

ISSN 2078–3396

Міністерство освіти і науки України

# **Вісник Прикарпатського університету**

**Фізична культура  
Випуск 25–26**

Видається з 2004 р.

Івано-Франківськ  
ДВНЗ “Прикарпатський національний  
університет імені Василя Стефаника”

2017

Друкується за ухвалою вченої ради ДВНЗ "Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника" (протокол № 8 від 31.08.2017 р.).

журнал включено до переліку наукових фахових видань України, у яких можуть публікуватися результати дисертаційних робіт з напрямку "Фізичне виховання і спорт"

(Затверджено наказами Міністерства освіти і науки України від 09.03.2016 № 241, додаток 9).

Свідчення про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації

Серія КВ № 12601-1485Р від 18.05.2007 р.

Журнал відображається в базі даних

IndexCopernicus; Національної бібліотеки України імені В.І. Вернадського

Редакційна рада		Editorial Council	
В.В. Грещук	д-р філол. наук, проф. (голова ради)	V.V. Greshchuk	Doctor of Philological Sciences, Professor ( <i>Editor-in-chief</i> )
В.А. Васильєва	д-р юрид. наук, проф.	V.A. Vasylieva	Doctor of Juridical Sciences, Professor
А.В. Загороднюк	д-р фіз.-мат. наук, проф.	A.V. Zaborodniuk	Doctor of Physical and Mathematical Sciences, Professor
В.І. Кононенко	д-р філол. наук, проф., академік АПН України	V.I. Kononenko	Doctor of Philological Sciences, Professor, Member of the NAES of Ukraine
М.В. Кутутиак	д-р іст. наук, проф.	M.V. Kuhnatiak	Doctor of Historical Sciences
В.К. Ларіонова	д-р філос. н., проф.	V.K. Lariionova	Doctor of Philosophical Sciences
Н.В. Лисенко	д-р пед. наук, проф.	N.V. Lysenko	Doctor of Pedagogic Sciences
Б.К. Остафійчук	д-р фіз.-мат. наук, проф., чл.-кор. НАН України	B.K. Ostafichuk	Doctor of Physical and Mathematical Sciences, Professor, Corresponding Member of the NASU
І.Є. Цепенда	д-р політ. наук, проф.	I.Ye. Tsependa	Doctor of Political Sciences
Редакційна колегія		Editorial Board	
Б.М. Милцкан	д-р біол. наук, проф. (голова колегії)	B.M. Mytskan	Doctor of Biological Sciences, Professor ( <i>Editor-in-chief</i> )
З.В. Дума	д-р мед. наук, проф.	Z.V. Duma	Doctor of Medical Sciences, Professor
Г.А. Єднук	д-р наук з фізвиховання і спорту, проф.	H.A. Yedynak	Doctor of Science of Physical Education and Sport, Professor
М.В. Дутчак	д-р наук з фізвиховання і спорту, проф.	M.V. Dutchak	Doctor of Science of Physical Education and Sport, Professor
Т.Ю. Круцевич	д-р наук з фізвиховання і спорту, проф.	T.Yu. Krutsevych	Doctor of Science of Physical Education and Sport, Professor
В. Чорний	д-р габілітований з фізкультури, проф. (Польща)	V. Chorny	Doctor habilitowany of Physical Education and Sport, Professor (Poland)
Даньбай Гомрі	д-р філос. наук, проф. (Туніс)	Danhbai Homri	Doctor of Philosophical Sciences, Professor (Tunisia)
Ю. Косевич	д-р габілітований з фізкультури, проф. (Польща)	Yu. Kosevych	Doctor habilitowany of Science of Physical Education and Sport, Professor (Poland)
С. Заборняк	д-р габілітований з фізкультури, проф. (Польща)	S. Zaborniak	Doctor habilitowany of Science of Physical Education and Sport, Professor (Poland)
П. Круць	д-р габілітований з фізкультури, проф. (Польща)	P. Krul	Doctor habilitowany of Science of Physical Education and Sport, Professor (Poland)
З.М. Остап'як	д-р мед. наук, проф.	Z.M. Ostapiak	Doctor of Medical Sciences, Professor
Є.Н. Приступа	д-р пед. наук, проф.	Ye.N. Prystupa	Doctor of Pedagogic Sciences, Professor
А.В. Цюсь	д-р наук з фізвиховання і спорту, проф.	A.V. Tsos	Doctor of Science of Physical Education and Sport, Professor
Марін Чіразі	д-р філос. наук, проф. (Румунія)	Marin Chirazi	Doctor of Philosophical Sciences, Professor (Romania)
Б.П. Лісовський	канд. біол. наук, доц. (відповідальний секретар)	B.P. Lisovskyi	Candidate of Biological Sciences, Associate Professor (Ph. D.) ( <i>Executive Editor</i> )

Адреса редакційної колегії: 76018, Івано-Франківськ, вул. Шевченка, 57

ДВНЗ "Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника"

Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. 2017. Вип. 25–26. 321 с.

