

## References

1. Vyshnevetska V. Suchasni tendentsii rozvytku kibersportu v Ukraini. Innovatsiini ta informatsiini tekhnolohii u fizychnii kulturi, sporti, fizychnii terapii ta erhoterapii: Materialy II Vseukrainskoi elektronnoi konferentsii z mizhnarodnoiu uchastiu (2019): 271-273.
2. Imas Ye.V. Kibersport: monohrafiia. Ye.V. Imas, O.V. Borysova, O.A. Shynkaruk, S.M. Futorny ta inshi. Kyiv: Vydavnytstvo "Olimpiiska literatura", 2021. 601 s.
3. Kurbanova A. Yak sformuvavsia kibersport v Ukraini – korotkyi ekskurs. Elektronne vydannia "Nachasi". 2018. URL: <https://nachasi.com/2018/08/07/kibersport-v-ukrayini>.
4. Ukrainska Federatsiia Elektronnoho Sportu. Pro nas – Ukrainska Federatsiia Elektronnoho Sportu; [tsytovano 21 berez. 2023]. URL: <https://esports.ua/about>
5. Uchasnyky proektiv Wikimedia. Vikipediia. Kibersport – Vikipediia; 21 sich. 2007 [tsytovano 21 berez. 2023]. URL: <https://uk.wikipedia.org/wiki/Kibersport>.
6. Shynkaruk O, Anokhin E, Yukhno Yu. Kharakterystyka kibersportu yak suchasnoho sotsialnoho yavyscha v sviti ta yoho mistse v systemi sportyvnoho rukhu. Molod ta olimpiiskyi rukh: Zbirnyk tez dopovidei XIII Mizhnarodnoi konferentsii molodykh vchenykh 16 (2020): 114-5.
7. Shynkaruk O, Anokhin E, Yukhno Yu, Serhiienko K. Kharakterni oznaky zmahalnoi diialnosti v kibersporti. Materialy III Vseukrainskoi elektronnoi naukovopraktychnoi konferentsii z mizhnarodnoiu uchastiu "Innovatsiini ta informatsiini tekhnolohii u fizychnii kulturi, sporti, fizychnii terapii ta erhoterapii". Kyiv. 8 kvitnia 2020 r. / red. O.A. Shynkaruk. NUFVSU. 2020: 183-184.
8. Shynkaruk O, Anokhin E. Kharakterystyka kibersportu yak suchasnoho vydu sportu: definitsiia poniattia "kibersport". Mat. XIV Mizhnarodnoi konferentsii molodykh vchenykh "Molod ta olimpiiskyi rukh": zb. tez dopovidei. 19 travnia 2021 roku. K., 2021: 49-50.
9. Hedlund D, Fried G, Smith R. Esports business management. Canada. Human Kinetics; 2020. 272 p.
10. Shynkaruk O, Anokhin E, Yukhno Yu. Kharakterystyka kibersportu yak suchasnoho sotsialnoho yavyscha v sviti ta yoho mistse v systemi sportyvnoho rukhu. Molod ta olimpiiskyi rukh: Zbirnyk tez dopovidei XIII Mizhnarodnoi konferentsii molodykh vchenykh 16 (2020): 114-5.
11. William Collis. The Book of Esports: The Definitive Guide to Competitive Video Games. New York: RosettaBooks, 2020: 208 p.

### Цитування на цю статтю:

Вишневецька ВП, Гордєєва МВ. Становлення і розвиток кіберспорту як виду спорту. Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. 2023 Квітень 04; 41: 3-7

### Відомості про автора:

**Вишневецька Вікторія Петрівна** – старший викладач кафедри кіберспорту та інформаційних технологій, Національний університет фізичного виховання і спорту України (Київ, Україна)

e-mail: [vishnevetskavictoriya@gmail.com](mailto:vishnevetskavictoriya@gmail.com)

<https://orcid.org/0000-0001-9819-6467>

**Гордєєва Марія Володимирівна** – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри кіберспорту та інформаційних технологій, Національний університет фізичного виховання і спорту України (Київ, Україна)

e-mail: [mariyagordeevav@gmail.com](mailto:mariyagordeevav@gmail.com)

<https://orcid.org/0000-0003-1887-4390>

УДК 796.85.6

doi: 10.15330/fcult.41.7-12

*Наталія Гнесь, Юрій Курнишев,  
Юрій Циба, Олександра Цибанюк*

## ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ІЗ ВИКОРИСТАННЯ СПЕЦІАЛЬНОГО ОБЛАДНАННЯ ЯК ЗАСІБ РЕАЛІЗАЦІЇ РЕЗУЛЬТАТИВНОГО ІНКЛЮЗИВНОГО СЕРЕДОВИЩА СУЧАСНОГО ЗАКЛАДУ ОСВІТИ

