



КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
імені БОРИСА ГРИНЧЕНКА

ФАКУЛЬТЕТ ЗДОРОВ'Я,  
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ



**«ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ, СПОРТ ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ:  
ДОСВІД, ПРОБЛЕМИ, ПЕРСПЕКТИВИ»**

МАТЕРІАЛИ

**X Всеукраїнської науково-практичної онлайн-конференції**

15 грудня 2023 року

м. Київ

УДК: 796+61]:378(082)

DOI: 10.28925/2023.1512373conf

**Фізичне виховання, спорт та здоров'я людини: досвід, проблеми, перспективи:** матеріали X Всеукраїнської науково-практичної онлайн-конференції. 15 грудня, 2023 р., Київ / Київ. Ун-т імені Бориса Грінченка; за заг. ред. О. В. Ярмолук. К.: Київ. ун-т імені Бориса Грінченка, 2023. 542 с.

Містить матеріали про реалізацію інноваційних підходів до фізичного виховання і рухової активності різних верств населення, дослідження актуальних тенденцій в спортивній діяльності та впровадження здоров'язбережувальних технологій у сучасному науковому просторі. Розглянуто філософські, організаційні та соціально-економічні аспекти розвитку фізичної культури і спорту, медико-біологічні, фізіологічні та психологічні засади підготовки спортсменів, сучасний стан фізичного виховання молоді, фізичної терапії та ерготерапії.

**Голова організаційного комітету:** Г.О. Лопатенко.

**Організаційний комітет:** В.В. Білецька, А.М. Даниленко, І.М. Ляхова, Н.М. Пилипченко, В.М. Савченко, Р.О. Сушко, О.В. Ярмолук.

**Редакційна колегія:** І.М. Ляхова, О.В. Ярмолук.

Матеріали пройшли перевірку сервісом для запобігання плагіату **StrikePlagiarism**.

Наукове електронне видання включено до наукометричної бази **Google Scholar**.

Видання відкрито для вільного доступу на умовах ліцензії Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0), котра дозволяє іншим особам вільно розповсюджувати опубліковану роботу з обов'язковим посиланням на автор(ів) оригінальної роботи та публікацію роботи в цьому виданні.

### **Затверджено**

Вченою радою Факультету здоров'я, фізичного виховання і спорту  
Київського університету імені Бориса Грінченка  
(протокол № 11 від 19 грудня 2023 року)

