

4. Романчук С. В. Модель фізичної підготовки в військових навчальних закладах Сухопутних військ / С. В. Романчук // Вісник Чернігів. держ. пед. ун-ту : [зб. наук. пр.]. – Чернігів, 2012. – Вип. 98, т. 1. – С. 216–222.
5. Романчук С. В. Фізична підготовка жіночого контингенту Збройних Сил України в системі професійної діяльності України : навч. метод. посібник / С. В. Романчук, О. М. Боярчук – Житомир : ЖВІ НАУ, 2009. – 160 с.
6. Романчук С. В. Фізична підготовка курсантів військових навчальних закладів Сухопутних військ ЗС України : [монографія] / С. В. Романчук. – Л. : АСВ, 2012. – 367 с.
7. Фізичне виховання військовослужбовців : [навч. посіб.] / М. Ф. Пічугін, Г. П. Грибан, В. М. Романчук, С. В. Романчук ; [за ред. Г. П. Грибана]. – Житомир : ЖВІ НАУ, 2011. – 820 с.

References:

1. Borogin, Yu.A., Dobrovolskii, V.B., Romanchuk, S.V., & Taran, V.S. (2003). Vospitanie psikhicheskoi ustoychivosti kursantov sredstvami I metodami fizicheskoi podgotovki [Education of mental stability of cadets by means and methods of physical training]. Fizicheskoe vospitanie studentov tvorcheskikh spetsialnostei. – Physical education of students of creative specialties, 1, 30–40 [in Ukraine].
2. Boiarchuk, O.M. (2010). Fizychna pidhotovka zhinochoho kontynhentu Zbroinykh syl Ukrainy v systemi profesiinoi diialnosti [Physical training of the female contingent of the Armed Forces of Ukraine in the system of professional activity]. Extended abstract of candidates thesis. Lviv [in Ukraine].
3. Olkhovyi, O.M., (2013). Kontseptsiiia profesiino spriamovanoi systemy fizychnoi pidhotovki kursantiv [Concept of professionally directed system of physical training of cadets]. Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho unibersitetu – Bulletin of Chernihiv National Pedagogical University, Vol. 112(2), 208–211. Retrieved from [http://nbuv.gov.ua/j-pdf/VchdpuPN_2013_112\(2\)_49.pdf](http://nbuv.gov.ua/j-pdf/VchdpuPN_2013_112(2)_49.pdf) [in Ukraine].
4. Romanchuk, S.V. (2012). Model fizychnoi pidhotovki v viiskovykh navchalnykh zakladakh Sukhoputnykh viisk [Model of physical training in the military educational institutions of the Land Forces]. Visnyk Chernihivskoho derzhavnoho pedahohichnoho unibersitetu – Bulletin of the Chernihiv State Pedagogical University, 98, 1, 216–222 [in Ukraine].
5. Romanchuk, S.V. & Boiarchuk, O.M. (2012). Fizychna pidhotovka zhinochoho kontynhentu Zbroinykh syl Ukrainy v systemi profesiinoi diialnosti Ukrainy [Physical training of the female contingent of the Armed Forces of Ukraine in the system of professional activity of Ukraine]. Zhytomyr : ZhVI NAU [in Ukraine].
6. Romanchuk, S.V. (2012). Fizychna pidhotovka kursantiv viiskovykh navchalnykh zakladiv Sukhoputnykh viisk ZS Ukrainy [Physical training of cadets of military training institutions of the Land Forces of the Armed Forces of Ukraine]. L. :ASV [in Ukraine].
7. Pichuhin M.F., Hryban H.N., Romanchuk, V.M., & Romanchuk, S.V. (2011). Fizychnе vykhovannia viiskovosluzhbovtiv [Physical education of servicemen]. Zhytomyr : ZhVI NAU [in Ukraine].