У віснику висвітлюються результати наукових досліджень з актуальних проблем фізичного виховання школярів і студентів, біомеханіки, спортивної генетики, оздоровчо-спортивного туризму, історії фізичної культури, психології спорту й фізичного виховання, валеології, адаптивної фізичної культури, методології й менеджменту у фізичній культурі, фізичної реабілітації. Вісник розрахований на науковців, викладачів, аспірантів, студентів, учителів фізичної культури і тренерів.

Newsletter of Precarpathian University. Physical Culture. 2017. Issue 25–26. 321 p.

The results of scientific researches of urgent problems of physical education of the schoolboys and students, biomechanics, sports genetics, health-sporting tourism, history of physical culture, psychology of sports and physical education, valeology, adaptive physical culture, methodology and management of physical culture, physical rehabilitation discussed in almanac. The almanac is designed for the science officers, teachers, post-graduate students, students, teachers of physical culture and trainers.

<i>Деркач Віктор, Єдинак Геннадій, Гуска Михайло. ПЕРІОДИЗАЦІЯ СПОРТИВНОГО ТРЕНУВАННЯ ЛЕГКОАТЛЕТІВ ІЗ ПОРУШЕНИМИ ФУНКЦІЯМИ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ</i> .....	96
<i>Добровольський Віктор. ОБГРУНТУВАННЯ СТРУКТУРИ ТА ЗМІСТУ ПРОГРАМИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ КУРСАНТІВ-ЖІНОК ВИЩИХ ВІЙСЬКОВИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ</i> .....	103
<i>Єдинак Геннадій. ЗАЛЕЖНІСТЬ АДАПТАЦІЇ ДО НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ 6-РІЧНИХ ШКОЛЯРІВ ВІД ЇХ ФІЗИЧНОГО СТАНУ І РОЗУМОВОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ</i> .....	108
<i>Єдинак Валерій. ІННОВАЦІЙНІ ПРОЕКТИ МІЖНАРОДНИХ СПОРТИВНИХ ФЕДЕРАЦІЙ З РОЗВИТКУ МАСОВОГО СПОРТУ</i> .....	113
<i>Заборняк Станіслав, Круль Павел, Мицкан Богдан, Мицкан Тетяна. ФОРМИ ПРОВЕДЕННЯ ДОЗВІЛЛЯ ДІТЕЙ СІЛЬСЬКОЇ МІСЦЕВОСТІ ПОЛЬЩІ</i> .....	116
<i>Андрій Заїкін. КОМПОНЕНТИ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ФОРМУВАННЯ В УЧНІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ НАВИКІВ ВЕДЕННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ</i> .....	131
<i>Іваночко Вікторія, Грибовська Ірина, Данилевич Мирослава, Мороз Олена, Грибовський Ростислав. ЕФЕКТИВНІСТЬ ФУНКЦІОНУВАННЯ ФІТНЕС-ЦЕНТРІВ</i> .....	137
<i>Івасик Наталія. ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ОСІБ З БРОНХО-ЛЕГЕНЕВИМИ ЗАХВОРЮВАННЯМИ У БАЗІ ДОКАЗОВОЇ МЕДИЦИНИ</i> .....	142
<i>Кацуба Віталій, Гончарова Наталія, Бутенко Галина. ПОТЕНЦІАЛ ОЗДОРОВЧОГО ТУРИЗМУ ЩОДО ОПТИМІЗАЦІЇ ПРОЦЕСУ АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ ДО УМОВ НАВЧАННЯ В ШКОЛІ</i> .....	148
<i>Кацуба Віталій, Ричок Тетяна. ПОПУЛЯРИЗАЦІЯ СУЧАСНИХ ФОРМ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ СЕРЕД ШКОЛЯРІВ З СЕНСОРНИМИ ПОРУШЕННЯМИ, ШЛЯХОМ ВИКОРИСТАННЯ МУЛЬТИМЕДІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ</i> .....	154
<i>Кацуба Віталій, Чухловіна Вікторія. СУЧАСНІ ПОГЛЯДИ НА КОРЕКЦІЮ РУХОВИХ ПОРУШЕНЬ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗІ СПАСТИЧНИМИ ФОРМАМИ ЦЕРЕБРАЛЬНОГО ПАРАЛІЧУ</i> .....	160
<i>Купріненко Ольга, Мазепа Марія. СУЧАСНИЙ СТАН ТА ПРОБЛЕМИ РЕАБІЛІТАЦІЇ ХВОРИХ НА РАННІЙ РЕВМАТОЇДНИЙ АРТРИТ</i> .....	168
<i>Мазепа Марія. СУЧАСНА ПАРАДИГМА ЕРГОТЕРАПІЇ</i> .....	174
<i>Медвідь Анжела, Медвідь Микита. ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ УДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ</i> .....	180
<i>Огнистий Андрій, Огніста Катерина. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ГЛОБАЛІЗАЦІЇ ПЕДАГОГІЧНОЇ НАУКИ</i> .....	185
<i>Окінняк Дмитро, Окінняк Анатолій, Зубаль Майя, Єдинак Геннадій, Галаманжук Леся. УДОСКОНАЛЕННЯ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ІЗ РОЗМІНУВАННЯ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ</i> .....	190
<i>Омельяненко Володимир. ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В КОНТЕКСТІ ЄВРОІНТЕГРАЦІЇ</i> .....	195
<i>Омельяненко Інна. ТЕНДЕНЦІЇ У СТАНІ ЗДОРОВ'Я ШКОЛЯРІВ НЕЗАЛЕЖНОЇ УКРАЇНИ</i> .....	203
<i>Павлова Юлія, Виноградський Богдан, Стефанків Михайло, Зікрач Дмитро. СТАН СИСТЕМИ ПОЗАШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ ДІТЕЙ ТА МОЛОДІ УКРАЇНИ</i> .....	210
<i>Палатний Артур. СТРУКТУРА РОЗПОДІЛУ НАГОРОД В СПОРТИВНИХ ЄДИНОБОРСТВАХ У ПРОГРАМАХ ОЛІМПІЙСЬКИХ ІГОР</i> .....	218