*Автори статті "Фізичне виховання із використання спеціального обладнання як засіб реалізації результативного інклюзивного середовища сучасного закладу освіти" Н. Гнесь, Курнишев Ю., Циба Ю., Цибанюк О. проаналізували потребу використання спеціального обладнання у процесі фізичного виховання як з дітьми з особливими потребами, так і з дітьми з унормованим розвитком. Дослідники окреслили таке урізноманітнення як засіб реалізації сучасного та результативного розвиваючого інклюзивного середовища. Важливо, що в зміст запропоновані фізичні вправи із "стандартним" фізкультур-*

турним обладнанням (обручами, картонними коробками тунелями тощо), що не тільки стали алгоритмом опанування “Сквізеру”, а й дозволять фахівцям сфери фізичної культури і спорту урізноманітнити заняття фізичною активністю, вирішити проблеми тактильно-кінестетичного комфорту та гіпо/гіпер чутливості. В статті зроблено висновок про необхідність використання таких спеціалізованих тренажерів, як засіб корекційної роботи із дітьми з особливими освітніми потребами, так і з всіма вихованцями закладів освіти в сучасній Україні.

**Ключові слова:** вправи, заклади освіти, інклюзивне середовище, “обіймальна машина”, тактильно-кінестетичний комфорт, тренажери, фізичне виховання.

*The authors of the article “Physical education using special equipment as a means of implementing an effective inclusive environment of a modern educational institution” N. Gnes, Yu. Kurnyshev, Yu. Tsiba, O. Tsybanyuk analyzed the need for using special equipment in the process of physical education both with children with special needs, as well as with children with normal development. Researchers have outlined such diversification as a means of realizing a modern and effective developing inclusive environment. The article examines the history of “hugging machines”, highlights the purpose of their creation and potential opportunities for further use. It is important that the content includes physical exercises with “standard” physical training equipment (hoops, cardboard boxes, tunnels, etc.), which not only became the algorithm for mastering the “Squeezer”, but also will allow specialists in the field of physical education and sports to diversify physical activity classes, solve problems tactilely-kinesthetic comfort and hypo/hypersensitivity. The “Perekotipole” simulator is also offered for use. The text presents photos of the equipment. The article concludes about the need to use such specialized simulators as a means of corrective work with children with special educational needs, as well as with all students of educational institutions in modern Ukraine.*

**Key words:** exercises, educational institutions, inclusive environment, “hugging machine”, tactile-kinesthetic comfort, simulators, physical education.

**Постановка проблеми й аналіз результатів останніх досліджень, зв’язок проблеми з важливими науковими чи практичними завданнями.** Важливими компонентами якісної дошкільної програми було визначено такі: загальна привітна атмосфера, інклюзивне соціальне та освітнє середовище, орієнтування на дитину; рівні можливості для усіх тощо. За визначенням упорядників порадників для педагогів закладів дошкільної освіти Н. Софій та Ю. Найди “синонімом інклюзивної освіти є якісна дошкільна освіта”. Яка, в свою чергу, передбачає активну участь в освітньому процесі усіх дітей за умови максимально створених можливостей. Основними засадами діяльності сучасного закладу дошкільної освіти визначені демократичні цінності та визнання основних прав людини, формування умов для залучення в освітній процес усіх дітей, зокрема з особливими освітніми потребами [5; 6].

Ефективність фізичних вправ для корекції порушень моторики і недоліків фізичного розвитку підкреслювалась у дослідженнях П. Лесгафта, Л. Запорожця. Із сучасних дослідників фізичну культуру як інклюзивне середовище розглядали Л. Борисенко [1, с.23], О. Пилипчук, І. Скрипка виділили необхідність розробки фізкультурно-оздоровчих занять із застосуванням елементів різних видів спорту для дітей з ООП [3, с. 83-87].

**Мета дослідження** – проаналізувати використання спеціального обладнання в процесі фізичного виховання дітей з ООП в умовах інклюзивного середовища сучасних закладів освіти.

**Методи й організація дослідження.** Методи аналізу й узагальнення наукової, навчально-методичної та спеціальної літератури з фізичного виховання та педагогіки, нормативно-правових актів, статистичних даних.

