

тих, хто займається.

#### Аналіз нових досліджень

Аналіз літературних досліджень свідчить про існування достатньої кількості досліджень присвячених питанням визначення впливу фізкультурно – оздоровчих занять різної спрямованості на значення залучення пасивних студентів на підтримку здоров'я, фізичну підготовленість.

#### Література

1. Кириченко Т. Г. Формування здорового способу життя в студентів педагогічних вузів: Дис. канд. пед. наук – К.: 1998 – 198 с.
2. Круцевич Т. Ю. Теория и методика физического воспитания / Т. Ю. Круцевич – К.: Олимпийская литература, 2003 – Ч. 1. – 423 с.
3. Маценко Л. М., Сопівник Р. В. Методичні рекомендації наставникам студентських груп щодо виховання здорового способу життя / Л. М. Маценко, Р. В. Сопівник – К.: ДАКККі М 2009 – 40 с.
4. Раевский Р. Т., Канишевский С. М. Здоровье, здоровый и оздоровительный образ жизни студентов / Р. Т. Раевский, С. М. Канишевский – Одесса: Наука и техника, 2008 – 556 с.
5. Сухарёв А. Г., Теленги В. Г., Шебулина О. Д. Двигательная активность и здоровье детей и подростков / А. Г. Сухарёв, В. Г. Теленги, О. Д. Шебулина – М.: Медицина, 1998 – 71 с.

#### References

1. Kirichenko T. G. (1998) Formuvannia zdorovogo sposoba zhittia v studentiv pedagogichnikh vuziv [Forming healthy way of life with a teachers' training institute students in the process of physical training]: dis. kand. ped. Nauk. Kiev. 198 s.
2. Kruevich T. Yu. (2003) Teoria i metodika fizicheskogo vospitania Kiev: Olimpiiskaia literatura, Ch. 1 423 s.
3. Matsenko L.M., Sopivnik R.V. Methodical recommendations for mentors of student groups to promote a healthy way of living / L. M. Matsenko, R. V. Sopivnik - K.: DAKKKi M 2009 - 40 p.
4. Raevsky R. T., Kanishevsky S. M. Health, healthy and healthy lifestyle of students / R. T. Raevsky, S. M. Kanishevsky - Odessa: Science and technology, 2008 - 556 p.
5. Sukharev A.G., Telengi V.G., Shebulina O.D. Motor activity and health of children and adolescents / A.G. Sukharev, V.G. Telengi, O.D. Shebulina - M.: Medicine, 1998 - 71 p.

DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2021.3K(131).50  
УДК 373.3.018.51.016:796

**Кравченко Т.П.**  
*кандидат педагогічних наук,*  
**доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту,**  
**ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»**  
**(м. Переяслав, Україна)**

### ВИКОРИСТАННЯ НЕТРАДИЦІЙНИХ ЗАСОБІВ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

Одним із основних пріоритетних завдань, визначених в Законі України «Про загальну середню освіту» є зміцнення фізичного та психічного здоров'я молодого покоління, а особливо молодших школярів.

**Мета роботи** розробити та експериментально перевірити ефективність нетрадиційних засобів фізичного виховання у сільських закладах загальної середньої освіти на фізичну підготовленість та зміцнення здоров'я у молодших школярів. **Методологія.** Для вирішення мети нами використовувалися такі методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення науково-методичної літератури; педагогічні методи (педагогічний експеримент; педагогічне спостереження; педагогічне тестування); методи математичної статистики. **Наукова новизна.** Здійснений методичний супровід рухливих ігор та естафет з використанням нетрадиційних засобів фізичного виховання, які класифіковані за ознакою пріоритетного розвитку фізичних здібностей, що є сенситивними в молодшому шкільному віці та визначено ефективність їх впровадження. **Висновки.** Здійснивши аналіз впроваджених технологій, можна стверджувати, що розробка і використання в урочних формах занять нетрадиційних засобів фізичного виховання сприяло покращенню показників фізичної підготовленості та зміцнення здоров'я молодших школярів, що експериментально доведено.