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 natsiï : zb. nauk. pr. VDPU imeni Mykhayla Kotlyubyns'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 navchamyam ukrayins'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. Shiyay, 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., Otyum, Kamyanets-Podilsky, Ukraine.
15. Kyiv (2011), *Shchorichna dopovid' pro stan zdorov'ya naselemya Ukrayiny 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;
- пропонується 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".

*The article is devoted to the exploring of world experience in the implementation of innovative projects of international sports federations for the development of mass sports. The purpose of the exploring was to study the best practices of international sports federations in massive engaging of children in sports.*

*During the process of study and theoretical analysis of available literary sources, it was discovered that some international projects have been developed and actively implemented: The "IAAF Kids' Athletics" by the International Association of Athletics Federations (IAAF) and The "Shuttle Time" by the World Badminton Federation (BWF).*

*The main features of these programs are:*

- they are designed for 5–6 years old children;*
- new exercises and various motor tasks are offered;*
- boys and girls can play and compete together;*
- proposed loads have a safe impact on school-age children;*
- they form basic motor skills and skills;*
- you can play outdoors and indoors.*

*Conclusion. The "IAAF Kids' Athletics" and "Shuttle Time" programs are an advanced experience in massive engaging of children in sports.*

**Keywords:** *sports, mass sports, international sports federations, athletics, badminton, "IAAF Kids' Athletics", "Shuttle Time".*

Постановка проблеми та аналіз результатів останніх досліджень. Світовий і вітчизняний досвід демонструє, що засоби фізичної культури і спорту мають універсальну здатність в комплексі вирішувати проблеми підвищення рівня здоров'я населення, виховання та освіти дітей, підлітків та молоді, формувати здоровий морально-психологічний клімат в суспільстві.

Регулярні заняття фізичними вправами і спортом – запорука здорового і успішного життя для кожної людини, а особливо – для молодого покоління. Мета занять різними видами масового спорту – зміцнити здоров'я, поліпшити фізичний розвиток, підготовленість та активно відпочити. До елементів масового спорту значна частина молоді долучається ще в шкільні роки, а в деяких видах спорту – у дошкільному віці.

Основним змістом масового спорту є раціональне використання людиною рухової діяльності як фактору підготовки до життєвої практики, оптимізації свого фізичного стану і розвитку.