**Результати дослідження.** Діти навчаються і розвиваються шляхом участі в освітніх дошкільних програмах, де вони взаємодіють із навчальним, соціальним та фізичним компонентами середовища, які є стимулюючими і, водночас, містять у собі певні виклики. Інструмент для самооцінки освітнього середовища фокусується на зростаючій спроможності ролі освітнього середовища у дошкільних програмах щодо збільшення участі дітей у різних видах діяльності та у взаємодії. Залучення, що є основою

інклюзії, означає активну участь дітей у щоденних видах діяльності, передбачених тими чи іншими програмами. Це поняття тісно пов'язане з навчанням і взаємодією між дитиною і середовищем – соціальним і фізичним.

Тактильно-кінестетичні дані надходять від сенсорних рецепторів, які знаходяться у шкірі, суглобах, м'язах, сухожиллях та у внутрішньому вусі. Тактильне почуття надає інформацію про світ за принципом одночасності, формує уявлення про становище тіла у просторі. Дотик дуже важливий для людей і є необхідним для вираження фізичної близькості [2]. На думку Т. Грандін, бізнесвумен, професорки Університету Колорадо, авторки кількох бестселерів з проблем аутизму, у дітей з ООП, зокрема з РАС, в анамнезі спостерігались порушення у чинниках створення тактильно-кінестетичного комфорту.

Для глибокого пропріоцептивного тиснення Т. Грандін запропонувала пристрій “Hug machine” (“обіймальна машина”), праобраз сучасних спеціалізованих пристроїв. Їх метою стало подолання проблем надчутливості до дотику, нервозності й тривоги у людей з РАС та СДУГ. Використання машини протягом 15 хвилин дозволило знизити рівень занепокоєння, досягти релаксуючого ефекту, щоправда якщо обіймальна машина використовувалась двічі на день.

Фахівці дійшли висновку, що “обіймальна машина” також є корисним інструментом для недоношених дітей. На їх думку, малюки, які отримали додаткову стимуляцію тисненням, розвиваються активніше та отримують незамінну підтримку у становлення сенсорних систем.

Доведено, що дуже легкий дотик подразнює нервову систему, а от глибоке тиснення – розслабляє й заспокоює людину і з часом дозволяє сприймати дотики іншої людини. Діти ООП, зокрема з РАС часто шукають глибинних відчуттів, інтуїтивно прагнуть і здобувають їх підручними засобами, як обгортання рук і ніг в еластичні бинти, сон під кількома ковдрами навіть в теплу погоду, а також лежання під матрацами, матами та прохання сісти на них зверху, міцно обійняти.

Саме такі завдання вирішує обіймально-стискаюча машина “Сквізер”, унікальне обладнання, яке дозволяє розвивати не тільки фізичні, а і психологічні потенційні можливості дитини (див. рис. 1). Тренажер складається з основи, на якій розташовано дві пари валиків, м'які та пружні, мають яскраві кольори та гладку поверхню. Завдяки цьому слідкувати за чистотою обладнання дуже легко. Усі валики крутяться, це дозволяє дитині поринути у цей простір та відчути масажні рухи, які нагадують обійми. Валики підлаштовуються під форму тіла дитини при цьому створюючи комфортне напруження, якого не вистачає гіпочутливим дітям.



Рис. 1. Тренажер “Сквізер”

Тренажер рекомендований для застосування в цілях реабілітації для дітей з органічними порушеннями мозку, зокрема легкою та помірною олігофренією, синдромом Дауна та деменцією. Оскільки різні форми та ступені органічного ураження мають різні компенсаторні можливості – програми занять на тренажері повинні складатися індивідуально і бути узгоджені з лікарем, психологом та дефектологом.

Основним критерієм для рекомендації “Сквізер” є ступінь чутливості дитини, а саме гіпочутливість. Крім того, тренажер рекомендовано для пацієнтів, які відновлюються після травм опорно-рухового апарату, але за індивідуальним призначенням. Устаткування застосовується під час процесу корекції затримки психічного розвитку. Під спектр застосування обладнання потрапляють порушення слуху та мовлення.

Застосовувати обладнання можна і для дітей з нормативними показниками розвитку, як спосіб урізноманітнення занять фізичним вихованням. Нами запропоновані підготовчі фізичні вправи, що, на нашу думку, стали алгоритмом опанування “сквізеру”.

Основним принципом нами визначене обмеження площі перебування/пересування. Такими вправами можуть бути:

- Пролізання в обруч (обмеження за коловим принципом), під дугу (обмеження за принципом веселки);
- Робота із обручем: “Машина часу”, вправи в парах.

Важливою рекомендацією стала вимога бачити предмет, в який пролізає пролізаємо, або надягає на себе дитина.