**Ключові слова:** нетрадиційні засоби, фізичне виховання, молодші школярі, сільське середовище.

**Кравченко Т.П., Островец Т.А. Использование нетрадиционных средств в физическом воспитании младших школьников.** Одним из основных приоритетных задач, определенных в Законе Украины «Об общем среднем образовании» является укрепление физического и психического здоровья молодого поколения, особенно младших школьников.

**Цель работы** разработать и экспериментально проверить эффективность нетрадиционных средств физического воспитания в сельских учреждениях общего среднего образования на физическую подготовленность и укрепление здоровья младших школьников. **Методология.** Для решения цели нами использовались следующие методы исследования: теоретический анализ и обобщение научно-методической литературы; педагогические методы (педагогический эксперимент; педагогическое наблюдение; педагогическое тестирование); методы математической статистики. **Научная новизна.** Проведенный методическое сопровождение подвижных игр и эстафет с использованием нетрадиционных средств физического воспитания, классифицированы по признаку приоритетного

развития физических способностей, является чувствительными в младшем школьном возрасте и определена эффективность их внедрения. **Выводы.** Осуществив анализ внедренных технологий, можно утверждать, что разработка и использование в урочных формах занятий нетрадиционных средств физического воспитания способствовало улучшению показателей физической подготовленности и укреплению здоровья младших школьников, экспериментально доказано.

**Ключевые слова:** нетрадиционные средства, физическое воспитание, младшие школьники, сельское среду.

**Kravchenko Tatiana, Ostrovets Tatiana** *The use of non-traditional means in the physical education of younger students.* One of the main priority tasks defined in the Law of Ukraine "On General Secondary Education" is to strengthen the physical and mental health of the younger generation, especially the younger students. The present met with a problem when the incidence of children in all regions of Ukraine has increased significantly, especially in recent years, and a significant decrease in physical fitness, at the same time, and the health status of school-age children.

However, despite the innovative experience of optimizing the physical education system for junior schoolchildren in rural schools, it has not been applied in these conditions. In this regard, it became necessary to study the process of physical education of primary schoolchildren and the use of non-traditional means that would increase the physical development and health status of primary schoolchildren in rural schools. **The purpose of the work** is to develop and experimentally test the effectiveness of non-traditional means of physical education in rural institutions of general secondary education for physical fitness and health promotion of primary schoolchildren. **Methodology.** To solve the goal, we used the following research methods: theoretical analysis and generalization of scientific and methodological literature; pedagogical methods (pedagogical experiment; pedagogical observation; pedagogical testing); methods of mathematical statistics. **Scientific novelty.** The conducted methodological support of outdoor games and relay races using non-traditional means of physical education, classified according to the priority development of physical abilities, is sensitive in primary school age and the effectiveness of their implementation is determined. **Conclusions.** After analyzing the implemented technologies, it can be argued that the development and use of non-traditional means of physical education in the lesson forms of classes contributed to the improvement of physical fitness indicators and strengthening the health of younger schoolchildren, has been experimentally proven.

**Key words:** non-traditional means, physical education, junior schoolchildren, rural environment.

**Постановка проблеми.** Оскільки проблема зміцнення фізичного та психічного здоров'я дітей молодшого шкільного віку не втрачає своєї актуальності, існує потреба у розробці та пошуку нових методів та засобів, що здійснювали б цілеспрямований вплив на покращення фізичної підготовленості молодших школярів, а разом з тим, і формування в них засад здорового способу життя і зміцнення здоров'я. Адже, відповідно до ухваленого Верховною Радою закону «Про освіту», вчителі можуть здійснювати відхід від жорсткої регламентації занять, підвищувати їх емоційну насиченість, застосувати максимальну різноманітність форм, методів та засобів фізичного виховання та широко використовувати інноваційні технології фізичного виховання задля розв'язання завдань фізкультурної освітньої галузі Нової української школи, що і вказує на їх актуальність.