Проблема підвищення популярності і поширеності видів спорту в ще більшій мірі актуальна для міжнародних спортивних федерацій. Вони несуть відповідальність і проводять постійний контроль за розвитком відповідних видів спорту на всіх рівнях – від дитячо-юнацького до спорту вищих досягнень. Розвиток масовості і популяризація видів спорту є однією з основних статутних цілей всіх спортивних федерацій. Цим і пояснюється їх підвищена увага до розробки масштабних проектів по залученню підростаючого покоління до занять спортом.

Мета дослідження – вивчити передовий досвід міжнародних спортивних федерацій масового залучення дітей до занять спортом.

Метод дослідження. Вивчення й аналіз доступних наукових джерел.

Результати досліджень. На сьогоднішній день можна виділити лише три міжнародні спортивні федерації, які розробили і активно впроваджують такі проекти на міжнародному рівні, а саме:

- Міжнародна Асоціація Легкоатлетичних Федерацій (IAAF) – програма "Дитяча легка атлетика IAAF" з 2005 року;
- Всесвітня федерація бадмінтону (BWF) – навчальний проект "Shuttle Time" з 2012 року.

Ці проекти відповідають сучасним вимогам і мають за мету популяризацію своїх видів спорту серед школярів і залучення їх до активних і регулярних занять спортом.

Програма “Дитяча легка атлетика IAAF” є однією з найбільших програм розвитку спорту у світі. Вона впроваджена в 134 національних федераціях і досягла приблизної сукупної аудиторії понад 13 мільйонів дітей.

Завдання програми – зробити легку атлетичку спортивним заняттям номер один в школах, щоб залучити дітей до занять спортом взагалі та легкою атлетикою зокрема. [1]

Особливістю програми “Дитяча легка атлетикою IAAF” є те, що:

- змагаються тільки команди. Програма розрахована на три вікові групи: 7–8 років, 9–10 та 11–12 років (співвідношення хлопчиків і дівчаток приблизно однакове);
- змагання обов’язково проходять у формі багатоборства;
- використовується спеціальний інвентар (снаряди легші, безпечніші і адаптовані під дітей);
- заняття можуть відбуватись практично в будь-якому громадському місці: парку відпочинку, торговому центрі, пішохідній зоні, дитячому майданчику у дворі, тощо [3].

В рамках програми передбачено навчання вчителів (тренерів) для реалізації проекту “Дитяча легка атлетикою IAAF”. Курс складається з теоретичних, практичних занять та семінарів. Під час курсу лектори IAAF навчають вчителів сучасній вдосконаленій системі фізичного виховання дітей, новим варіаціям рухових завдань, а також надають методичні поради щодо побудови та наповнення занять фізичної культури. Різні форми занять допомагають педагогові побудувати свою роботу різноманітно та залучати до занять легкою атлетикою велику кількість учнів.

Всесвітня федерація бадмінтону (BWF) у 2012 році впровадила найбільш адаптовану для дитячого сприйняття програму популяризації бадмінтону під назвою “Shuttle Time”. Автори програми дотримувались принципу, згідно з яким діти повинні вести здоровий і активний спосіб життя, як в школі так і поза нею. [4]

Ця програма орієнтована на систематичне її використання в школі. Вона складається з інструкції для вчителів, 22 розроблених конспектів уроку та 92 відеокліпів до них. Всі конспекти поділено на 4 частини. Матеріал кожної опирається на знання і вміння отримані у попередніх частинах. Тривалість кожного заняття розрахована на 60 хвилин. Зміст заняття включає вправи на опанування технічних прийомів, розвиток фізичних якостей та містить велику кількість різноманітних ігор. Всі матеріали доступні на 17 мовах, що дозволяє вчителям (або інструкторам) з невеликим досвідом гри у бадмінтон проводити цікаві та змістовні заняття. Для того, щоб впровадження “Shuttle Time” в школах було більш ефективним, BWF розробила спеціальний практичний односторонній курс для вчителів. Зміст курсу ознайомлює вчителя, як проводити заходи за програмою “Shuttle Time” в різних навчальних ситуаціях, в тому числі: велика кількість учнів в обмеженому просторі; обмежене обладнання; діти з різним ступенем підготовленості; учні з фізичними або розумовими вадами.

Особливостями даної програми є те, що:

- розрахована на участь дітей віком від 5 до 15 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;
- формує основні рухові вміння та навички;
- відповідає основним цілям шкільної програми;
- використовується відносно недороге обладнання;
- грати можна на відкритому повітрі та в приміщенні
- розроблені комплекси вправ для людей з обмеженими можливостями (пара-бадмінтон);

- дозволяє дітям прогресувати у відповідності зі своїми віковими здібностями. [2]

#### Висновок.

Проекти “Дитяча легка атлетика IAAF” і “Shuttle Time” є передовим досвідом масового залучення дітей до занять спортом. Учасники проектів отримують задоволення займаючись зі своїми друзями, навчаються спілкуватися у колективі, формують культуру здорового способу життя та основні рухові вміння і навички.

