

Великим завданням в розвитку гімнастики на майбутнє є підвищення її ролі в системі фізичного виховання в Україні, залучення до систематичних занять різними видами гімнастики широких верств населення нашої держави і підготовки висококваліфікованих спортсменів, здатних захищати честь України на міжнародній арені.

#### **Список літератури.**

В ході написання статті було використано матеріали зі спілкування з старожилами міста: відомий професор Тернопільської гімназії Осоковський П. В., Мазуркевич Е. М., Малачинський Ю. М., а також тренерами зі спортивної гімнастики ДЮСШ №2 м. Тернополя, викладачами ТНПУ ім. В. Гнатюка.

**Галан Я.П. <https://orcid.org/0000-0002-7024-5690>**  
**Дудіцька С.П. <https://orcid.org/0000-0001-5015-2465>**  
**Мосейчук Ю. Ю. <https://orcid.org/0000-0002-2457-6552>**

## **СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ ДІТЕЙ ДО ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ**

**Чернівецький національний університет  
ім. Ю. Федьковича**

**Annotation.** The publication raises questions regarding the social and psychological adaptation of children, in particular internally displaced persons, to the educational process in modern conditions. It also reveals the relevance of solving the specified problem by means of physical culture and sports and motor activity.

One of the universal and most effective means of socio-psychological adaptation of children to the educational process is motor activity, a healthy lifestyle, physical culture and sports. Thanks to this, we are able to raise healthy, strong, hardy Ukrainians. Involvement of children in motor activity, a healthy lifestyle, physical culture and sports has a positive effect on the level of their adaptation to modern conditions, adaptation to the educational process and successful learning in a new environment.

**Key words:** socio-psychological adaptation, children, motor activity, educational process, physical culture.

**Анотація.** У публікації порушуються питання щодо соціально-психологічної адаптації дітей, зокрема внутрішньо переміщених осіб, до освітнього процесу в сучасних умовах. Також розкривається актуальність вирішення зазначеної проблеми засобами фізичної культури та спорту і рухової активності.

Одним з універсальних та найбільш дієвих засобів соціально-психологічної адаптації дітей до освітнього процесу вважаємо саме рухову активність, здоровий спосіб життя, фізичну культуру і спорт. Завдяки цьому ми маємо змогу виховати здорових, сильних, витривалих українців. Залучення дітей до рухової активності, здорового способу життя, занять фізичною культурою і спортом позитивно впливає на рівень їхньої адаптації до сучасних умов, пристосування до освітнього процесу та успішне навчання у новому середовищі.

**Ключові слова:** соціально-психологічна адаптація, діти, рухова активність, освітній процес, фізична культура.

**Актуальність теми дослідження.** Питання соціально-психологічної адаптації дітей сьогодні набуло значної актуальності, враховуючи теперішні реалії та умови життєдіяльності. Проте найбільше та найгостріше ці зміни переживають саме діти, які стикнулися з потребою пристосування до нових умов життя і освітнього процесу, зміною звичного середовища та колективу.

У сучасних умовах дієвим засобом підвищення соціально-психологічної адаптації дітей є рухова активність та фізична культура, які слугують не лише елементами покращення фізичного здоров'я дітей, а й психологічного [4; 5].

**Мета дослідження:** висвітлення питань соціально-психологічної адаптації дітей засобами фізичної культури, показ важливості рухової активності у процесі пристосування до освітнього процесу.

**Методи дослідження:** аналіз та узагальнення науково-методичної літератури, логіко-теоретичний аналіз, компаративний аналіз, метод синтезу та систематизації, методи педагогічної діагностики.

**Результати досліджень.** У сучасних умовах рухова активність і фізична культура відіграють одну з важливих ролей для забезпечення соціально-психологічної адаптації дітей, фізичного та морального розвитку сучасного покоління.

Активне залучення дітей до систематичних занять фізичними вправами, спортом та руховою активністю дає змогу дітям уникнути негативних наслідків, спричинених теперішніми подіями, легше адаптуватися до нових умов проживання та освітнього процесу, підвищити рівень успішності навчання у школі, зменшити захворюваність дітей на тлі сучасних реалій, боротися зі стресом та психологічними травмами, що з'явилися у результаті зміни звичного середовища тощо [1; 5].