УДК 373.3.016: 796

Геннадій Єдинак

ЗАЛЕЖНІСТЬ АДАПТАЦІЇ ДО НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ 6-РІЧНИХ ШКОЛЯРІВ ВІД ЇХ ФІЗИЧНОГО СТАНУ І РОЗУМОВОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ

Досліджували міру залежності стану адаптації 6-річних першокласників до навчальної діяльності від зміни у них показників фізичного стану і розумової працездатності протягом навчального року. Для цього одержали необхідні дані у 37 хлопчиків та 45 дівчаток, відібраних методом випадкової вибірки поміж таких, яким на початку першого року навчання у школі виповнилося 6 років, а за станом здоров'я вони належали до основної медичної групи. Результат засвідчив, що нові умови життєдіяльності (навчання у школі) не сприяють утворенню в них адекватної адаптації. Це є одним із провідних чинників низького соматичного здоров'я таких дітей. Виявлене певною мірою зумовлено недостатніми функціональними можливостями систем організму і фізичною підготовленістю протягом навчального року. Одержані дані необхідно враховувати при формуванні та реалізації змісту фізичного виховання, а також реалізовувати його у найрізноманітніших формах протягом кожного дня навчального тижня.

Ключові слова: адаптація до навчання, залежність адаптації, шестирічні першокласники, фізичне виховання.

The degree of dependence of the state of adaptation of the 6-year-old first-graders to the educational activity from the change in their physical state and mental performance during the school year was studied. To

do this, the necessary data were obtained from 37 boys and 45 girls selected randomly among those who at the beginning of the first year of schooling were 6 years old and in the state of health they belonged to the main medical group. The result showed that the new conditions of life (education in school) do not contribute to the formation of adequate adaptation in them. This is one of the leading factors in the low physical health of such children. It's to certain extent due to lack of functional capacity of the body and physical fitness during the school year. The obtained data should be taken into account when formulating and implementing the content of physical education, as well as implementing it in a variety of forms throughout each day of the academic week.

Keywords: *adaptation to education, dependence of adaptation, six-year first-graders, physical education.*

Постановка проблеми та аналіз результатів останніх досліджень. Початок навчання у загальноосвітньому навчальному закладі для дитини є переходом до нових умов життєдіяльності [3; 9]. Для більшості дітей такий перехід відбувається по типу стресу [6]. Деякі основні причини останнього пов'язані з відмінними від дошкільного навчального закладу режимом дня та параметрами діяльності, причому як розумової, так і фізичної [13]. Зокрема, у перший рік навчання в школі розумове навантаження суттєво зростає, але одночасно знижується фізична активність дітей, передусім у зв'язку зі зменшенням кількості форм такої активності, як протягом навчального дня, так і всього навчального тижня [12].

Інша причина полягає у тому, що більшість першокласників, особливо 6-річних, відзначається низькою фізичною працездатністю, функціональними можливостями дихальної, серцево-судинної, нервово-м'язової систем [2; 4; 5; 11]. Водночас, кількість фізично здорових дітей 6–7 років досягає лише 32%, інші мають певні відхилення або захворювання, передусім системи кровообігу, органів дихання (48,6%), травлення (7,9), а також ендокринної (5,3), кістково-м'язової (4,5) і нервової (3,3) систем [15].

Крім цього, традиційний підхід до організації та реалізації змісту фізичного виховання у перший рік навчання дітей в школі відзначається низькою ефективністю у вирішенні завдань, що визначені чинною програмою [1; 9].

Зазначене свідчить про необхідність пошуку шляхів розв'язання виокремленої наукової проблеми, адже дослідження в цьому напрямі практично відсутні [3; 11].

Мета дослідження полягала у визначенні міри залежності стану адаптації 6-річних першокласників до навчальної діяльності від зміни у них протягом навчального року показників фізичного стану і розумової працездатності.

Методи і організація дослідження. Для досягнення поставленої мети використовували адекватні методи дослідження. Зокрема, ними були: із загальнонаукових – аналіз, систематизація, узагальнення; педагогічних – констатувальний експеримент, тестування (для визначення такого показника фізичного стану, як фізична підготовленість); соціологічних – інтерв'ю (для реалізації методики О. Д. Дубогай [7] із визначення соціальної адаптації дитини до навчання); анкетне опитування вчителів (для визначення рівня психологічної адаптації кожної дитини у класі до навчання в початковій школі за методикою Л. М. Ковальнової [10]); медико-біологічних – сфігмоманометрію, спірометрію, антропометрію, пульсометрію, динамометрію (для визначення функціональних показників фізичного стану); математичної статистики [14]. Використали також психодіагностичні методи, зокрема психодіагностичне тестування із застосуванням протоколу “ESAP”. Він дозволяє оцінити стан розвитку та динаміку когнітивних функцій дітей [3]. Тестування передбачає таке: протягом 90 с діти проставляють у кожній клітинці символ, що відповідає певній цифрі (від “1” до “9” включно). Така відповідність представлена у бланку протоколу, тому діти могли завжди відновити її в пам'яті. Завдання полягає у правильному заповненні якнайбільшої кількості клітинок протоколу. Після виконання завдання визначали кількість правильних відповідей. Потім, використавши одержані дані та надані протоколом формули, оцінювали розумову