Електронна версія видання розміщена на сайті: <https://fzfv.kubg.edu.ua/>



Київський Університет імені Бориса Грінченка, 2023

## ЗМІСТ:


<b>Секція 1.</b>	
<b>ІННОВАЦІЙНІ ПІДХОДИ ДО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ РІЗНИХ ВЕРСТВ НАСЕЛЕННЯ</b>	
<b>Андрєєва О.В., Черналівська О.А., Кобалінова О.І.</b> ВІЙСЬКОВО-ПРИКЛАДНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА ЖІНОК-ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ: ВІТЧИЗНЯНИЙ ТА СВІТОВИЙ ДОСВІД .....	11
<b>Бабенко В.Г., Євдокимова Л.Г., Корж Є.М.</b> РАЦІОНАЛЬНЕ ЧИ ДОЗОВАНЕ ФІЗИЧНЕ НАВАНТАЖЕННЯ ЯК ФАКТОР ЗМІЦНЕННЯ ЗАГАЛЬНОГО Й ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ .....	14
<b>Баришников А.О., Ляхова І.М.</b> ОРГАНІЗАЦІЙНО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ПСИХОМОТОРНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ ІЗ АУТИЗМОМ ВІКОМ 4 – 6 РОКІВ .....	17
<b>Бейгул (Шишкіна) О.М., Волчков Д.І.</b> ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ВОЛЕЙБОЛОМ НА ФІЗИЧНИЙ СТАН СТУДЕНТІВ У ЗАКЛАДІ ВИЩОЇ ОСВІТИ .....	21
<b>Білецька В.В., Магомедов Р.С., Літвінова К.Ю.</b> ВИКОРИСТАННЯ ІНСТРУМЕНТІВ МАРКЕТИНГУ У ФІТНЕС-ІНДУСТРІЇ УКРАЇНИ .....	23
<b>Білецька В.В., Семененко В.П., Завальнюк В.Л.</b> РЕЖИМИ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ .....	26
<b>Благій В.О., Шиманський Г.М., Кобалінова О.І.</b> АНАЛІЗ ТЕНДЕНЦІЙ РОЗВИТКУ СФЕРИ ОЗДОРОВЧОГО ФІТНЕСУ .....	27
<b>Благій О.Л., Берьозко К.С.</b> ВПЛИВ ЗАНЯТЬ СУЧАСНИМИ ТАНЦЯМИ НА ПОКАЗНИКИ ФІЗИЧНОГО ТА ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ДІТЕЙ СТАРШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ	30
<b>Благій О.Л., Медведєв Д.О.</b> ВИКОРИСТАННЯ ГАДЖЕТІВ ТА МОБІЛЬНИХ ЗАСТОСУНКІВ, ЯК ДОДАТКОВИХ ЗАСОБІВ ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ПЕРСОНАЛЬНОГО ФІТНЕС-ТРЕНУВАННЯ .....	33
<b>Бричук М.С., Яцько В.В.</b> «АКТИВНІ ПАРКИ» ЯК ІНСТРУМЕНТ ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ МОЛОДІ .....	36
<b>Ващук Л.М., Юрченко І.О., Полюхович В.М.</b> ОРГАНІЗАЦІЯ ФІЗКУЛЬТУРНОЇ ПОЗАКЛАСНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ВІЙНИ .....	39
<b>Віроzub Т.С., Самійленко В.П.</b> СУЧАСНІ ФІТНЕС-ТЕХНОЛОГІЇ .....	41
<b>Воловик Н.І.</b> ПІЛАТЕС І ФІТНЕС-ЙОГА – ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КУЛЬТУРИ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТА .....	44
<b>Волощенко Ю.М.</b> ЗВ'ЯЗОК МІЖ ІНТЕРОЦЕПТИВНИМ УСВІДОМЛЕННЯМ І ЯКІСТЮ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ КИЇВСЬКОГО УНІВЕРСИТЕТУ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА .....	47
<b>Гайдучик Ю.М., Пилипченко Н.М., Ярмолюк О.В.</b> АКМЕОЛОГІЧНИЙ ПІДХІД У ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ .....	50
<b>Головач І.І., Цикоза Є.В., Сороченко С.М.</b> АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТІВ ПЕРШОКУРСНИКІВ ДО НАВЧАННЯ У ЗАКЛАДІ ВИЩОЇ ОСВІТИ .....	53
<b>Грибан Г.П.</b> НАУКОВІ ЗАСАДИ ЕКОЛОГІЧНОЇ ОСВІТИ ЗДОБУВАЧІВ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ .....	57



