p> <p>Учитель роздає ігрові капелюхи відповідно до назви команди: «півники», «зайці», «ведмеді», «щученя». <i>Завдання:</i> за командою вчителя учні знаходять малюнки із зображенням їжі, яку вживають ці тваринки. Перемагає та команда, яка назбирає всі правильні малюнки.</p>
	<p>Завдання № 3</p> <p>1) Гра «Займи вільне місце» (під музичний супровід)</p>	4 хв	4 хв	<p>Учитель обирає 10 учнів, які стають гравцями. <i>Завдання:</i> рухатись по колу один за одним, доки звучить музика, коли музика зупиняється, всі гравці мають сісти на м'які пуфи. За командою вчителя учні міняються місцями.</p>  <p>Спостереження за зовнішніми ознаками втоми учнів</p>
III	Остання частина	5 хв		
	Шикуння класу в одну шеренгу. Підбиття підсумків уроку			Опитування учнів щодо самопочуття.
	<p>Рефлексія</p> <p>«Дерево емоцій» опитування учнів:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Чи гарний у вас зараз настрій? 2. Чи вас зараз щось тривожить? 3. Чи сподобався вам урок? <p>Організований вихід зі спортивної зали</p>			Учні один за одним підходять до намальованого дерева та чіпляють яблука, якщо все сподобалося на уроці, або черв'яка, якщо щось не сподобалось

Ігрові форми роботи в освітньому процесі реалізуються через навчальну, виховну, коректувально-розвивальну, психотехнічну, комунікативну, розважальну, релаксаційну функції.

Естафети, рухливу діяльність для командної взаємодії використовують у процесі фізкультурно-оздоровчої практики з опанування елементів спортивних ігор. Під час взаємодії учасників необхідно враховувати їхні фізичні та психологічні особливості. Гра є цікавою, доступною і зрозумілою, якщо послуговуватися різними варіантами, які передбачають збереження її правил і вмінь дітей, з урахуванням при цьому їхніх вікових та індивідуальних особливостей.

Доцільно продумувати етапи діяльності до дрібниць: правила гри; техніку безпеки; категорію учасників; їхні особливості. Дидактичні ігри навчають об'єднувати дітей через рухи, які засвоєно на заняттях.

Застосовуючи ігрові технології на уроках фізичної культури в початковій школі, дотримуємося таких вимог:

- дидактичне спрямування гри має відповідати: особливостям програмового матеріалу, засвоєним руховим умінням і навичкам, віковим особливостям учнів та сприяти залученню до гри учнів усього класу;
- гра має назву, чітко поставлену мету й відповідний дидактичний результат;
- правила гри, ролі гравців і розташування їх на майданчику прості та доступні;
- чітко сформульовані пізнавальні та проблемні питання в ході гри;
- визначені функції помічників / помічниць;
- зрозумілі умови визначення переможців / переможниць;
- усунені травматизм та загрози здоров'ю учнів;
- безпечним є використання інвентарю;
- закладені можливості створювати

ситуації успіху, сприяти груповій, командній роботі, виявляти творчу ініціативу та не боятися припуститися помилок, гідно поводитися в разі виграшу чи поразки.

На уроці фізичної культури у 3–4 класах використовують ігровий метод із груповою формою роботи. Наведемо приклад організації роботи учнів / учениць під час вивчення елементів спортивної гри.

Рухлива гра «Світлофор»

Спрямованість гри: розвиток уваги та спритності.

Інтенсивність: середня.

Зміст та правила гри. Залежно від кількості учнів учитель розподіляє їх у шеренги по чотири в кожній уздовж лицьової лінії так, щоб вони утворили своєрідний ланцюжок, тримаючи одне одного за руки, стоячи правим плечем до педагога, який стоїть навпроти шеренг. Перед кожною командою заздалегідь встановлено конус, який учасники повинні разом оббігати. Відстань між педагогом і шеренгами гравців становить від 5 до 10 м (залежно від віку дітей).

