

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Рівненський державний гуманітарний університет

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА, СПОРТ І
РЕАБІЛІТАЦІЯ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ

Збірник наукових праць

ВИПУСК 14

РІВНЕ – 2023

**Фізична культура, спорт і реабілітація в закладах освіти:
Збірник наукових праць. Рівне: ГО СОМ-ЦЕНТР, 2023. Випуск
14. 440с.**

У збірнику вміщено наукові праці вчених, аспірантів, вчителів-методистів, вчителів-новаторів, здобувачів вищої освіти галузі фізичної культури та спорту України

Збірник статей буде корисним для вчителів і викладачів фізичного виховання, спортсменів, усіх, хто цікавиться сучасними проблемами розвитку фізичного виховання та спортивного тренування

Редакційна колегія:

кандидат педагогічних наук, професор Кіндрат В.К.
кандидат педагогічних наук, доцент Ковальський В.В.
доцент Кашуба А.А.
старший викладач Гоголь Т.В.

Відповідальність за інформаційну достовірність поданих матеріалів у наукових працях несуть автори публікацій

ЗМІСТ

Василюк В.М., Виговський А.В. ТРАНСПОРТАЦІЯ ФІЗИЧНОЇ І ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ У ПОЧАТКОВУ ФАЗУ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ.....	9
Василюк В.М., Определянський Б.О. КЛАСИФІКАЦІЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ НА ПОЧАТКОВІЙ ФАЗІ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ	20
Василюк В.М., Рибак О.М. ОСНОВНІ ПРИНЦИПИ БАЗОВОЇ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВОРОТАРІВ У ФУТБОЛІ	29
Василюк В.М., Травський О.В. РОЗВИТОК ПРОФЕСІЙНОЇ ОБІЗНАНОСТІ У ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ ТРЕНЕРІВ В ПРОЦЕСІ ВИВЧЕННЯ СПОРТИВНО-ПЕДАГОГІЧНИХ ДИСЦИПЛІН.....	38
Василюк В.М., Ядчишин Р.М. ПЛАНУВАННЯ ОРГАНІЗАЦІЇ РІЧНОГО МАКРОЦИКЛУ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ АМАТОРСЬКОЇ КОМАНДИ З ФУТБОЛУ.....	45
Власюк Г.І. Манзик В.О. ФАКТОРИ ВИХОВАННЯ МОРАЛЬНО-ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ.....	57
Власюк Г.І., Артюх М. АНАЛІЗ ЗАСОБІВ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У ПРОЦЕСІ ПІДГОТОВКИ БОРЦІВ РІЗНОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ.....	67
Власюк Г.І., Романюк Д. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ ДІЙ В КРОСОВИХ ВИДАХ СПОРТИВНОГО ОРІЄНТУВАННЯ.....	77
Герасимчук А.Ю., Босюк А.В. ФОРМУВАННЯ МОРАЛЬНИХ ЯКОСТЕЙ ДІТЕЙ ІЗ ВИКОРИСТАННЯМ ДИДАКТИЧНИХ КАЗОК НА ЗАНЯТТЯХ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ.....	88

Герасимчук А.Ю., Воловник В.М. ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ВОДНОГО СЕРЕДОВИЩА У ПРОФЕСІЙНО ПРИКЛАДНІЙ ПІДГОТОВЦІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ.....	99
Герасимчук А.Ю., Мороз Ю.М. ВПЛИВ СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ БАСКЕТБОЛОМ НА РОЗВИТОК КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ.....	108
Гоголь Т.В. ВИКОРИСТАННЯ ІНФОРМАЦІЙНО-КОМУНІКАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ ПРИ ФОРМУВАННІ ЕКОНОМІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ.....	119
Давидюк І.В. ВИКОРИСТАННЯ НАРОДНИХ РУХЛИВИХ ІГОР В НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОМУ ПРОЦЕСІ СУЧАСНОЇ ЗАГАЛЬНООСВІТНЬОЇ ШКОЛИ, ЯК СКЛАДОВА НАЦІОНАЛЬНОЇ КУЛЬТУРИ.....	126
Дутчак В.В. МЕТОДИКА ВИВЧЕННЯ ТА ОЦІНЮВАННЯ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ НА ФАКУЛЬТЕТАХ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....	135
Кашуба А.А., Гаврилюк А.А. ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ З БАСКЕТБОЛУ У ЗВО	140
Кашуба А.А., Глаз А.П. ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ СТРЕТЧИНГУ У ФІЗИЧНІЙ ПІДГОТОВЦІ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ.....	145
Кашуба А.А., Корнозевич Н.М. ХАРАКТЕРИСТИКА ЗМІСТУ ТА ПОБУДОВА НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ ЗІ СОФТБОЛУ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ	150
Кашуба А.А., Терещук Д.Ю. ОБҐРУНТУВАННЯ ВАРІАТИВНОГО МОДУЛЯ «ФУТБОЛ» ДЛЯ УЧНІВ 5-Х КЛАСІВ МОДЕЛЬНОЇ НАВЧАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ ЗЗСО	155
Кашуба А.А., Трохимчук М.О. ВДОСКОНАЛЕННЯ СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ У СТАРШОКЛАСНИКІВ ЗЗСО ЗАСОБАМИ АТЛЕТИЧНОЇ ГІМНАСТИКИ.....	160