Впровадження даних проектів робить внесок у досягнення цілей, які викладені в Олімпійській хартії, а зокрема розвиток певного виду спорту у всьому світі та поширення ідей олімпізму.

1. Бегай! Прыгай! Метаі! Офішальное руководство ИААФ по обучению легкой атлетике / под ред. В.В. Балахничева, В.В. Зельченко. – М. : Советский спорт, 2013. – 216 с.
2. Ієднак В. “SHUTTLE TIME” : навчальний проект всесвітньої федерації бадмінтону [Електронний ресурс] / Ієднак В. // Молодь та олімпійський рух : збірник тез доповідей X Міжнародної наукової конференції, 24–25 травня 2017 року. – К., 2017. – С. 254–255. – Режим доступу : [http://www.uni-sport.edu.ua/sites/default/files/vseDocumenti/zbirnyk\\_tez\\_2017\\_na\\_sayt.pdf](http://www.uni-sport.edu.ua/sites/default/files/vseDocumenti/zbirnyk_tez_2017_na_sayt.pdf).
3. Ієднак В. “Дитяча легка атлетика” : інноваційний проект розвитку масового спорту / Ієднак В. // Молода спортивна наука України // Збірник тез доповідей / за заг.ред. Є.Пристаупи. Вип. 21 : у 4-х т. – Львів : ЛДУФК, 2017. – С. 13.
4. Режим доступу : <http://bwfshuttletime.com/about>.

#### References:

1. Behai! Pryhai! Metai! Ofytsyalnoe rukovodstvo YAAF po obucheniu lehkoj atletyke / pod red. V.V. Balakhnycheva, V.V. Zelychenok. – M. : Sovetskyi sport, 2013. – 216 s.
2. Iednak V. “SHUTTLE TIME” : navchalnyi proekt vsesvitnoi federatsii badmintonu [Elektronnyi resurs] / Iednak V. // Molod ta olimpijskyi rukh : Zbirnyk tez dopovidei X Mizhnarodnoi naukovoї konferentsii, 24–25 travnia 2017 roku. – K., 2017. – S. 254–255. – Rezhym dostupu : [http://www.uni-sport.edu.ua/sites/default/files/vseDocumenti/zbirnyk\\_tez\\_2017\\_na\\_sayt.pdf](http://www.uni-sport.edu.ua/sites/default/files/vseDocumenti/zbirnyk_tez_2017_na_sayt.pdf).
3. Iednak V. “Dytiacha lehka atletyka” : innovatsiinyi proekt rozvytku masovoho sportu / Moloda sportyvna nauka Ukrainy / Iednak V. // Zbirnyk tez dopovidei. / za zah.red. Ye.Prystupy. Vyp. 21: u 4-kh t. – Lviv : LDUFK, 2017. – S. 13.
4. Rezhym dostupu : <http://bwfshuttletime.com/about>.

УДК 316.343.37-053.5:711.558 (438)

Станіслав Заборняк, Павел Круль,  
Богдан Мицкан, Гетяна Мицкан

### ФОРМИ ПРОВЕДЕННЯ ДОЗВІЛЛЯ ДІТЕЙ СІЛЬСЬКОЇ МІСЦЕВОСТІ ПОЛЬЩІ

### FORMY WYKORYSTANIA CZASU WOLNEGO PRZEZ DZIECKO WIEJSKIE W POLSCE

*У цій роботі обговорюються способи проведення вільного часу школярами. Вона базується на дослідженні, проведеному в школах Польщі. Дослідження складалося з вибіркового спостереження, інтерв'ю та опитування. Опитування включало 30 питань про фінансові ситуації, інтереси, ставлення до спорту та відпочинку, що дало широке розуміння способів проведення вільного часу дітьми. Протокол і висновки з вибіркового спостереження було зафіксовано в спеціальному журналі. Інтерв'ю проводилося за анкетною, яка була підготовлена заздалегідь.*

**Ключові слова:** фізична культура, дозвілля, школярів.

*This thesis discusses ways of spending free time by country children. It is based on the research conducted in Zespół Szkół w Trzyczcy. The research consisted of sample observations, an interview and a survey. The survey included 30 questions about financial situations, interests, attitudes towards sport and recreation, thus giving a broad understanding of the ways of spending free time by the subjects. The course of and*