Перед учителем на підлозі розміщені три різноколірні фішки зеленого, червоного та жовтого кольорів (колір світлофора), а в руках він тримає гімнастичну палицю. Коли керівник умовним жезлом регулювальника руху вказує на жовтий колір та одночасно подає сигнал свистком, то команди виконують один приставний крок правим боком уперед, а лівим – за лицьову лінію; якщо палицею буде вказано червоний колір, діти виконують одне присідання; зелений колір означатиме, що всі команди, не розриваючи ланцюжок, мають оббігти свої конуси, що розміщені навпроти, та перетнути лицьову лінію якомога швидше. Команда, яка розірвала ланцюг, посідає останнє місце. Гра триває до визначення команди-переможниці.

Примітка: гру можна проводити в інший спосіб. Коли учні утворюють не шеренги, стоячи в кожній команді по чотири, а розмістившись у пари обличчям до педагога. На зелений колір біжать не всі пари,

а лише ті, які стоять першими на лицьовій лінії, тримаючись за руки.

Рухлива гра «Хто найшвидший?»

Спрямованість гри: розвиток швидкості

Інтенсивність: середня

Зміст та правила гри: учні утворюють одну шеренгу вздовж лицьової лінії таким чином, щоб інтервал між ними був близько 0,5 м. На іншому боці майданчика (за центральною лінією) хаотично розставлені фішки, але на одну менше, ніж кількість учнів у шерензі. Відстань між фішками має бути не менше 2 м, щоб уникнути зіткнення учасників гри. Після шикування дітей уздовж лицьової лінії до початку гри обирають одного з учасників, який, стоячи збоку від центральної лінії майданчика, приймає певне вихідне положення, наприклад – стійка, ноги нарізно, руки за голову. Усі учасники в шерензі повторюють його рухи. Учитель називає різні числа, але бігти до фішок можна лише за певним числом, яке було вказано дітям до початку прийняття вихідного положення (наприклад, один). Щойно його назвуть, усі учасники повинні якнайшвидше стати до будь-якої з фішок, ноги нарізно. Учень, який не зміг зайняти фішку, міняється ролями з ведучим та пропонує своє вихідне положення.

Примітка: під час бігу заборонено штовхатися, рухати фішку, ховати її, а також заступати за лицьову лінію до початку руху. Якщо розміри залу не дозволяють розмістити значну кількість дітей уздовж лицьової лінії, то гру можна проводити вздовж бокових ліній спортивного залу.

Рухлива гра «Розминка»

Спрямованість гри: розвиток швидко-кісно-силових якостей та спритності

Інтенсивність: висока.

Зміст та правила гри: учитель розподіляє учнів на дві рівні команди та видає кожному учасникові фішку, кожна з команд при цьому зорієнтована на свій колір. Учасники розміщені з різних боків майданчика, між ними – центральна лінія. Кожен вихованець кладе біля своїх стоп фішку. Відстань між учнями в командах не повин-

на бути менше двох метрів. Розміщення учнів здійснюємо хаотично за периметром спортивного залу. Учитель стає на крайній частині центральної лінії з фішкою, яку також кладе на підлогу. Задача: за оплеском керівника учні виконують аналогічні вправи з використанням фішки, як і вчитель, тобто повторюють усі рухи. Наприклад: оббігання фішки на 360 градусів, торкання її правою та лівою руками або стопами, згинання та розгинання рук з упору лежачи (віджимання від підлоги), грудною клітиною тощо. Коли ведучий (учитель) виконуватиме оплеск, вправу треба змінювати, а за свистком усім командам треба щонайшвидше перебігти на інший бік та зайняти місце своїх опонентів, щоб стопи кожного були між фішками. Переможцем стає команда, представники якої щонайшвидше зайняли фішки своїх суперників. Гра відбувається в декілька серій.

Примітка: у цій грі кількість фішок у кожній команді однакова. Перебігати на інший бік необхідно не за оплеском, а за свистком. Штовхати суперників або перегороджувати шлях до фішки категорично забороняється! Учні середньої та старшої школи можуть бути чільними гравцями, а педагог виконувати роль судді, спостерігача за процесом гри.

Рухлива гра «Ловіння за кольорами»

Спрямованість гри: розвиток швидкості та витривалості

Інтенсивність: висока.

Зміст та правила гри: учитель обирає трьох чільних гравців, одягає кольорові браслети та дає в руки по одній фішці певного кольору. Обравши ведучих, наставник вишиковує їх уздовж лицьової лінії, а решті учасникам також роздає фішки у рівному співвідношенні (наприклад, 10 червоних фішок, 10 жовтих, 10 синіх).