Кіндрат В.К., Бойсак Ф.Ф. ОБҐРУНТУВАННЯ ЧИННИКІВ ЕФЕКТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО СПОРТИВНО-МАСОВОЇ РОБОТИ	166
Кіндрат В.К., Гоголь В.В. ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ НАВЧАННЯ ВОЛЕЙБОЛУ В ЗАКЛАДАХ ФАХОВОЇ ПЕРЕДВИЩОЇ ОСВІТИ	175
Кіндрат В.К., Саванчук О.М. ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНІ ПРОЕКТИ ЯК ЗАСІБ ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ	187
Кіндрат В.К., Стадченко Л.І. СТРУКТУРА МОТИВІВ, ПОТРЕБ ТА ІНТЕРЕСІВ ШКОЛЯРІВ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ	197
Кіндрат П.В., Наконечний А.Л. МОДЕЛЮВАННЯ МОТИВАЦІЙНИХ ЗАХОДІВ ОРІЄНТОВАНИХ НА ЩОДЕННЕ ФІЗИЧНЕ САМОВДОСКОНАЛЕННЯ УЧНІВ	206
Кіндрат П.В., Омелянчук С.П. ЕФЕКТИВНІСТЬ ЗАСТОСУВАННЯ ІНФОРМАЦІЙНО-КОМУНІКАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ЗМІШАНОМУ НАВЧАННІ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ	215
Коваль В.В., Шемосюк К.В. ОРГАНІЗАЦІЯ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ З БАСКЕТБОЛУ У ДЮСШ	223
Ковальський В.В., Пилипчук А.Р. ПРОФІЛАКТИКА СКОЛІОЗУ У ШКОЛЯРІВ ПЕРШОГО ЦИКЛУ ПОЧАТКОВОЇ ОСВІТИ З ВИКОРИСТАННЯМ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ	230
Ковальський В.В., Трубіцин Б.С. ПОКРАЩЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ЗДОБУВАЧІВ ПЕРШОГО РІВНЯ ВИЩОЇ ОСВІТИ СИЛОВИМИ ВИДАМИ СПОРТУ	236
Ковальський В.В., Юрченко А.С. РОЗВИТОК СПЕЦІАЛЬНИХ РУХОВИХ ЯКОСТЕЙ ФУТБОЛІСТА В ПРОЦЕСІ СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ	243