<b>Гулько Т.Ю., Верещун В.А.</b> РУХЛИВА ГРА ЯК ФОРМА РЕКРЕАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ .....	61
<b>Дерій В.С.</b> ОСВІТНІ ПЛАТФОРМИ ДЛЯ ФІТНЕС ТРЕНЕРІВ: ОЦІНКА ПЕРЕВАГ І НЕДОЛІКІВ У КОНТЕКСТІ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ У СФЕРІ ФКІС .....	63
<b>Дзюба О.О., Іваненко Г.О.</b> ВПЛИВ ВОЛЕЙБОЛУ, ЯК ЗАСОБУ РЕКРЕАЦІЇ, НА ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН ЖІНОК ПЕРШОГО ЗРІЛОГО ВІКУ .....	70
<b>Іванов К.О., Отравенко О.В.</b> ВПЛИВ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ НА САМОВИЗНАЧЕННЯ ТА САМОСТВЕРДЖЕННЯ ДІТЕЙ З ОБМЕЖЕНИМИ МОЖЛИВОСТЯМИ В УМОВАХ НОВОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ШКОЛИ .....	73
<b>Кара С.І.</b> КРИТЕРІЇ, ПОКАЗНИКИ ТА РІВНІ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ ДО ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ .....	79
<b>Кара С.І., Хатунцева С.М.</b> СУТНІСТЬ І СТРУКТУРА МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ ДО ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ .....	82
<b>Кашуба В.О., Дутчак М.В., Сущенко Л.П.</b> СУЧАСНИЙ ПОГЛЯД НА ПРОФЕСІЇ ПРАЦІВНИКІВ СФЕРИ ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ .....	85
<b>Ковальова Н.В., Коваленко К.А., Ковальов В.О.</b> ВИКОРИСТАННЯ РЕКРЕАЦІЙНИХ ІГОР В АДАПТИВНІЙ ФІЗИЧНІЙ РЕКРЕАЦІЇ ДІТЕЙ З ЗАТРИМКОЮ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО РОЗВИТКУ .....	90
<b>Ковтун А.О., Тарасов А.В.</b> ВПЛИВ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ЗАНЯТЬ З ВИКОРИСТАННЯМ ЗАСОБІВ БОКСУ НА ФІЗИЧНИЙ СТАН СТУДЕНТІВ .....	93
<b>Коллегаєв М.Ю.</b> ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ СПОРТИВНОГО ОРІЄНТУВАННЯ СЕРЕД УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ В УКРАЇНІ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ .....	99
<b>Косинський Е.О., Костючко В.І., Мартинюк О.А.</b> ВПРОВАДЖЕННЯ ВПРАВ CROSSFIT В ОСВІТНІЙ ПРОЦЕС З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ .....	102
<b>Косинський Е.О., Романюк Д.Л., Дорощук Р.М.</b> ВПЛИВ ВИКОРИСТАННЯ ГІМНАСТИКИ В САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТТЯХ СТУДЕНТІВ НА РОЗВИТОК ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ .....	105
<b>Кривенко А.П., Черняков В.В.</b> АНАЛІЗ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЗАСТОСУВАННЯ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ У ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ .....	108
<b>Лазарев А.С., Завацька Л. А., Фукс Л.П.</b> ОРГАНІЗАЦІЯ САМОСТІЙНОЇ ОСВІТНЬОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТІВ ЯК ФАКТОР ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЯКОСТІ ПРОФЕСІЙНИХ ЗНАТЬ ТА УМІНЬ .....	111
<b>Мазін В.М., Оржицький Р.Л.</b> ДО ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ФІЗИЧОЇ КУЛЬТУРИ ЗДОБУВАЧІВ ПОВНОЇ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ ЗАСОБАМИ БОКСУ .....	114
<b>Маслова О.В., Гопей М.М., Гопей А.М.</b> СТРУКТУРА І ЗМІСТ НОВІТНІХ ЗАСОБІВ ОПТИМІЗАЦІЇ ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ З ВАДАМИ СЛУХУ .....	120
<b>Микитчик В.С.</b> ОРГАНІЗАЦІЙНО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ ПАТРІОТИЗМУ УЧНІВ 3-Х КЛАСІВ У РІЗНИХ ФОРМАХ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ .....	124
<b>Москаленко О.В.</b> САМООЦІНКА ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ЯК ОСОБИСТА ОЦІНКА ФІЗИЧНОГО СТАНУ, ЗДОРОВ'Я ТА ЗОВНІШНОСТІ СТУДЕНТІВ ФАХОВОГО КОЛЕДЖУ .....	128
<b>Огнистий А.В., Огниста К.М., Петрица П.М.</b> СЕРТИФІКАТНІ ПРОГРАМИ, ОДИН ІЗ НАПРЯМКІВ ФОРМУВАННЯ ІНДИВІДУАЛЬНОЇ ТРАЄКТОРІЇ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦЯ	130