Задача: чільним гравцям за встановлений час (наприклад, одна хвилина) необхідно торкнутися (упіймати) якнайбільше учнів, фішки яких однакові з його. Учень, до якого доторкнувся ведучий, сідає на заздалегідь вказану до початку гри лаву або визначене для цього місце. Перемагає той,

хто за обмежений час упіймає найбільшу кількість учнів з урахуванням свого кольору фішки. Після підрахунку впійманих гравців керівник здійснює заміну чільних гравців.

Примітка: торкатися учнів можна як вільною рукою, так і самою фішкою, але до рівня плеча, не вище обличчя. Кидати нею в учня, який біжить від чільного гравця, забороняється!

Умовами добирання ігор на уроці є:

- 1) визначення мети, форми проведення заняття;
- 2) узяття до уваги й підготовка місця для гри;
- 3) урахування вікових та індивідуальних особливостей учасників гри;
- 4) належна підготовка інвентарю та обладнання;
- 5) оголошення назви гри та її правил; розміщення гравців, команд; вибір чільних гравців.

Висновки. Результати дослідження з підвищення рухової активності школярів 1–4 класів підтвердили позитивний вплив рухливих ігор, технологій на фізичне виховання учнів / учениць початкової школи, про що свідчать посилення інтересу до уроків фізичної культури, формування позитивного ставлення до уроку фізичної культури, мотивації до здорового способу життя, установа різних форм взаємодії

«учитель-учень», «учень-учень».

Водночас із сучасними тренінговими технологіями, інтерактивними вправами з фізичної культури важливо використовувати народні ігри.

Уточнена класифікація ігрових технологій, які застосовуються на уроках фізичної культури для покращення рухової діяльності, сприятиме врізноманітненню добирання форм, методів, прийомів рухової активності та формуванню вмінь і навичок, необхідних у практичній діяльності.

Запропоновані умови для відбору ігор на уроці дають можливість урахувати потреби організму учнів у русі, сприяють збагаченню рухового досвіду; розвивають швидкість, спритність, витривалість, гнучкість та інтелектуальні якості: пам'ять, спостережливість, кмітливість.

Нові види рухливих ігор сприятимуть покращенню настрою і зміцненню здоров'я, зміні впливу на розумову діяльність та фізичну активність, привчатимуть учнів / учениць долати психічні й фізичні навантаження.

Перспективи досліджень пов'язані з розробленням і впровадженням варіацій ігор для збагачення та вдосконалювання навичок важливих рухових дій, застосування їх у повсякденній, ігровій, фізкультурно-оздоровчій роботі учнів / учениць початкової школи.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Аксьонова О. П. Формування фізичної культури учнів початкової школи в умовах диференційованого навчання: Дис... пед. наук: 13.00.07 – теорія та методика виховання / О. П. Аксьонова. – Тернопіль: Тернопільський національний педагогічний ун-т ім. Володимира Гнатюка. – 2005. – 226.
2. Безверхня Г. В. Фактори, що впливають на формування мотивації рухової активності школярів / Г. В. Безверхня // Спортивний вісник Придніпров'я. – Дніпро : Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту. – 2008. – № 3–4. – С. 99–102.
3. Боляк А. А. Нова українська школа: методика навчання фізичної культури у 1–4 класах закл. заг. сер. освіти : навч.-метод. посіб. / А. А. Боляк, Г. А. Коломоець, А. А. Ребрина, Н. Л. Боляк. – К. : Видавничий дім «Освіта», 2021. – 160 с. – Режим доступу: <http://surl.li/dxprx>.
4. Гущина С. В. Воспитание ценностного отношения школьников к физической культуре / С. В. Гущина // Олімпійський спорт і спорт для всіх : тез. доп. ІХ Міжнародного наукового конгресу. – Київ : Олімпійська література, 2005. – С. 127.