Панчук А.П., Панчук І.В., Басюк М.П. ВДОСКОНАЛЕННЯ РУХОВИХ ЯКОСТЕЙ У ПІДЛІТКІВ ЗАСОБАМИ ВОЛЕЙБОЛУ.....	250
Панчук А.П., Панчук І.В., Делідон Ю.С. ДИФЕРЕНЦІЙОВАНИЙ ПІДХІД У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ДІТЕЙ ОСНОВНОГО ЦИКЛУ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ	254
Панчук А.П., Панчук І.В., Трохлюк Р.В. ПІДВИЩЕННЯ МОРФО-ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ ОРГАНІЗМУ ЧОЛОВІКІВ ПЕРШОГО ЗРІЛОГО ВІКУ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ВОЛЕЙБОЛОМ.....	258
Панчук А.П., Панчук І.В., Хильчук Ю.П. РОЗВИТОК ВИТРИВАЛОСТІ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ	262
Семенович С.В., Шинкарук О.П. ДОСЯГНЕННЯ УСПІШНОГО РЕЗУЛЬТАТУ У ФУТБОЛІ НА ПРИКЛАДІ ЄВРОПЕЙСЬКИХ ЗБІРНИХ.....	267
Семенович С.В., Яремчук В.Д. АКТУАЛЬНІСТЬ ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ У ШКОЛЯРІВ ІНТЕРЕСУ ДО ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ НА СУЧАСНОМУ ЕТАПІ.....	275
Чалій Л.В., Кузлю А.А. ДОПІНГ ЯК ДЕСТРУКТИВНА СИЛА ЮНАЦЬКОГО ОРГАНІЗМУ	281
Чалій Л.В., Кулініч Г.С. ХАРАКТЕРИСТИКА ЦІННОСТЕЙ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ	290
Чалій Л.В., Парфенюк Л.О. ЕФЕКТИВНІСТЬ ЗАСОБІВ СПОРТИВНОГО ОРІЄНТУВАННЯ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....	298
Шелюк В.О., Пашко І.С. РУХЛИВІ ІГРИ ЯК ЕФЕКТИВНИЙ ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ РУХОВИХ ЯКОСТЕЙ ШКОЛЯРІВ ОСНОВНОГО ЦИКЛУ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ	308
Шелюк В.О., Пашко К.С. ПОКРАЩЕННЯ РІВНЯ ЗДОРОВ'Я ЗДОБУВАЧОК ВИЩОЇ ОСВІТИ ЗАСОБАМИ СТЕП-АЙРОБІКИ	

.....	314
Шелюк В.О., Пашков О. ПРОФІЛАКТИКА СЕРЦЕВО-СУДИННИХ ЗАХВОРЮВАНЬ СПОРТСМЕНІВ СПОРТИВНИХ ЄДИНОБОРСТВ ЕРГОТЕРАПЕВТИЧНИМИ ЗАСОБАМИ	319
Шелюк В.О., Миронюк В.І., Гавлитюк О.А. ОБҐРУНТУВАННЯ ВАРІАТИВНОГО МОДУЛЯ «БАСКЕТБОЛ» ДЛЯ УЧНІВ 5-Х КЛАСІВ МОДЕЛЬНОЇ НАВЧАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ ЗАГАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ (ЗЗСО).....	327
Шелюк В.О., Токар О.А. ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ У СТАРШОКЛАСНИКІВ....	331
Ярмошук О.О., Бойко А.В. ПЛАНУВАННЯ ПРОЦЕСУ ПІДГОТОВКИ ДЗЮДОЇСТІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ.....	337
Ярмошук О.О., Веремчук Ю.М. ЗНАЧЕННЯ ПРОВЕДЕННЯ СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ ФУТБОЛОМ У ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ З ДІТЬМИ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ	348
Ярмошук О.О., Гостяєв М.О. ДИФЕРЕНЦІЙОВАНИЙ ПІДХІД У РОЗВИТКУ ВИТРИВАЛОСТІ У ПЛАВЦІВ ВІЛЬНИМ СТИЛЕМ.....	356
Ярмошук О.О., Данилюк В.І. АНАЛІТИЧНА ПРАКТИКА В СИСТЕМІ ПІДГОТОВКИ ШАХІСТІВ.....	365
Ярмошук О.О., Захарець Д.В. ЗАСТОСУВАННЯ ВИСОКОІНТЕНСИВНИХ ІНТЕРВАЛЬНИХ ТРЕНУВАНЬ У РОЗВИТКУ СПЕЦІАЛЬНОЇ ВИТРИВАЛОСТІ ФУТБОЛІСТІВ	374
Ярмошук О.О., Кравченко В.О. ХАРАКТЕРИСТИКА ВАРІАНТІВ СТИЛІВ ВЕДЕННЯ ПОЄДИНКУ У СПОРТИВНІЙ БОРОТЬБІ.....	386
Ярмошук О.О., Усач Ю.В. ІНСТРУМЕНТИ ЗАСТОСУВАННЯ ФОРМУВАЛЬНОГО ОЦІНЮВАННЯ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ.....	398

Ярмошук О.О., Чернецький О.М. ЗАГАЛЬНІ АСПЕКТИ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У СПОРТІ.....	406
Чалій Л.В., Кузьмич В. РУХЛИВІ ІГРИ У ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ... ..	412
Ковальський В.В., Шимко Л. ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ПРИ ПЕРЕЛОМАХ ХРЕБТА ДЛЯ ЧОЛОВІКІВ І ЖІНОК ДРУГОГО ЗРІЛОГО ВІКУ.....	420
Герасимчук А.Ю., Панченко В.І. АДАПТИВНЕ ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ З НАСЛІДКАМИ ДЦП	425
Герасимчук А.Ю., Зарічнюк М.І. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ ТРЕНЕРА.....	436

3. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник для тренеров: в 2 кн. К.: Олимпийская литература. 2015. Кн. 1. 680 с., Кн. 2. 752 с.