працездатність (РП) за двома показниками, а саме обсягом переробленої зорової інформації та швидкості її перероблення. Що стосується використаних показників фізичного стану, то функціональні можливості систем організму відображали: ЧСС у спокої, після навантаження і на 45 с відпочинку; систолічний і діастолічний артеріальний тиск; життєва ємність легенів; силовий індекс. Індекс Руфф'є характеризував фізичну працездатність. Про фізичну підготовленість свідчили дані, одержані при використанні тестів, що дозволяли оцінити розвиток: координації у циклічних локомоціях (човниковий біг 4x9 м), вибухової сили (стрибок у довжину з місця), рухливості поперекового відділу хребта (нахил уперед сидячи), швидкісної (біг 20 м з ходу) і м'язової (динамометрія кисті провідної руки) сили. Тести використовували на початку і наприкінці навчального року.

У дослідженні взяли участь 37 хлопчиків і 45 дівчаток, відібраних методом випадкової вибірки поміж таких, яким на початку першого року навчання у ЗНЗ № 13, 14 м. Кам'янець-Подільський виповнилося шість років, а за станом здоров'я вони належали до основної медичної групи. Встановлення залежності стану адаптації до навчальної діяльності від зміни показників фізичного стану та розумової працездатності 6-річних першокласників протягом навчального року відбувалося з використанням множинного регресійного аналізу (R). Для одержання необхідної інформації враховували дані дітей про таке: в першому випадку – про стан соціальної адаптації та зміни у показниках їх фізичного стану, в другому випадку – про стан соціальної адаптації та зміни у показниках розумової працездатності. Від тих самих показників визначали міру залежності психологічної адаптації досліджуваних.

Результати дослідження та їх обговорення. Одержані значення коефіцієнтів свідчили, що погіршення протягом навчального року соціальної адаптації дівчаток найбільше залежить від зміни у фізичній підготовленості ($R=0,468$) та значно менше ($R=0,271$) – від зміни у функціональних показниках. При цьому, практично не впливає на таку адаптацію зміна фізичної працездатності (табл. 1). Водночас відзначили, що погіршення в дівчаток психологічної адаптації до навчальної діяльності найбільше залежить від зміни у функціональних показниках ($R=0,378$) і значно менше – від змін у показниках фізичної підготовленості та фізичній працездатності. У хлопчиків також соціальна і психологічна адаптація до навчальної діяльності погіршилися. Проте, перша найбільше залежала від змін у функціональних показниках ($R=0,444$), дещо менше ($R=0,392$) – від змін у фізичній підготовленості та практично не залежала від зміни фізичної працездатності. Щодо психологічної адаптації, то тут особливість залежності полягала у тому, що вона була протилежною першій. Іншим завданням було встановлення у тих самих першокласників міри залежності соціальної і психологічної адаптації до навчання від зміни у показниках РП. Одержані коефіцієнти засвідчили статистично надійну, але дуже слабку залежність соціальної і психологічної адаптації від змін у показниках РП, причому як у дівчаток, та і хлопчиків (табл. 2).

Таблиця 1

Статистична залежність (R) стану соціальної і психологічної адаптації до навчання 6-річних школярів від змін у показниках їх фізичного стану протягом першого року навчання у школі

Показник	Стать	Складова фізичного стану		
		1	2	3
Соціальна адаптація	д	0,171	0,271	0,468
	хл	0,101	0,444	0,392
Психологічна адаптація	д	0,179	0,378	0,223
	хл	0,102	0,392	0,287

Примітки: 1 – фізична працездатність; 2 – функціональні можливості систем організму, 3 – фізична підготовленість.

Таблиця 2

Статистична залежність (R) стану соціальної і психологічної адаптації до навчання 6-річних школярів від змін у показниках їх розумової роацездатності протягом першого року навчання

Показник	Стать	Показник РП	
		1	2
Соціальна адаптація	д	0,183	0,289
	хл	0,318	0,266
Психологічна адаптація	д	0,269	0,404
	хл	0,265	0,134

Примітки: 1 – обсяг переробленої зорової інформації; 2 – швидкість перероблення зорової інформації.