Одним з компонентів підвищення стану здоров'я та формування здорового способу життя учнів молодшого шкільного віку можуть виступати нетрадиційні засоби фізичного виховання, а саме: рухливі ігри та естафети з використанням природних матеріалів.

**Аналіз основних досліджень та публікацій.** Останнім часом, проблема вдосконалення якості, ефективності та оптимізації розвитку фізичного виховання жителів сільської місцевості, стала надзвичайно актуальною. Для цього доцільно використовувати найрізноманітніші форми фізкультурно-оздоровчої роботи в урочний та позаурочний час, виховувати в дітей потребу в щоденних заняттях фізичними вправами [1; 2; 3;]. Вчені В.Соловйов (2012), Н. Пангелова, В. Рубан (2016) та інші, займалися проблемами сільських малокомплектних шкіл та зазначали, що організація навчально-виховного процесу в таких школах має ряд істотних особливостей, що відрізняють їх від міських шкіл.

**Мета дослідження.** розробити та експериментально перевірити ефективність нетрадиційних засобів фізичного виховання у сільських закладах загальної середньої освіти на фізичну підготовленість та зміцнення здоров'я у молодших школярів.

**Матеріали і методи дослідження.** Для вирішення мети нами використовувалися такі методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення науково-методичної літератури; педагогічні методи (педагогічний експеримент; педагогічне спостереження; педагогічне тестування); методи математичної статистики.

**Результати дослідження.** За даними В.М. Хахулі [8], існує низка типових факторів, які впливають на ефективність організації і проведення занять з фізичного виховання у більшості сільських шкіл. До них відносяться: слабка матеріальна база; недостатній розвиток сфери додаткової освіти у задоволенні фізкультурних інтересів і вимог учнів; відсутність моніторингу фізичного розвитку учнів; відсутність чіткої системи в організації самостійних занять [8]. Тому, актуальність на пошук нових методів та підходів, щодо підвищення рівня фізичної підготовленості шляхом застосування нетрадиційних засобів у фізичному вихованні молодших школярів цілеспрямовано зростає.

Педагогічний експеримент був проведений протягом 2019-2020 н.р. на базі Вербівського НВК "ЗОШ I-II ст. – ДНЗ" Висоцької сільської ради та у Мочулищенському ЗЗСО Дубровицької районної ради Рівненської області. Було сформовано дві групи: експериментальну (ЕГ) та контрольну (КГ).

Для проведення дослідної роботи було створено експериментальну групу (38 учнів), з яких 6-7 р. хлопчики (n=10), дівчаток (n=10), 8-9 р. хлопчиків (n=5), дівчаток (n=13). До контрольної групи відносилось 34 учні, з них 6-7 р. хлопці (n=9), дівчатка (n=6); 8-9 р. хлопці (n=11), дівчатка (n=8). Загалом у педагогічному експерименті взяло участь 69 учнів сільських шкіл.

Фізична підготовленість у молодшому шкільному віці тісно пов'язана з використанням рухливих ігор, оскільки до їх складу входять основні природні рухи людини (ходьба, біг, стрибки, метання, ловля та ін.). Які виконуються у різних поєднаннях і комбінаціях [9; 10]. Регулярні використання рухливих ігор сприяють: зміцненню здоров'я, правильному фізичному розвитку, різнобічній підготовці дітей, вихованню активності, сміливості, рішучості, дисциплінованості, колективізму та інших рис характеру. Рухливі ігри розвивають життєво-важливі рухові вміння та навички, виховують любов до систематичних занять спортом [4; 9].

Особливістю процесу фізичного виховання молодших школярів експериментальної групи було те, що до уроків фізичної культури додавали розроблені рухливі ігри та естафети «Швидка гусениця», «Цікава піраміда», «Швидка переправа», «Жолуді й горіхи», «Мисливці й лісники», «Грайливі бар'єри», «Звіропад». Дані рухливі ігри та естафети були спрямовані на пріоритетний розвиток фізичних здібностей, але разом з тим, позитивно впливали на почуття колективізму, дисциплінованість та рішучості у своїх діях. Саме тому, використання нетрадиційних засобів фізичного виховання, а саме природних матеріалів (шишки, горіхи, жолуді, дерев'яні колодки, камінці та сніг) у формі рухливих ігор та естафет в умовах сільського середовища позитивно вплинуло на фізичну підготовленість та в цілому на процес фізичного виховання молодших школярів

#### Швидка гусениця

Інвентар: колодки дерев'яні, гімнастичні лави, рукавички.