4. Сайдаков П. В., Куліш Н. М. Вплив найбільш популярних спортивних ігор у вищих навчальних закладах на розвиток рухової активності. *Молодий вчений*. 2015. № 5(20). Ч. 4. С. 173-175.

5. Цись Д. І. Особливості застосування засобів волейболу у процесі занять з фізичного виховання. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету ім.Т.Г.Шевченка*. 2016. № 139(2). С. 275-278.

Панчук А.П., канд. пед. наук, доцент

Панчук І.В., старший викладач

Хильчук Ю.П., здобувач ступеня в/о «Магістр» II курсу

РОЗВИТОК ВИТРИВАЛОСТІ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Анотація. Розглянуто дані науково-методичної літератури щодо виховання такої важливої якості як витривалість у дітей молодшого шкільного віку - однієї з основних фізичних якостей, що є одним із основних компонентів їх комплексного розвитку. Розкрито фізичні та соціальні аспекти виховання витривалості та її вплив на психологічний та соціальний розвиток молодших школярів.

Ключові слова: молодші школярі, фізична активність, витривалість.

Постановка проблеми. Від перших кроків до досягнень у спорті та повсякденному житті, витривалість відіграє визначальну роль у житті кожної дитини. У світі, де рух та фізична активність набувають нового значення, виховання витривалості у дітей молодшого шкільного віку стає не лише важливим аспектом фізичного розвитку, але й ключем до їхнього загального успіху та благополуччя.

Фізичне виховання у цьому віці має велике значення, оскільки саме в цей час закладаються фундаментальні основи здоров'я, спортивної вправності та психологічної стійкості. Виховання витривалості у цьому контексті не лише формує фізичні здібності, а й розвиває різні аспекти особистості.

Розглядаючи важливість цього процесу, варто відзначити, що витривалість - це не просто можливість пробігти довшу відстань чи здолати важку тривалу фізичну діяльність. Це ключовий елемент у побудові сильної, здорової та впевненої особистості. Вона допомагає дітям управляти емоціями, розвивати самодисципліну та зберігати стабільність у різних життєвих ситуаціях.

Мета дослідження – розкрити фізичні аспекти виховання витривалості та її вплив на психологічний та соціальний розвиток молодших школярів

Виклад основного матеріалу. Фізичне здоров'я є важливою складовою загального благополуччя кожної дитини. Виховання витривалості у дітей молодшого шкільного віку має безпосередній вплив на їхнє фізичне здоров'я, і це має ряд важливих аспектів.

Витривалість - це здатність серця і судин робити свою роботу з меншим зусиллям, при цьому забезпечуючи достатню кількість кисню для м'язів і органів. Посилена серцево-судинна система зменшує ризик серцевих захворювань, нормалізує артеріальний тиск та поліпшує кровообіг.

Виховання витривалості спонукає дітей більше рухатися. Це стимулює їх до активного способу життя, позитивно впливає на здоров'я суглобів та м'язів і зменшує ризик надмірної ваги. Тривалі фізичні навантаження сприяють розвитку легень та покращенню дихальної функції. Діти з більшою витривалістю мають здатність краще керувати своїм диханням, що корисно у різних ситуаціях.

Аналіз наукових досліджень показує, що виховання витривалості в дітей може зменшити ризик розвитку різних хронічних захворювань, таких як діабет, ожиріння, астма та інші. Це стає можливим завдяки покращенню обміну речовин та функціонуванню імунної системи. Він сприяє загальному покращенню фізичної спроможності організму, що допомагає дітям

виконувати різні види фізичної активності без великої втоми і підтримує їхнє фізичне здоров'я в гарному стані, яке є основою для подальшого розвитку та фізичного благополуччя.

Психологічний аспект виховання витривалості у дітей молодшого шкільного віку є ключовим для формування їхньої особистості та ментальної стійкості і досить вагомо впливає на їхній розвиток.