Також результативним стане використання тунелів, як саморобних (наприклад, із картонних коробок), так і масового виробництва. Ще одним дотичним варіантом став тренажер “Перекотиполе” (див. рис. 2)



Рис. 2. Тренажер “Перекотиполе”

**Висновки з новим обґрунтуванням подальшого пошуку в цьому напрямі.** Отже, основою інклюзії є залучення в фізичну активність, яке означає участь дітей у щоденних видах фізкультурно-оздоровчої діяльності, передбачених тими чи іншими програмами. Цей процес тісно пов’язаний з середовищем – соціальним і фізичним. Тактильно-кінестетичне потреби дітей, зокрема можливо реалізовувати за рахунок глибокого пропріоцептивного тиснення “обіймальних” тренажерів, сучасним варіантом якого є обіймально-стискаюча машина “Сквізер” є корисним інструментом в роботі з недоношеними дітьми, рекомендований для застосування в цілях реабілітації для дітей з органічними порушеннями мозку, зокрема легкою та помірною олігофренією, синдромом Дауна та деменцією; які відновлюються після травм опорно-рухового апарату. Під спектр застосування обладнання потрапляють порушення слуху та мовлення. Застосовувати обладнання можна і для дітей з нормативними показниками розвитку, як спосіб урізноманітнення занять фізичним вихованням. Нами запропоновані підготовчі фізичні вправи, що, на нашу думку, стали алгоритмом опанування “сквізеру” та використання підготовчих вправ з обручем, тунелем, коробками.

1. Борисенко Л.Л. Фізична культура як інклюзивне середовище. Система надання освіти дітям з особливими освітніми проблемами в умовах сучасного закладу: збірник за матеріалами VI Всеукр. науково-практичної конференції (12 грудня 2018 р.). Лисичанськ : ФОП Чернов О.Г., 2018. С. 23-26.
2. Грандін Т. The world needs all kinds of minds. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=TVe-DaW-PNA>.
3. Пилипчук О.П., Скрипка І.М. Методика проведення фізкультурно-оздоровчих занять з елементами дзюдо для дітей з особливими освітніми потребами. Науковий часопис НПУ імені П. Драгоманова. Вип. 1 (129). 2021. С. 83-87.
4. Наказ Міністерства освіти і науки України від 21.06.2019 873 “Про затвердження Типового переліку спеціальних засобів корекції психофізичного розвитку осіб з особливими освітніми потребами, які навчаються в інклюзивних та спеціальних класах (групах) заклад.
5. Постанова Кабінету Міністрів України від 10 квітня 2019 р. 530 “Про затвердження Порядку організації діяльності інклюзивних груп у закладах дошкільної освіти”.
6. Софій Н., Найда Ю. Середовище, що належить дітям: порадник для педагогів закладів дошкільної освіти. URL: <https://www.unicef.org/ukraine/media/4726/file/%D0%A1%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%B4%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%89%D0%B5,%20%D1%89%D0%BE%20%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D0%B5%D0%B6%D0%B8%D1%82%D1%8C%20%D0%B4%D1%96%D1%82%D1%8F%D0%BC.pdf> (дата звернення 10.03.2023 р.)

#### References

1. Borysenko L.L. Physical culture as an inclusive environment. The system of providing education to children with special educational problems in the conditions of a modern institution: a collection of materials VI All-Ukrainian. scientific and practical conference (December 12, 2018). Lysychansk: FOP Chernov O.G., 2018. P. 23-26.
2. Grandin T. The world needs all kinds of minds <https://www.youtube.com/watch?v=TVe-DaW-PNA>
3. Pylypchuk O.P., Skrypka I.M. Methodology of conducting physical education classes with elements of judo for children with special educational needs. Scientific journal of P. Drahomanov NPU. Vol. 1 (129). 2021. P. 83-87.
4. Order of the Ministry of Education and Science of Ukraine dated 21.06.2019 873 “On approval of the Standard List of special means of correction of psychophysical development of persons with special educational needs studying in inclusive and special classes (groups) of the institution.
5. Resolution of the Cabinet of Ministers of Ukraine dated April 10, 2019 No. 530 “On approval of the Procedure for organizing activities of inclusive groups in preschool education institutions”.
6. Sofiy N., Naida Yu. The environment that belongs to children: a guide for teachers of preschool education institutions. URL: <https://www.unicef.org/ukraine/media/4726/file/%D0%A1%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%B4%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%89%D0%B5,%20%D1%89%D0%BE%20%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D0%B5%D0%B6%D0%B8%D1%82%D1%8C%20%D0%B4%D1%96%D1%82%D1%8F%D0%BC.pdf>.