Водночас, у дівчаток одержали значення коефіцієнтів R , що засвідчували дещо більшу залежність стану соціальної адаптації від зміни швидкості перероблення зорової інформації, яка є одним із компонентів РП, порівняно зі зміною іншого компонента РП, а саме обсягу переробленої зорової інформації. У хлопчиків результат був протилежним: стан соціальної адаптації до навчання більшою мірою залежав від обсягу, ніж від швидкості переробленої зорової інформації.

Щодо психологічної адаптації до навчальної діяльності, то результати дівчаток і хлопчиків були аналогічні вищезазначеним, за винятком значень R .

Одержані дані зумовлені комплексом причин різного змісту. Одна з них полягає у тому, що організація навчальної діяльності протягом першого року навчання у ЗНЗ не сприяє утворенню в 6-річних дітей адекватної адаптації до означеної діяльності. згідно одержаних нами на початку навчального року даних встановлено таке. У дівчаток, а також хлопчиків, соціальна і психологічна адаптація знаходяться на середньому рівні, тоді як наприкінці – тільки на низькому. Підтверджують такий результат дані інших дослідників [3], а його зумовленість вони пов'язують із відмінними від оптимальних умовами життєдіяльності 6-річних дітей, які розпочали навчання у ЗНЗ. Водночас, наголошується на недостатній ефективності фізичного виховання у покращенні показників фізичного стану протягом навчального року, зокрема соматичного здоров'я, формуванні адекватної реакції серцево-судинної системи на фізичне навантаження, у хлопчиків додатково – розвитку м'язової системи, а також фізичної працездатності дівчаток і хлопчиків [2; 9].

Висновки.

1. Стан соціальної і психологічної адаптації дівчаток, а також хлопчиків, до навчальної діяльності протягом першого року перебування в школі має спільну тенденцію: зміна є негативною; залежність такої зміни від змін у показниках фізичного стану, передусім функціональних показниках і фізичної підготовленості. У дівчаток особливістю є більша залежність стану соціальної адаптації від змін у показниках фізичної підготовленості, а залежність стану психологічної адаптації від змін у функціональних показниках, тоді як у хлопчиків – навпаки.

2. Зміна РП дітей відзначається слабкою залежністю від зміни їхньої соціальної і психологічної адаптації до навчальної діяльності у школі, але з такими особливостями: у дівчаток від зміни останніх дещо більше залежить зміна швидкості перероблення зорової інформації, у хлопчиків – зміна іншого показника РП, а саме обсягу переробленої зорової інформації.

3. Одержані дані та інформація інших дослідників засвідчують необхідність удосконалення організації фізичної активності 6-річних школярів у режимі навчального дня, змісту фізичного виховання і підходів до його реалізації.

Подальші дослідження доцільно спрямувати на проектування технології формування і реалізації змісту фізичної активності 6-річних школярів протягом навчального року.