Значення: розвиток координаційних здібностей та швидкості простої рухової реакції.

Інтенсивність: висока.

Зміст та правила гри. Учасники команд шикуються у колони. Кожна команда має рівну кількість гравців та колодок. Учасники команд повинні якомога швидше перекласти колодки одна за одною на гімнастичну лаву, відповідно до свого розташування у колонах так, щоб на ній не залишилось вільного місця. Переможе команда, яка дійде до кінця лави першою. Кожен учасник розпочинає свій рух з колодою, після завершення бігу попереднього гравця до місця старту команди. Естафета завершується коли гравці обох команд переклали колодки по 2 рази.

Примітка: якщо у учасника впала колодка з лави, то він повинен поставити її на призначене місце та присісти один раз, а тоді передати естафету наступному учаснику.

#### Цікава піраміда

Інвентар: колодки дерев'яні

Значення: здатність співпрацювати у команді

Інтенсивність: середня

Зміст та правила гри. Двом командам надається рівна кількість колодок. Розташування учасників – довільне, тобто на розгляд кожної команди самостійно. Гравець кожної команди повинен поставити по одній колодці, при цьому назвавши один будівельний матеріал або інструмент за власним вибором. Капітани команд витягують жереб, згідно якого завдання можуть бути наступні: скласти з колодок найвищу/найширшу/найтоншу піраміду. Виграє команда, що виконала умови гри найбільш правильно та допустила найменше помилок.

Примітка: слова не повинні повторюватись в одній команді. В залежності від віку можна збільшувати кількість колодок, а відповідно і кількість слів.

#### Швидка переправа

Інвентар: шишки, жолуді, горішки, гімнастичні обручі (відповідно до кількості команд).

Значення: формування швидкості простої рухової реакції.

Інтенсивність: висока

Зміст та правила гри. Перед початком гри всі учасники команд шикуються в колони по одному з парною кількістю гравців у всіх командах. Вчитель обирає три капітани для кожної команди. Учасники команд витягують папірці на яких зображені «шишки», «жолуді» та «горішки». Яка команда витягне найбільше «шишок», то буде називатись «шишка» і т.д. Біля старту кожної команди лежить обруч. За першим свистком вчителя кожна команда повинна утворити коло навколо обруча, за другим – стрибнути, пробігти або пройти через обруч не наступивши на нього та зібрати якомога більше шишок, жолудів або горішків, що знаходяться на відстані 10 метрів від старту команд, а на третій свисток, якомога швидше покласти у обруч свої плоди. Оцінюється швидкість та кількість урожаю, що лежить у обручі.

Примітка: за кожен природний матеріал, що лежить поза обручем, команда повинна виконати фізичні вправи за власним вибором. Важливо, щоб вправи не повторювались у різних командах.

#### Жолуді й горіхи

Інвентар: жолуді, горіхи, відра залізни (2 шт.)

Значення: формування навичок співпраці у команді, координаційних та швидкісних здібностей.

Інтенсивність: середня.

Примітка: обов'язкова парна кількість гравців.

Зміст та правила гри. Всі учасники гри стають у загальне коло, тримаючись руками один за одного. У середині кола є урожай та два відра з назвами «горіхи» і «жолуді». Вчитель розраховує учнів на «жолудь» і «горіх». Після віршованого тексту:

Хоровод ми заведемо,  
В ліс гуляти ми підемо.  
Жолуді збирати будем  
Й про горіхи не забудем!