**Література:**

1. Khmara M, Mozolev O, Yashchuk I, etc. Effectiveness of the Fitness Program «WAY TO A HEALTHY LIFE». *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*. 2021; 9(5):833–840. DOI: 10.13189/saj.2021.090501
2. Mozolev O, Bloschynskiy I, Aliexsieiev O, etc. Influence of modern fitness technologies on the state of health and development of motor abilities of 17-19-year-old female students. *Journal of Physical Education and Sport*. 2019;19(3):917–924. DOI: 10.7752/jpes.2019. s3132.
3. Дембіцька ОО, Гайдай СІ, Хапсаліс ГЛ, Чайченко НЛ. Застосування інноваційних технологій у процесі фізичного виховання студентської молоді. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2022;85:79–83. DOI: <https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series5.2022.85.16>.
4. Ладика П, Шандригось Г, Шандригось В. Особливості застосування дистанційного навчання під час викладання спортивно-педагогічних дисциплін. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: збірник наукових праць*. Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка. 2015;3:31.
5. Мозолев О. Інноваційні форми фізичного виховання студентів в період дистанційного навчання. *Grail of Science*, 2022. 12–13:676–683. DOI: 10.36074/grail-of-science.29.04.2022.123.
6. Недорубко С, Очерedyкo Л. Використання інноваційних технологій навчання в системі фізичного виховання студентів. *Інноваційна педагогіка*. 2019. 11(2):19–22.
7. Отравенко ОВ. Здоров'язберігаючі технології в умовах змішаного навчання закладів освіти. Education and science of today: intersectoral issues and development of science: IV International Scientific and Practical Conference, Cambridge, 9 December 2022. Cambridge, UK. 2022:176–179. DOI: <https://doi.org/10.36074/logos-09.12.2022.48>.
8. Шавель ХЄ, Бойко ЮС, Соколенко ЛС. Інноваційні моделі підготовки здобувачів вищої освіти в галузі фізичного виховання та спорту. *Академічні візії*. 2023;17. DOI: <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.7724404>.

**ВПЛИВ ВОЛЕЙБОЛУ, ЯК ЗАСОБУ РЕКРЕАЦІЇ,  
НА ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН ЖІНОК ПЕРШОГО ЗРІЛОГО ВІКУ****Дзюба О.О.,****Іваненко Г.О.,** 0000-0002-1012-2218*Київський університет імені Бориса Грінченка, м. Київ, Україна*

**Вступ.** Значення фізичної рекреації очевидне і в мирний час, але особливо гостро постало в умовах російської війни проти України та повномасштабного вторгнення. Кожній людині необхідно відволіктися, абстрагуватися від реалій теперішнього життя, зміцнювати своє здоров'я, зокрема і жінкам першого зрілого віку. І саме фізична рекреація стає на порятунок у цей скрутний час.



Фізична рекреація – це організований активний відпочинок або діяльність, спрямована на покращення фізичного здоров'я та загального самопочуття. Вона включає різноманітні фізичні вправи та інші рухові дії, здійснюється різними методами, засобами і формами фізичної культури [5].

Фізичну рекреацію також характеризують як комплекс заходів, спрямованих на поліпшення процесу відновлення після фізичної та розумової праці. Основна його мета – збереження і зміцнення фізичного і психічного здоров'я, підвищення працездатності та відновлення фізичних сил [1].

Фізична рекреація може включати такі види активності, як спорт, фітнес, йога, плавання, прогулянки, велосипедні поїздки, танці, спортивні ігри та багато інших. Вона може бути використана як індивідуально, так і можливо в групі, із задоволенням різних інтересів та фізичних осіб.

Одним із можливих засобів фізичної рекреації може бути одна з найвідоміших спортивних ігор – волейбол. Волейбол – це командна спортивна гра з м'ячем, у якій дві команди змагаються на спеціальному полі, що розділене сіткою, висота сітки для чоловічих команд становить 2,43 метра, а для жіночих – 2,24 метра [4].

Волейбол - це гра у команді. Тому вона дає змогу подолати комплекси, пов'язані із труднощами у спілкуванні та інтегруватися у соціум. Як правило, люди із задоволенням грають у волейбол, легко знаходять спільну мову, як з однолітками, так і з людьми різного віку. Волейбол, як й інші командні ігри, підвищує почуття відповідальності та командний дух, а також вчить довіряти іншим та команді [4].