5. Дзятківська Г. Ігрові технології навчання в початковій школі: особливості використання / Г. Дзятківська // *Магістерський науковий вісник*. – 2015. – № 23. – С. 141–144.
6. Качан О. А. Методичний путівник Нової української школи: фізична культура: збірник методичних матеріалів / Качан О. А., Кудрявець Д. С., Вольвак М. О. (за заг. ред. Качана О. А.). – Краматорськ : Відділ інформаційно-видавничої діяльності, 2021. – 62 с.
7. Концепція розвитку щоденного спорту в закладах освіти (затверджено наказом Міністерства освіти і науки України, Міністерства молоді та спорту України від 27 жовтня 2021 року № 1141/4048) – Режим доступу: <http://www.kharkivosvita.net.ua/news/8953>
8. Кругляк О. Я. Рухливі ігри та естафети в школі / О. Я. Кругляк // *Посібник для вчителя*. – Тернопіль : Підручники і посібники, 2004. – 80 с.
9. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студентів вищих навч. закладів фіз. виховання і спорту / Т. Ю. Круцевич // Т. 2. Методика фізичного виховання різних груп населення. – К. : Олімпійська література, 2017. – 446 с.
10. Литвиненко О. М. Проблеми впровадження здоров'язбережувальних технологій і формування здорового способу життя учнів та шляхи їх вирішення / О. М. Литвиненко // *Вересень*. – Миколаїв, 2023. – №1(96). – С. 112–127. DOI: <https://doi.org/10.54662/veresen.1.2023>. – Режим доступу: <https://september.moippo.mk.ua/index.php/sept/article/view/280/237>
11. Матвієнко С. І. Українські народні рухливі ігри у дошкільному навчальному закладі: навч. посіб. Вид. 3-тє, перероблене й доповнене / уклад.: С. І. Матвієнко, І. І. Заплішний. – Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2017. – 152 с.
12. Москаленко Н. В. Інноваційні технології у фізичному вихованні школярів: навч. посіб. / Н. В. Москаленко, О. О. Власюк, І. В. Степанова, О. В. Шиян, Т. Г. Кожедуб. – Дніпропетровськ : Інновація, 2014. – 332 с.
13. Москаленко Н. В. Фізичне виховання молодших школярів / Н. В. Москаленко. – Дніпропетровськ : «Інновація», 2007. – 252 с.
14. Нова українська школа. Міністерство освіти і науки України. – Режим доступу: <https://mon.gov.ua/ua/tag/nova-ukrainska-shkola>
15. Типова освітня програма, розроблена під керівництвом Шияна Р. Б. 1–2 клас (2022). – Режим доступу: <http://surl.li/ddjdp>
16. Типова освітня програма, розроблена під керівництвом Р. Б. Шияна. 3–4 клас (2022). – Режим доступу: <http://surl.li/dexnc>
17. Типова освітня програма, розроблена під керівництвом Савченко О. Я. 1–2 клас (2022). – Режим доступу: <http://surl.li/dcaab>
18. Типова освітня програма, розроблена під керівництвом Савченко О. Я. 3–4 клас (2022). – Режим доступу: <http://surl.li/cvuza>
19. Шевченко О. В. Рухливі ігри та забави: навч.-метод. посібник. – Кіровоград : «Імекс-ЛТД», 2008. – 164 с.
20. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б. М. Шиян. – Т. 1 Тернопіль : Навч. книга – Богдан, 2012. – 252 с.
21. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б. М. Шиян. – Т. 2 Тернопіль : Навч. книга – Богдан, 2012. – 248 с.
22. Язловецький В. С. Освітні технології у фізичному вихованні та спорті / В. С. Язловецький, О. В. Маркова, О. В. Язловецька. – Кіровоград : Поліграфічне підприємство «Ексклюзив-Систем», 2014. – 204 с.

**USE OF GAME TECHNOLOGIES IN PHYSICAL EDUCATION LESSONS
IN PRIMARY SCHOOL**

Cherepovska Hanna,
educator

Laboratory of Acmeology and Education
Mykolaiv In-Service Teachers Training Institute,
4-a Admiralska Street, 54001, Mykolaiv, Ukraine
ganna.cherepovska@moippo.mk.ua

Kostyuchenko Yulia,
physical culture teacher

Mykolaiv Lyceum 53 of the Mykolaiv City Council
Mykolaiv region
154 Potemkinska Street, 54009, Mykolaiv, Ukraine
avramenkosporty@gmail.com

Danilov Vitaly,

physical culture teacher
Mykolaiv Lyceum 22 of the Mykolaiv City Council,
Mykolaiv region,
8 Robocha Street, 54029, Mykolaiv, Ukraine
Danyliv.ua.mk@gmail.com

The article highlights the state of the organization of physical activity, the reorientation of all education on personality development, emphasizes the prestige of health through, points out the importance of engaging primary school students in active physical education activities. The influence of motor activity of schoolchildren on the formation of a healthy lifestyle culture, personality development in the conditions of educational transformations is analyzed.