#### Цитування на цю статтю:

Гнесь НО, Курнишев ЮА, Циба ЮГ, Цибанюк ОО. Фізичне виховання із використання спеціального обладнання як засіб реалізації результативного інклюзивного середовища сучасного закладу освіти. Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. 2023 Квітень 04; 41: 7-12

#### Відомості про автора:

**Гнесь Наталія Олександрівна** – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту, Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича (Чернівці, Україна)

e-mail: [n.gnes@chnu.edu.ua](mailto:n.gnes@chnu.edu.ua)

<https://orcid.org/0000-0002-8080-7909>

**Курнишев Юрій Альбертович** – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту, Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича (Чернівці, Україна)

e-mail: [y.kurnyshev@chnu.edu.ua](mailto:y.kurnyshev@chnu.edu.ua)

<https://orcid.org/0000-0002-5468-7974>

**Циба Юрій Григорович** – викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту, Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича (Чернівці, Україна)

e-mail: [y.tsyba@chnu.edu.ua](mailto:y.tsyba@chnu.edu.ua)

<https://orcid.org/0000-0002-5571-2887>

**Цибанюк Олександра Олександрівна** – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича (Чернівці, Україна)

e-mail: o.tsibanyuk@chnu.edu.ua

<https://orcid.org/0000-0001-5367-5747>

УДК 613.955:373.3  
doi: 10.15330/fcult.41.12-18

Світлана Дудіцька, Лариса Гуліна

## ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

Заходи щодо удосконалення діяльності у сфері збереження та зміцнення здоров'я школярів надзвичайно важливі для системи освіти вони відображають найрізноманітніші потреби, серед яких істотне місце відводиться соціально-психологічній потребі у збереженні здоров'я. Необхідність розробки відповідних навчально-методичних посібників та методичних вказівок для вчителів з формування культури здоров'я на основі самостійного виконання фізкультурно-оздоровчих та спортивно-оздоровчих вправ з метою підвищення рівня здоров'я учнів початкових класів є актуальною, оскільки це сприяє реалізації державного стандарту та підвищенню якості викладання предмета "Фізична культура". Важливою потребою суспільства у формуванні здорових, фізично та психічно розвинених школярів, самостійно орієнтованих у знаннях та вміннях використовувати творчість у використанні фізкультурно-оздоровчих вправ, вміння у формуванні культури здоров'я визначає актуальність нашої теми.

**Результати.** Нами було визначено, що формування навичок та умінь самостійного виконання фізичних вправ у домашніх завданнях та у вправах, спрямованих на підтримку та розвиток рухових якостей молодших школярів мало істотний вплив на підвищення рухової активності. Формування творчого та самостійного підходу школяра у проектуванні фізкультурно-оздоровчих та спортивно-оздоровчих вправ, що дозволило підвищувати рухову активність; позитивно впливали на розумові здібності, рівень здоров'я, фізичну підготовленість функціональні можливості організму учнів початкових класів і зрештою сприяли формуванню культури здоров'я.

**Ключові слова:** формування культури здоров'я, рухова активність, фізкультурно-оздоровчі вправи, самостійне виконання вправ, фізична працездатність, формування навичок та умінь, молодші школярі, розвиток рухових якостей, функціональні можливості організму.

*Measures to improve activities in the field of preserving and strengthening the health of schoolchildren are extremely important for the education system, they reflect the most diverse needs, among which a significant place is given to the socio-psychological need to preserve health. The need to develop appropriate teaching and methodical manuals and methodological instructions for teachers on the formation of a culture of health based on the independent performance of physical and recreational and sports recreational exercises in order to improve the health of primary school students is urgent, as it contributes to the implementation of the state standard and improving the quality of teaching the subject "Physical Culture". The important need of society in the formation of healthy, physically and mentally developed schoolchildren, independently oriented in the knowledge and skills to use creativity in the use of physical culture and health exercises, the skill in the formation of a culture of health determines the relevance of our topic.*

**The results.** We determined that the formation of skills and abilities to independently perform physical exercises in homework and in exercises aimed at supporting and developing motor qualities of younger schoolchildren had a significant impact on increasing motor activity. The formation of a creative and independent approach of the schoolboy in the design of physical culture and health and sports and health exercises, which made it possible to increase motor activity; had a positive effect on the mental abilities, level of health, physical fitness, functional capabilities of the body of elementary school students and ultimately contributed to the formation of a culture of health.

**Key words:** formation of a culture of health, motor activity, physical culture and health exercises, independent performance of exercises, physical capacity, formation of skills and abilities, younger schoolchildren, development of motor qualities, functional capabilities of the body.

**Постановка проблеми й аналіз результатів останніх досліджень.** Збереження та зміцнення здоров'я учнів формування культури здоров'я є пріоритетним напрямом державної політики і розглядаються як гарантія успіху всіх соціальних та економічних