Загальновідомо, що завдяки волейболу людина позбавляється від стресу, тривожності та інших негативних емоцій. Волейбол може допомогти уникнути депресії в найбільш непростий життєвий період. Регулярні тренування забезпечать розвиток фізичних та психологічних навичок відмінне самопочуття, а також можуть зарядити енергією та оптимізмом [3, 5].

Було визначено, що існують дослідження щодо позитивного впливу волейболу на організм осіб першого зрілого віку [3], також визначено, яким чином засоби волейболу можуть бути використані у рекреації осіб різного віку [2], проте вплив волейболу на фізичне здоров'я осіб першого зрілого віку залишається актуальним науковим питанням.

**Мета дослідження** – визначення впливу занять з волейболу, як засобу рекреації, на психологічний стан жінок першого зрілого віку.

**Методи дослідження:** аналіз науково-методичної, спеціальної літератури та даних мережі Інтернет, аналіз та синтез, психологічний тест «Швидка діагностика психологічного стану», методи математико-статистичної обробки отриманих даних.

**Результати дослідження та їх обговорення.** З метою визначення впливу занять з волейболу на психологічний стан жінок першого зрілого віку було організоване опитування за допомогою психологічного тесту «Швидка діагностика психологічного стану».



Дослідження було організоване серед жінок, які займаються у секції з волейболу на базі Лютізького ліцею (м. Лютіж, Вишгородський район, Київська обл.). В опитуванні взяло участь 15 респонденток. Досліджуваним було надано три шкали: рівень стресу, рівень морального стану та рівень виснаження. Респонденти мали оцінити свій стан на початку тренування з волейболу і в кінці.

Встановлено, що при відповіді на питання до тренування «Який у вас рівень напруги чи стресу?» 34% респонденток відповіли, що мають «легкий, трохи дискомфортний» рівень стресу, в свою чергу 20% дали відповідь – «від легкого до помірного, ледве неприємний», 20% відповіли, що мають стан «помірний, яскраво неприємний»; 13% - «від середнього до високого, важко переноситься»; 13% - «дуже легкий, комфортний». В свою чергу, після проведених тренувань ми отримали такі дані: 47% жінок відповіли, що в них майже відсутні відчуття напруги та стресу; 40% - мали стан «повного розслаблення»; 13% - дали відповідь, що мали стан «дуже легкий, комфортний». Такі дані свідчать про позитивний вплив занять з волейболу на відчуття рівня напруги та стресу у жінок першого зрілого віку.

Наступним кроком дослідження було встановити, як заняття з волейболу впливають на моральний стан респонденток. Так, на питання «Який у вас рівень морального стану», до проведення тренувань з волейболу, 27% жінок відповіли, що мають коливання у настрої та легке пригнічення; 27% дали відповідь, що знаходяться на нормальному рівні морального стану; 20% мали хиткий моральний стан, від легкого до помірного пригнічення; 13% відповіли, що мають помірно пригнічення, яскраво неприємне; 13% - мали пригнічення від середнього до високого, яке важко переноситься (рис 1.).