Виховання витривалості допомагає дітям розвивати навички самодисципліни та самоконтролю. Під час фізичних тренувань вони навчаються переборювати втому, встановлювати цілі та досягати їх, що формує ментальну витривалість у вирішенні завдань і є основою для подальшого розвитку дітей. Виховання витривалості є важливим кроком у забезпеченні їхнього здоров'я, а також в готовності до активного способу життя, вміння навчитися керувати своїми емоціями та стресом. Під час фізичних вправ вони стикаються з викликами, які допомагають розвивати терпимість до труднощів та уміння подолати стресові ситуації, формувати трудову дисципліну що стає ключем до успіху та радості у дорослому житті.

Діти, які досягають успіху у вихованні такої фізичної якості як витривалість, зазвичай мають підвищену самоповагу. Це підкреслює їхні досягнення та допомагає відчувати себе впевненіше в усіх аспектах життя.

Вправи для виховання витривалості часто проводяться у формі групових занять, спільних тренувань, що сприяє командній роботі та взаємодопомозі. Діти навчаються співпрацювати, допомагати один одному та розвивати навички соціальної взаємодії та комунікації. Виховання витривалості в дітей молодшого шкільного віку не лише формує їхнє фізичне здоров'я та психологічну стійкість, але й має великий вплив на соціальну взаємодію та комунікацію. Під час спільних тренувань діти навчаються сприймати потреби інших, розуміти їхні почуття та реагувати на них. Це сприяє розвитку емпатії та толерантності, що є важливими навичками для гармонійних міжособистісних відносин.

Виховання витривалості у дітей молодшого шкільного віку потребує відповідного підходу, враховуючи їх вікові особливості, фізичний розвиток та психологічні потреби. Ключовими аспектами ефективного підходу до цього процесу є:

Поступовість та прогресивне навантаження. Починати тренування з поступових вправ, що відповідають фізичним можливостям дітей, що дозволяє їхньому організму звикнути до фізичних вправ і підвищує витривалість без ризику травм

Варіативність та ігровий підхід. Використання різноманітних вправ та ігор сприяє збільшенню зацікавлення дітей у тренуваннях. Ігровий підхід робить процес веселим та стимулює їхню участь у виконанні фізичних навантажень.

Індивідуальний підхід до кожної дитини. Урахування індивідуальних особливостей кожної дитини є важливим аспектом. Окремі діти можуть потребувати більше часу на адаптацію до тренувань, тоді як інші можуть швидше адаптуватися. Важливо забезпечити підтримку та стимулювання кожній дитині окремо. Позитивне підкріплення за досягнення в тренуваннях стимулює їхню мотивацію та бажання досягати нових результатів.

Важливою складовою процесу виховання фізичних якостей є співпраця з батьками та вчителями, оскільки їхня підтримка та заохочення додає додаткову мотивацію для дітей впроваджувати вправи для виховання витривалості у своєму повсякденному житті. Ефективний підхід до виховання витривалості у дітей молодшого шкільного віку враховує їхні фізичні та психологічні особливості, стимулює їх до активності та сприяє формуванню позитивних звичок у їхньому житті.

Підтримка та похвала від громади, батьків, вчителів та тренерів грають ключову роль у вихованні витривалості у дітей молодшого шкільного віку під час фізичного виховання. Похвала за досягнення та підтримка в намаганнях дітей робить їх більш впевненими та мотивованими. Це сприяє формуванню позитивної самооцінки та бажанню досягати нових висот.

Підтримка від оточуючих у намаганнях, розвивати витривалість надає дітям психологічної стійкості, впевненості у

власних здібностях та навичках управління труднощами. Сприйняття фізичної активності створює підґрунтя для розвитку компетентності, а позитивна реакція досягнень у фізичній активності надихає дітей продовжувати покращувати свої навички. Це створює підґрунтя для подальшого розвитку їхніх компетенцій у цій галузі.

Підтримка та похвала за фізичні досягнення допомагає формувати позитивні звички та підтримує здоровий спосіб життя, що є важливим для майбутнього фізичного та психологічного благополуччя. Відповідне визнання досягнень та підтримка від оточуючих важливі для формування витривалості у дітей. Це стимулює їхню мотивацію, сприяє розвитку позитивних звичок та формує впевненість, що є необхідним для їхнього успіху.