Завдання кожної команди назбирати якомога більше жолудів чи горіхів, відповідно до розрахунку вчителя. Згодом ведучий промовляє слова під час яких всім учасникам гри необхідно покласти свій урожай у відра:

Назбирали повні руки,  
Урожай наш гарним буде!  
Станьмо дружно всі у коло,  
Гру закінчено – чудово!

Як тільки ведучий замовкає, всі повинні знову стати у загальне коло, а ведучий рахує кількість жолудів та горіхів. Переможе команда, яка назбирала більший урожай.

Мисливці й лісники

Інвентар: гімнастичний обруч (2 шт.), відра залізни (2 шт.), горіхи, шишки, м'ячі для настільного тенісу, камінці.

Значення: формування спритності та комунікативних навичок.

Інтенсивність: висока.

Примітка: Якщо лісник спіймав мисливця, то мисливець повинен: м'ячі для настільного тенісу покласти в сміттєві ями (гімнастичні обручі); камінці кинути у відро; шишки віддати лісникам, а вони зварять чаю та пригостять всіх хто є у лісі; горіхи з'їсти всім разом.

Зміст та правила гри. Ліс – це наші чисті легені та міцне здоров'я! На території лісового господарства (обведена ділянка) знаходяться лісники, які обороняють ліс. На їхню територію дуже хочуть потрапити мисливці, задля поживи та власного збагачення. На ділянці лісу є природні джерела – болота та озера (відра з водою) та сміттєві ями (обручі), щоб запобігти забрудненню лісової зони. Обирається два лісники, які знаходяться на обведеній ділянці. Їхнє завдання - оборона своєї території від мисливців, навчання доброчесності та порядку. Завдання мисливців - зібрати якомога більше урожаю (горіхи, шишки, тенісні м'ячі, камінці) та бути не спійманими.

Лісники промовляють:

Ми наш ліс бережемо,  
Шкодити не будемо,  
Будемо ходити  
Й мисливців ловити!

А мисливці у відповідь:

Дуже хочемо у ліс,  
Смачним буде наш обід,  
Лісників не боїмося,  
А спіймають, то здамося!

Після віршованих текстів розпочинається гра. Кого не зловили, той виходить переможцем.

Грайливі бар'єри

Інвентар: дерев'яні бар'єрчики 30x20 см.

Значення: корекція техніки різновидів ходьби, бігу та стрибків.

Інтенсивність: середня.

Примітка: можна використовувати у динамічних перервах у весняно-осінній період.

Зміст та правила гри. Виконання різновидів ходьби, бігу та стрибків у різних поєднаннях.

Наприклад:

виконання ходьби з високим підніманням стегна;

Ходять вправно наші ніжки  
Через гори й через річки,  
Ми крокуємо вперед,  
Йде життя-велосипед!

виконання стрибків через бар'єрчики;

Ми стрибучі зайченятка,  
Мчимо весело гуляти,  
Щоб із друзями радіти,  
Гомоніти й веселитись!  
Сніжний клубочок

Інвентар: зимові рукавички, сніг, гімнастичні лави (2 шт.)

Значення: розвиток сили та витривалості.

Інтенсивність: висока.

Примітка: можна використовувати у динамічних перервах у зимовий період.

Зміст та правила гри. Всі учасники гри діляться на дві команди. У кожній команді перед собою є гімнастичні лави за якими розташовані обручі, так звані «річки».

Завдання кожної команди:

- після 1-го свистка вчителя зліпити снігові кулі діаметром футбольного м'яча;

- після віршованого тексту вчителя прокотити їх через лаву так, щоб вони потрапили «у річку» (гімнастичний обруч);

- якомога швидше пробігти до старту та хлопком правої або лівої руки передати естафету наступному учаснику своєї команди.

Обирається один ведучий (вчитель або відповідальний учень), який промовляє слова, після яких всі по черзі починають прокочувати снігові кулі:

Котись-котись клубочок,  
Чим швидше до річки.



Хто жвавіше добіжить,  
Той перемоги спішить!