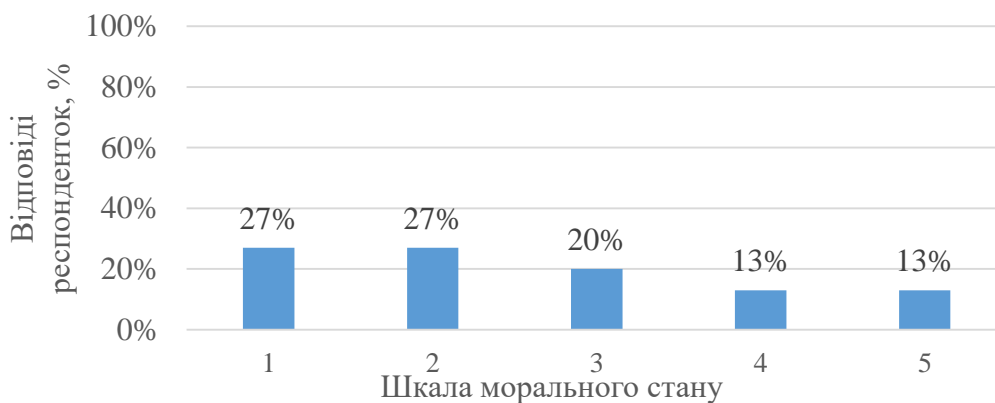


Рис. 1 «Який у вас рівень морального стану?»  
(до проведення тренувань з волейболу, n=15)

*Примітка:* 1 – маю коливання у настрої та легке пригнічення; 2 – нормальний рівень морального стану; 3 – хиткий моральний стан, від легкого до помірного пригнічення; 4 – маю помірно пригнічення, яскраво неприємне; 5 – маю пригнічення від середнього до високого, яке важко переноситься.

Після тренувального процесу респондентки надали наступні відповіді: 60% жінок відповіли, що мають моральний стан на максимальному рівні, 40% - добрий рівень морального стану. Отримані результати свідчать про те, що у більшості жінок, які займаються у секції з волейболу значно покращився моральний стан.



**Висновки.** В умовах сьогодення, фізична рекреація та зокрема заняття волейболом, як одного з засобів фізичної рекреації, має велике значення для збереження та зміцнення психічного здоров'я жінок першого зрілого віку і населення загалом. Завдяки проведеному дослідженню підтверджено, що заняття з волейболу сприяють зменшенню рівня стресу та напруги, а також нормалізації морального стану серед жінок першого зрілого віку.


#### Література:

1. Вихляєв ЮМ. Рекреаційні технології: навч. посібник. Вінниця: ТОВ «Твори», 2023. 451 с.
2. Гакман АВ. Теорія та методика фізичної рекреації: навч. посібник. Чернівці: Чернівець. нац. ун-т. ім. Ю. Федьковича, 2021. 264 с.
3. Гритченко АГ, Пензай СА. Особливості програмування спортивних занять для осіб зрілого віку. *Scientific Journal "ScienceRise"*. 2017;9(38):44-7.
4. Міщук ДМ, Сироватко ЗВ, Абрамов СА, Томашевський ДВ, Довгопол ЕП. Фізичне виховання. Волейбол: навч. посібник. Київ: КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2021. 129 с.
5. Олексієнко ЯІ, Гунько ПМ. Теорія, види та технології оздоровчо-рекреаційної рухової діяльності: навч.-метод. посібник. Черкаси: ЧНУ імені Б. Хмельницького, 2018. 260 с.

## ВПЛИВ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ НА САМОВИЗНАЧЕННЯ ТА САМОТВЕРДЖЕННЯ ДІТЕЙ З ОБМЕЖЕНИМИ МОЖЛИВОСТЯМИ В УМОВАХ НОВОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ШКОЛИ

Іванов К.О.,

Отравенко О.В.,

 0000-0001-8308-5895

*Державний заклад «Луганський національний університет  
імені Тараса Шевченка», м. Полтава, Україна*

**Вступ.** Актуальність дослідження зумовлена зниженим рівнем мотивації до навчання, рухової активності та соціалізації дітей з обмеженими можливостями в закладах освіти. Знижений рівень даної якості спостерігається через впровадження онлайн навчання, спричинене карантинними заходами Covid 19 у 2020-2021 роках та повномасштабним вторгненням Російської Федерації у лютому 2022 року. У зв'язку з чим у багатьох закладах освіти введено змішану та дистанційну форми навчання. Як відомо, удома діти молодшого шкільного віку (1-4 класи), а інколи і молодшого підліткового віку (5-7 класи) звикли гратися, проводити час у гаджетах. Негативно також впливає той факт, що батькам необхідно працювати і не має можливості наглядати за дитиною, допомагати їй та контролювати процес навчання. І так відбувалося у 2020-2022 рр., і продовжує відбуватися протягом 2022-2023 навчального року. А якщо