Висновки. Виховання витривалості у дітей молодшого шкільного віку як однієї з основних фізичних якостей є одним із основних компонентів їх комплексного розвитку. Цей процес має глибокий вплив на фізичне здоров'я, психологічний розвиток та соціальну адаптацію дітей.

Фізична активність, спрямована на розвиток витривалості, не лише покращує фізичні показники та загальний стан здоров'я, але й відіграє важливу роль у формуванні психологічної стійкості та соціальної взаємодії. Цей процес має бути спрямованим на індивідуальні можливості та потреби кожної дитини, розуміння, що поступовість, підтримка та позитивне підкріплення відіграють ключову роль у мотивації та успішності у цьому процесі.

Дитячий вік – це період, коли формуються ціннісні орієнтації та звички. Тому створення позитивного сприйняття фізичних вправ, заохочення до активного способу життя та розвиток вмінь працювати у групі мають важливе значення для майбутнього здоров'я і добробуту кожної дитини.

Отже, виховання витривалості у дітей молодшого шкільного віку через фізичне виховання є не лише питанням фізичного розвитку, але й ключовим елементом формування їхнього характеру, ставлення до власного здоров'я та розвитку ключових навичок, які вони зможуть використовувати протягом усього життя.

Список використаних джерел

1. Ареф'єв В.Г., Єдинак Г.А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту): навч. посіб. для студентів навчальних закладів II-IV рівнів акредитації. Кам'янець-Подільський: ПП Буйницький О.А., 2007. 248 с.
2. Ареф'єв В.Г. Диференціація розвивально-оздоровчих занять з фізичної культури учнів основної школи: теорія і практика: монографія. К.: Центр учбової літератури, 2014. 196 с.
3. Бех І. Проблеми розвитку школярів та забезпечення їхнього здоров'я. *Директор школи, ліцею, гімназії*. 2002. № 4. С.24-29.
4. Вільчковський Е.С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. посіб. Львів: ВНТЛ, 2008. 336с.
5. Волков Л., Голуб В., Коханець П. Молодший шкільний вік: виховна спрямованість занять фізичною культурою і спортом : навч. посіб. К.: Освіта України, 2008. 120 с.
6. Глазирін І.Д. Основи диференційованого фізичного виховання. Черкаси: Відлуння-Плюс, 2003. 352 с.
7. Лях В. Розвиток координаційних здібностей у шкільному віці. *Фізкультура в школі*. 2007. № 5. С. 25-28.
8. Присяжнюк С.І. Вплив занять фізичними вправами на функціональну діяльність організму учнів молодших класів. *Світоч*. 1993. № 1. С.20-27.

Семенович С.В., доцент

Шинкарук О.П., здобувач ступеня в/о «Магістр» II курсу

ДОСЯГНЕННЯ УСПІШНОГО РЕЗУЛЬТАТУ У ФУТБОЛІ НА ПРИКЛАДІ ЄВРОПЕЙСЬКИХ ЗБІРНИХ

Анотація. У статті проаналізовано процес розвитку юних футболістів у країнах які досягли значних результатів у футболі за останні роки. Визначено стратегію дій починаючи з підтримки на державному рівні та продовжуючи у діяльності тренера та учнів.

Наукове видання

**ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА, СПОРТ І РЕАБІЛІТАЦІЯ
В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ**

Збірник наукових праць

Звітної наукової конференції викладачів, співробітників і
здобувачів вищої освіти Рівненського державного гуманітарного
університету за 2022 рік, 18-19 травня 2023 р.

Випуск 14

Відповідальний за випуск: Кіндрат Вадим Кирилович

Укладачі: Кашуба Анатолій Анатолійович,
Гоголь Тетяна Василівна

Коректор: Ковальський Володимир В'ячеславович

*У збірнику вміщено наукові праці вчених, аспірантів,
вчителів-методистів, вчителів-новаторів, здобувачів вищої освіти
галузі фізичної культури та спорту України*

*Збірник статей буде корисним для вчителів і викладачів
фізичного виховання, спортсменів, усіх, хто цікавиться сучасними
проблемами розвитку фізичного виховання та спортивного
тренування*

Фізична культура, спорт і реабілітація в закладах освіти:
Збірник наукових праць. Рівне: ГО СОМ-ЦЕНТР, 2023. Випуск 14.
440с.

Видруковано за підтримки громадської організації «СОМ-ЦЕНТР»