Примітка: Переможець визначиться за відповідністю зліплених куль діаметру футбольного м'яча та за швидкістю фінішування всієї команди.

Звіропад

Інвентар: шишки, жолуді, горішки

Значення: формування швидкості простої рухової реакції.

Інтенсивність: середня

Зміст та правила гри: вчитель обирає три капітана (капітан «Шишка», «Жолудь», «Горіх» за якими шикуються у колону по одному його команда. На відстані 10 м. від усіх команд знаходяться шишки, жолуді, горішки. За першим свистком вчителя кожна команда повинна утворити коло, за другим – зібрати якомога більше шишок, жолудів або горіхів (відповідно до імені капітана), а на третій свисток – віддати свій урожай капітану. Оцінюється швидкість передачі урожаю капітану та кількість урожаю, що загубили.

В залежності від змісту гри дитина змушена оцінювати загальну обстановку та самостійно вирішувати, що й коли їй треба робити. Захоплена грою, дитина гартується в терпінні, наполегливості, розвиваючи при цьому фізичні якості (сила, швидкість, витривалість, спритність, гнучкість). Гра веселить, радує, а здорова радість конче необхідна для всебічного розвитку тіла й душі [6].

Отже, протягом 2019-2020 н.р. у Мочулицьському ЗЗСО Дубровицької районної ради Рівненської області, ми впроваджували такі рухливі ігри та естафети у освітній процес з молодшими школярами : «Швидка гусениця», «Цікава піраміда», «Швидка переправа», «Жолуді й горіхи», «Мисливці й лісники», «Грайливі бар'єри», «Звіропад». Основним завданням розробки та впровадження нетрадиційних засобів було покращення показників фізичної підготовленості та зміцнення здоров'я хлопців та дівчат 6-7 та 8-9-ти річного віку, яке ми реалізували засобами рухливих ігор та естафет з природними матеріалами.

Задля оцінки ефективності розробки та впровадження нетрадиційних засобів було сформовано таблицю темпів приросту показників фізичної підготовленості.

Таблиця 1

Темпи приросту показників фізичної підготовленості хлопчиків та дівчаток 6-7, 8-9 років ЕГ та КГ, %

Руховий Тест	Хлопчики				Дівчатка			
	ЕГ		КГ		ЕГ		КГ	
	6-7 р.	8-9 р.	6-7 р.	8-9 р.	6-7 р.	8-9 р.	6-7 р.	8-9 р.
Присідання за 20 секунд	18,7	11,7	8,5	5,5	20	31,2	14,2	5,8
Біг 30 м (сек.)	-2,7	-5,4	-1,3	-2,8	-8,7	-4,1	-2,5	-4
Нахил тулуба вперед із положення сидячи, см	14,2	200	15,3	40	27,2	25	6,6	9
«Човниковий біг 4x9 м» (сек.)	-3,4	-3,8	-1,5	-1,6	-2,8	-2,4	-1,4	-0,7
Стрибок у довжину з місця, см	5	2,7	4,3	1,7	3,3	6,1	1,6	3,9

Збільшення показників сили супроводжувалось у вправі «присідання на 20 секунд», що дало змогу оцінити проведення педагогічного експерименту. Наведені дані у табл. 1, вказують на наступне: ЕГ 6-7 р. хлопці – 18,7%, КГ – 8,5%; ЕГ 8-9 р. хлопці – 11,7%, КГ – 5,5%; ЕГ 6-7 р. дівчатка – 20%, КГ – 14,2%; ЕГ 8-9 р. дівчат – 31,2%, КГ – 5,8%.

Швидкісні здібності визначались за тестом «біг 30 метрів». Показники приросту швидкості у експериментальній та контрольній групах були наступними: дівчатка 6-7 р. - 8,7%; - 2,5%; дівчата 8-9 р. - 4,1%; - 4%; хлопчики 6-7 р. - 2,7%; - 1,3%; хлопці 8-9 р. - 5,4%; - 2,8%.