1. Галаманжук Л. Л. Стан сформованості підходів до забезпечення оздоровчого змісту занять фізичними вправами дошкільників і молодших школярів / Л. Л. Галаманжук, Г. А. Єдинак // Наук. пр. КПНУ ім. Івана Огієнка. Серія : Педагогічна. – Кам'янець-Подільський : ПП Мошак М. І., 2011. – Вип. 12. – С. 22–27.
2. Галаманжук Л. Л. Ефективність експериментального змісту з фізичної культури в адаптації 6-річних дітей до навчання у школі / Л. Л. Галаманжук, Г. А. Єдинак // Вісник Чернігівського нац. пед. у-ту. Серія : Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. – Чернігів : ЧНПУ імені Т. Г. Шевченка, 2016. – Вип. 139, т. 2. – С. 24–27.
3. Герасимчук А. Ю. Програмування занять фізичними вправами превентивної спрямованості для 6-річних дітей : навч. посіб. / Герасимчук А. Ю., Галаманжук Л. Л., Єдинак Г. А. – Кам'янець-Подільський : Рута, 2014. – 204 с.
4. Герасимчук А. Ефективність експериментальної програми у поліпшенні розумової працездатності 6-річних дітей під час фізичного виховання в початковій школі / А. Герасимчук, Г. Єдинак, Л. Галаманжук // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. ВДПУ імені Михайла Коцюбинського ; ЖДУ імені Івана Франка. – Вінниця : Планер, 2016. – Вип. 1. – С. 449–454.
5. Гуменна О. А. Фізіологічні характеристики організму дітей молодшого шкільного віку в різних умовах навчання : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. біол. наук : спеціальність 03.00.13 "Фізіологія людини і тварин" / О. А. Гуменна. – К., 2006. – 20 с.
6. Дзюбка Л. В. Психологічні особливості ранньої дезадаптації і шляхи її подолання : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : [спец.] 19.00.07 "Вікова психологія" / Л. В. Дзюбка. – К., 2000. – 18 с.
7. Дубогай О. Д. Комплексна методика вивчення й оцінки рухового розвитку організму молодших школярів / О. Д. Дубогай // Основи здоров'я та фізична культура. – 2007. – № 6. – С. 10–13.
8. Єдинак Г. А. Фізична культура у загальноосвітньому навчальному закладі : навч. посіб. / Єдинак Г. А., Мисів В. М., Юрчишин Ю. В. – Кам'янець-Подільський : Рута, 2014. – 251 с.
9. Єдинак Г. А. Стан вирішення завдання з поліпшення психофізичного стану учнів початкової школи на сучасному етапі / Г. А. Єдинак // Вісник Чернігівського нац. пед. у-ту. Серія : Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. – Чернігів : ЧНПУ ім. Т. Г. Шевченка, 2015. – Вип. 129, т. 3. – С. 122–128.
10. Ковальова Л. М. Опитувальник для вчителя з визначення рівня дезадаптації першокласників до навчальної діяльності / Л. М. Ковальова // Начальная школа. – 1996. – № 7. – С. 17.
11. Лясота Т. І. Підвищення адаптаційних можливостей дітей 6–7 років до умов навчання в початковій школі засобами фізичного виховання : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту : [спец.] 24.00.02 "Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення" / Т. І. Лясота. – К., 2012. – 21 с.
12. Навчальні програми для загальноосвітніх навчальних закладів із навчанням українською мовою. Фізична культура. 1–4 класи / Круцевич Т. Ю., Єрмолова В. М., Іванова Л. І. Кривчикова О. Д. [та ін.]. – К. : Освіта, 2012. – С. 331–385.
13. Сапуга І. Є. Стан здоров'я дітей України. Фактори "ризиків" шкільного середовища / І. Є. Сапуга // Основи здоров'я та фіз. культура. – 2007. – № 9. – С. 12–14.
14. Шиян Б. М. Наукові дослідження у фізичному вихованні та спорті : навч. посібник. [реком. МОН України] / Шиян Б. М., Єдинак Г. А., Петришин Ю. В. – 2-е вид., стереот. – Кам'янець-Подільський : Оіюм, 2013. – 280 с.
15. Щорічна доповідь про стан здоров'я населення України та санітарно-епідемічну ситуацію : 2010 рік. – К., 2011. – 360 с.

References:

1. Galamandjuk, L. L., Iedynak, G. A. (2011), "The state of the formation of approaches to providing health-improving content for physical exercises of preschoolers and junior pupils", *Scientific. works of Kamyans-Podilsky national university name Ivan Ogienko. Pedagogical Series*, issue 12, pp. 22–27.
2. Galamandjuk, L. L., Iedynak, G. A. (2016), "Efficiency of experimental content from physical culture in the adaptation of 6-year-old children to learning in school", *Visnyk of Chernihiv National University. Pedagogical Sciences. Physical education and sports*, vol. 2, issue 139, pp. 24–27.
3. Gerasimchuk, A. Y., Galamandjuk, L. L., Iedynak, G. A. (2014), *Prohramuvannya zanyat' fizychnymy vpravamy preventyvnoyi spryamovanosti dlya 6-richnykh ditey* [Programming exercises with preventive exercises for 6-year-old children], Ruta, Kamyans-Podilsky, Ukraine.