At the current stage of the development of society, pedagogical thought is searching for new priorities in the education and upbringing of the younger generation, at the center of which is the personality of the child with his needs and interests, life values.

The relevance of a healthy lifestyle is also caused by the growth and change in the nature of the loads on the human body in connection with the complication of social life, the increase in man-made, ecological, psychological, political and military risks that provoke negative changes in the state of health. Undoubtedly, the state and society are concerned about the state of health of the younger generation.

It is assumed that, subject to the implementation and use of game technologies, there is an opportunity to use various forms of «teacher-student» interaction. The necessity of using game activities in physical education lessons in primary grades, as well as the desire of students to improve their achievements, the formation of positive motivation for a healthy lifestyle and the development of an emotional climate among students, has been proven.

The conditions under which younger schoolchildren learn to make responsible decisions in difficult situations during the game are characterized. This has an effective impact on the formation of moral and willpower, intellectual qualities of the individual.

Game technologies and teaching methods are offered, which guide students to a better understanding of the material from the subject «Physical Culture». For the first time, plot game situations have been developed that contribute to the independent search for ways to solve non-standard tasks, and the mobilization of students' intellectual powers.

Keywords: *Elementary School; game technologies; motor activity; health culture; healthy lifestyle; physical education lesson.*

REFERENCES

1. Aksonova, O. P. (2005). *Formuvannia fizychnoi kultury uchniv pochatkovoї shkoly v umovakh dyferentsiiovanoho navchannia* [Formation of physical culture of primary school students in conditions of differentiated education]. (Doctor's thesis). Ternopil: Ternopilskyi natsionalnyi pedahohichnyi un-t im. Volodymyra Hnatiuka (ukr).
2. Bezverkhnia, H. V. (2008). Faktory, shcho vplyvaiut na formuvannia motyvatsii rukhovoї aktyvnosti shkoliariv [Factors affecting the formation of the motivation of motor activity of schoolchildren]. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia*, 3–4, 99–102. Dnipro: Prydniprovskoi derzhavnoi akademii fizychnoi kultury i sportu, (ukr).
3. Boliak, A. A., Kolomoiets, H. A., Rebryna, A. A. & Boliak, N. L. (2021). Nova ukrainska shkola: metodyka navchannia fizychnoi kultury u 1–4 klasakh zakl. zah. ser. osvity [The new Ukrainian school: a method of teaching physical culture in grades 1–4 general sir education]. Kyiv: Vydavnychi dim «Osvita». Retrieved from: <http://surl.li/dxprx> (ukr).
4. Dziatkivska, H. (2015). Ihrovi tekhnolohii navchannia v pochatkovii shkoli: osoblyvosti vykorystannia [Game learning technologies in elementary school: features of use]. *Mahisterskyi naukovyi visnyk*, 23, 141–144 (ukr).
5. Hushchyna, S. V. (2005). Vospytanye tsennostnoho otnosheniya shkolnykov k fizycheskoi kulture [Education of the value attitude of schoolchildren to physical culture]. *Olimpiiskyi sport i sport dlia vsikh: tez. dop. IX Mizhnarodnoho naukovoho konhresu*. Kyiv: Olimpiiska literatura (ukr).
6. Kachan, O. A., Kudriavets, D. S., & Volvak, M. O. (2021). *Metodychnyi putivnyk Novoi ukrainskoi shkoly: fizychna kultura* [Methodical guide of the New Ukrainian school: physical culture]. Kramatorsk: Viddil informatsiino-vydavnychoi diialnosti, 62 (ukr).
7. Kontsepsiia rozvytku shchodennoho sportu v zakladakh osvity (zatverdzheno nakazom Ministerstva osvity i nauky Ukrainy, Ministerstva molodi ta sportu Ukrainy vid 27 zhovtnia 2021 roku № 1141/4048) [The concept of daily sports development in educational institutions (approved by the order of the Ministry of Education and Science of Ukraine, the Ministry of Youth and Sports of Ukraine dated October 27, 2021 № 1141/4048)]. Retrieved from: <http://www.kharkivosvita.net.ua/news/8953> (ukr).
8. Kruhliak, O. Ya. (2004). *Rukhlyvi ihry ta estafety v shkoli* [Movement games and relays at school]. Ternopil: Pidruchnyky i posibnyky (ukr).
9. Krutsevych, T. Yu. (2017). Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia. [Theory and methods of physical education]. In *Metodyka fizychnoho vykhovannia riznykh hrup naseleunia*. T. 2. Kyiv: Olimpiiska literatura (ukr).
10. Lytvynenko, O. M. (2023). Problemy vprovadzhennia zdoroviazberezhuvalnykh tekhnolohii i formuvannia zdorovoho sposobu zhyttia uchniv ta shliakhy yikh vyrishennia [Problems of implementing health-saving technologies and forming a healthy lifestyle of students and ways to solve them]. *Veresen. Mykolaiv*, 1(96). 112–127. DOI: <https://doi.org/10.54662/veresen.1.2023> Retrieved from: <https://september.moippo.mk.ua/index.php/sept/article/view/280/237> (ukr).
11. Matviienko, S. I. & Zaplishnyi, I. I. (2017). *Ukrainski narodni rukhlyvi ihry u doshkilnomu navchalnomu zakladi* [Ukrainian folk mobile games in a preschool educational institution]. Nizhyn: NDU im. M. Hoholia (ukr).
12. Moskalenko, N. V. (2007). *Fizyчне vykhovannia molodshykh shkoliariv* [Physical education of younger schoolchildren]. Dnipropetrovsk, «Innovatsiia» (ukr).