Щодо показників гнучкості, відповідно до тесту «нахил тулуба вперед з положення сидячи», то їх приріст виявляється наступним чином: ЕГ хлопці - 8-9 р. - 20%, дівчата - 25%; ЕГ 6-7 р. хлопці - 14,2%, дівчата - 27,2%. А от приріст показників у КГ значно менший: 6-7 р. дівчата - 6,6%; 8-9 р. хлопці - 40%, дівчата – 9%. Лише показник контрольної групи хлопців 6-7 р. 15,3% має вищий на 1,1% приріст показників, ніж у хлопчиків цього ж віку, але у експериментальній групі.

«Човниковий біг 4x9 метрів» дав змогу оцінити координацію учнів початкових класів. В кінцевому результаті, після проведення заключного етапу педагогічного експерименту, показники виявились такими у експериментальній та контрольній групі: хлопчики 6-7 р. - 3,4%; - 1,5%; хлопці 8-9 р. - 3,8%; - 1,6%; дівчатка 6-7 р. – -2,8%; - 1,4%; дівчата 8-9 р. -2,4%; - 0,7%.

Виконання вправи «стрибок у довжину з місця» показав наступні показники швидкісно-силових здібностей контрольної та експериментальної груп: хлопчики 6-7 р. - 5%; 4,3%; хлопці 8-9 р. - 2,7%; - 1,7%; дівчатка 6-7 р. - 3,3%; 1,6%; дівчата 8-9 р. – 6,1%; 3,9%.

Загальна оцінка темпів приросту показників фізичних якостей, а разом із ними і фізичної підготовленості вказує на те, що збільшення показників хлопців та дівчат 6-7 та 8-9 років після проведення педагогічного експерименту у експериментальній групі значно вищий ніж ті ж показники у контрольній групі. І лише у тесті «нахил тулуба вперед із положення сидячи» у хлопчиків 6-7 років виявлене збільшення показника приросту гнучкості на 1,1% у контрольній групі, порівняно з експериментальною. Завдяки впровадженню рухливих ігор та естафет з використанням природних матеріалів в урочні форми занять, ми досягли позитивного ефекту на приріст показників фізичної підготовленості дівчат та хлопців 6-7 та

8-9-ти річного віку, що проілюстровано у таблиці 1, темпів приросту показників фізичної підготовленості хлопчиків та дівчаток 6-7, 8-9 років експериментальної та контрольної груп у відсотковому співвідношенні (табл. 1).

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Молодший шкільний вік - дуже важливий період у розвитку життєво важливих навичок. Від того, наскільки повноцінно здійснюється фізичне виховання в молодшому шкільному віці, значною мірою залежить не лише фізичний, а й розумовий розвиток у наступні роки. Кожній дитині в молодшому шкільному віці потрібно оволодіти базовими руховими навичками, які допомагатимуть оволодінню більш складними руховими діями в майбутньому [5].

Під час проведення рухливих ігор та естафет в процесі педагогічного експерименту нами використовувались такі природні матеріали: шишки, горіхи, жолуді, дерев'яні колодки, камінці та сніг, що ефективно покращували процес фізичного виховання учнів сільського середовища, а також позитивно вплинуло на їх фізичну підготовленість, разом з тим, зміцнивши здоров'я хлопців та дівчат експериментальної групи. Так, як дані засоби доцільно використовувати у сільському середовищі через наявність специфічних умов: немає спортивного залу, наявна мала кількість або взагалі відсутність оновленого інвентарю та обладнання та ін., ми використали нетрадиційні засоби у формі рухливих ігор та естафет, що покращило процес фізичного виховання молодших школярів.

Таким чином, використання нетрадиційних засобів фізичного виховання у сільських закладах освіти є експериментально доведеним рушієм їх застосування в урочних формах занять. Матеріали роботи можуть бути використані в навчальному процесі з фізичного виховання в закладах загальної середньої освіти, зокрема у сільській місцевості.