4. Gerasimchuk, A., Iedynak, G., Galamandjuk, L. (2016), "The effectiveness of the experimental program for improving the mental working capacity of 6-year-old children during physical education in elementary school", *Fizychna kul'tura, sport ta zdorov'ya natsiyi : zb. nauk. pr. VDPU imeni Mykhayla Kotsyubyns'koho, ZHDU imeni Ivana Franka*, vol. 1, pp. 449–454.
5. Gumenna, O. A. (2006), "Physiological characteristics of the organism of children of junior school age in different learning conditions", Thesis abstract for Cand. Sc. (Biology), 03.00.13, Taras Shevchenko National university, Kyiv, Ukraine.
6. Dzyubko, L. V. (2000), "Psychological features of early maladaptation and ways to overcome it", Thesis abstract for Cand. Sc. (Psychology), 19.00.07, Taras Shevchenko National university, Kyiv, Ukraine.
7. Dubogay, O. D. (2007), "Complex method of studying and assessing the motor development of the organism of junior schoolchildren", *Fundamentals of health and physical culture*, no. 6, pp. 10–13.
8. Iedynak, G. A., Mysiv, V. M., Yurchyshyn, Y. V. (2014), *Fizychna kul'tura u zahal'noosvitni'omu navchal'nomu zakladi* [Physical Culture in a General Educational Institution], Ruta, Kamyanets-Podilsky, Ukraine.
9. Iedynak, G. A. (2015), "Status of the solution of the problem of improving the psychophysical state of elementary school students at the present stage", *Visnyk of Chernihiv National University. Pedagogical Sciences. Physical education and sports*, vol. 3, issue 139, pp. 122–128.
10. Kovaleva, L. M. (1996), "Questionnaire for a teacher to determine the level of maladaptation of first-graders to study activities", *Primary school*, no. 7, pp. 17.
11. Lijasota, T. I. (2012), "Improvement of adaptive possibilities of children 6–7 years old to the conditions of studying in elementary school by means of physical education", Thesis abstract for Cand. Sc. (Phys. Education and sports), 24.00.02, National university of Phys. Education and sports of Ukraine, Kyiv, Ukraine.
12. Krusevich, T. Y., Ermolova, V. M., Ivanova, L. I. Krivchikova, O. D. (2012), *Navchal'ni prohramy dlya zahal'noosvitnikh navchal'nykh zakladiv iz navchannym ukraiyins'koyu movoyu. Fizychna kul'tura. 1–4 klasy* [Educational programs for general educational institutions with Ukrainian language education. Phys. Culture. Grades 1–4].
13. Sapuga, I. E. (2007), "Health status of children of Ukraine. Factors "risk" of the school environment", *Fundamentals of health and phys. culture*, no. 9, pp. 12–14.
14. Shiyani, B. M., Iedynak, G. A., Petryshyn, Y. V. (2013), *Naukovi doslidzhennya u fizychnomu vykhovanni ta sporti* [Scientific research in physical education and sports], 2-d ed., Oiyum, Kamyanets-Podilsky, Ukraine.
15. Kyiv (2011), *Shchorichna dopovid' pro stan zdorov'ya naseleennyi Ukrainy ta sanitarno-epidemichnu sytuatsiyu: 2010 rik* [Annual report on the state of health of the population of Ukraine and the sanitary and epidemiological situation: 2010], Kyiv, Ukraine.

УДК 796.06

Валерій Єднак

ІННОВАЦІЙНІ ПРОЕКТИ МІЖНАРОДНИХ СПОРТИВНИХ ФЕДЕРАЦІЙ З РОЗВИТКУ МАСОВОГО СПОРТУ

Стаття присвячена дослідженню світового досвіду впровадження інноваційних проектів міжнародних спортивних федерацій з розвитку масового спорту. Мета дослідження полягала у вивченні передового досвіду міжнародних спортивних федерацій щодо масового залучення дітей до занять спортом.

Шляхом вивчення і теоретичного аналізу доступних наукових джерел було з'ясовано, що розроблено і активно впроваджуються на міжнародному рівні такі проекти: Міжнародна Асоціація Легкоатлетичних Федерацій (IAAF) – програма "Дитяча легка атлетика IAAF" та Всесвітня федерація бадмінтону (BWF) – проект "Shuttle Time".

Основними особливостями цих програм є те, що:

- розраховані на участь дітей віком від 5–6 років;
- пропонуються нові вправи та різноманітні рухові завдання;
- хлопчики і дівчатка можуть грати і конкурувати разом;
- запропоновані навантаження мають безпечний вплив на дітей шкільного віку;
- формують основні рухові вміння та навички;
- грати можна на відкритому повітрі та в приміщенні

Висновок. Програми "Дитяча легка атлетика IAAF" і "Shuttle Time" є передовим досвідом масового залучення дітей до занять спортом.

Ключові слова: спорт, масовий спорт, міжнародні спортивні федерації, легка атлетика, бадмінтон, "Дитяча легка атлетика IAAF", "Shuttle Time".