13. Moskalenko, N. V., Vlasiuk, O. O., Stepanova, I. V., Shyian, O. V. & Kozhedub, T. H. (Ed). (2014). *Innovatsiini tekhnologii u fizychnomu vykhovanni shkoliariv* [Innovative technologies in physical education of schoolchildren]. Dnipropetrovsk: Innovatsiia (ukr).
14. Nova ukrainska shkola. Ministerstvo osvity i nauky Ukrainy [New Ukrainian school. Ministry of Education and Science of Ukraine]. Retrieved from: <https://mon.gov.ua/ua/tag/nova-ukrainska-shkola> (ukr).
15. Shevchenko, O. V. (2008). *Rukhlyvi ihry ta zabavy* [Active games and fun]. Kirovohrad: «Imeks-LTD» (ukr).
16. Shyian, B. M. (2012). *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia shkoliariv* [Theory and methods of physical education of schoolchildren]. T. 1. Ternopil: Navch. Knyha. Bohdan (ukr).
17. Shyian, B. M. (2012). *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia shkoliariv* [Theory and methods of physical education of schoolchildren]. T. 2. Ternopil: Navch. Knyha. Bohdan (ukr).
18. Typova osvitnia prohrama, rozroblena pid kerivnytstvom Shyiana R. B. 1–2 klas. (2022). [A typical educational program developed under the leadership of Shyian R. B. 1–2 grade]. Retrieved from: <http://surl.li/ddjdp> (ukr).
19. Typova osvitnia prohrama, rozroblena pid kerivnytstvom Shyiana R. B. 3–4 klas. (2022). [A typical educational program developed under the leadership of Shyian R. B. 3–4 grade]. Retrieved from: <http://surl.li/dexnc> (ukr).
20. Typova osvitnia prohrama, rozroblena pid kerivnytstvom Savchenko O. Ya. 1–2 klas. (2022). [A typical educational program developed under the leadership of O. Ya. Savchenko. 1–2 grade]. Retrieved from: <http://surl.li/dcaab> (ukr).
21. Typova osvitnia prohrama, rozroblena pid kerivnytstvom Savchenko O. Ya. 3–4 klas. (2022). [A typical educational program developed under the leadership of O. Ya. Savchenko. 3–4 grade]. Retrieved from: <http://surl.li/cvuzza> (ukr).
22. Yazlovetskyi, V. S., Markova, O. V. & Yazlovetska, O. V. (2014). *Osvitni tekhnologii u fizychnomu vykhovanni ta sporti* [Educational technologies in physical education and sports]. Kirovohrad: Polihrafichne pidpriemstvo «Ekskliuzyv-System» (ukr).