#### Література

1. Бичук О. І. Фізкультурно-оздоровча робота у школі: навч. посіб. Луцьк: Надстир'я, 1977. - 144 с.
2. Волков Л. В. Молодший шкільний вік: виховна спрямованість занять фізичною культурою і спортом : навч. посіб. К. : Освіта України, 2007. - 152 с.
3. Круцевич Т. Ю. Физическое воспитание как социальное явление. Наука в олимпийском спорте. - 2001. - № 3. - С. 3-15.
4. Мудрик С.Б. Рухливі ігри на уроках фізичної культури. Луцьк, 2008. 89с.
5. Ніколаєв Ю. М. Оптимізація розвитку фізичних якостей та координації рухів у дітей молодшого шкільного віку засобами гімнастики. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. - 2011. - № 4. - С. 43-47.
6. Пангелова Н.Є., Рубан В.Ю. Фактори, які впливають на організацію фізичного виховання молодших школярів у міській та сільській місцевості. Спортивний вісник Придніпров'я. 2016. - С. 211-214. - Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp\\_2016\\_1\\_38](http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp_2016_1_38).
7. Соловйов В. Розвиток фізкультурно-оздоровчої діяльності загальноосвітніх навчальних закладів у сільській місцевості. Педагогіка і психологія професійної освіти. - 2012. - №6. - С.103-111.
8. Хахуля В.М. Підвищення ефективності системи фізичного виховання дітей середнього шкільного віку сільських шкіл. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г.Шевченка. - Чернігів, 2011. – Вип. 86. - Т.1. - С. 201-204.
9. Шуба Л. В. Рухливі ігри, як розвиток рухових якостей у школярів початкової школи. Наука і освіта. : наук.-практ. журнал. - 2014. - № 8. - С. 212-216.
10. Clements R. An investigation of the status of outdoor play. Contemporary Issues in Early Childhood. 2004. Vol. 5 (1). P. 6

#### References

1. Bychuk O. I. (1977) "Fizkulturno-ozdorovcha robota u shkoli": navch. posib. Lutsk: Nadstyria, - 144 p.
2. Volkov L. V. (2007) "Molodshyi shkilnyi vik: vykhovna spriamovanist zaniat fizychnoiu kulturoiu i sportom": navch. posib. K.: Osvita Ukrainy, - 152 p
3. Krutsevych T. Yu. (2001) "Fyzycheskoe vospytanye kak sotsyalnoe yavlenye". Nauka v olymпыiskom sporte. - № 3. - pp. 3-15.
4. Mudryk S.B. (2008) "Rukhlyvi ihry na urokakh fizychnoi kultury". Lutsk. 89p.
5. Nikolaiev Yu. M. (2011) "Optimizatsiia rozvytku fizychnykh yakosteï ta koordynatsii rukhiv u diteï molodshoho shkilnoho viku zasobamy himnastyky". Fizyчне vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi. - № 4. - pp. 43-47.
6. Panhelova N.I., Ruban V.Iu. (2016) "Faktory, yaki vplyvaiut na orhanizatsiiu fizychnoho vykhovannia molodshykh shkoliariv u miskii ta silskii mistsevosti". Sportyvnyi visnyk Prydniprovia. - pp. 211-214. - Rezhym dostupu: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp\\_2016\\_1\\_38](http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp_2016_1_38).
7. Soloviov V. (2012) "Rozvytok fizkulturno-ozdorovchoï diialnosti zahalnoosvitnikh navchalnykh zakladiv u silskii mistsevosti". Pedagogika i psykholohiia profesiinoï osvity. - №6. - pp.103-111.
8. Khakhulia V.M. (2011) "Pidvyshchennia efektyvnosti systemy fizychnoho vykhovannia diteï serednoho shkilnoho viku silskykh shkil". Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni T.H.Shevchenka. - Chernihiv. – Vyp. 86. - T.1. - pp. 201-204.
9. Shuba L. V. (2014) "Rukhlyvi ihry, yak rozvytok rukhovyykh yakosteï u shkoliariv pochatkovoï shkoly". Nauka i osvita: nauk.-prakt. zhurnal. - № 8. - pp. 212-216.