Заняття фізичними вправами, рухова активність є чи не найважливішим чинником у формуванні здорового способу життя, стійкого психологічного здоров'я дітей. Загальновідомо, що рухова й фізична активність підвищують нервово-психічну стійкість, знижують рівень емоційного стресу, підтримують фізичну і розумову працездатність, що доводить їхній позитивний і вагомий вплив для соціально-психологічної адаптації дітей [2; 3; 4].

Дослідження проводилося у рамках діяльності громадської організації «МОЛОДЬ. НАУКА. СПОРТ. ЗДОРОВИЙ РУХ УКРАЇНИ». З травня до грудня 2022 року було проведено низку заходів, спрямованих на мотивацію до занять фізичною культурою і спортом, руховою активністю з метою соціально-психологічної адаптації дітей до нових умов життя та освітнього процесу, підвищення рівня їхнього психологічного й фізичного здоров'я, зняття тривожності та стресу (Рис. 1). Благодійні заходи та майстер-класи були націлені на надання психологічно-фізичної підтримки засобами фізичної культури та спорту [3].

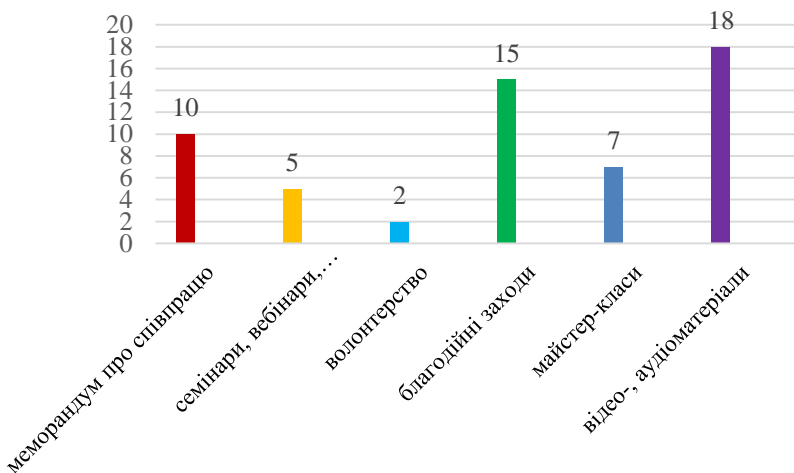


Рис.1. Кількість заходів для дітей, школярів та молоді

Під час цих заходів діти з різних регіонів України мали змогу долучитися до широкого спектру фізкультурно-рекреаційних та освітніх заходів (Рис. 2). У сьогоднішніх умовах рухова активність відіграє неабияку роль для розвитку дітей, саме тому метою таких заходів є прищеплення любові до активного та цікавого способу життя, що у свою чергу слугує важливим елементом у соціально-психологічній адаптації [1; 3].





Рис. 2. Фізкультурно-рекреаційні та освітні заходи для дітей, школярів та ВПО

Шляхом заохочення дітей до занять фізичною культурою і спортом відбувається підвищення їхньої рухової активності, що допомагає повернутися до повсякденного життя і позбутися стресу, набутого в сучасних умовах.

**Висновки.** Отже, у результаті діяльності громадської організації «МОЛОДЬ. НАУКА. СПОРТ. ЗДОРОВИЙ РУХ УКРАЇНИ» було реалізовано значну кількість благодійних заходів і майстер-класів, завдяки яким відбулося не лише заохочення дітей до занять фізичною культурою, спортом і руховою активністю, а й створення відповідних умов для їхньої соціально-психологічної адаптації в сучасних реаліях, боротьба з негативними наслідками, що з'явилися в результаті останніх подій, та надання необхідної фізичної та психологічної підтримки дітям.

Реалізовані заходи та загалом діяльність організації створює сприятливі умови для життєдіяльності дітей з різних регіонів України та допомагає їм якомога легше адаптуватися до освітнього процесу.

#### **Список літератури.**

1. Галан Я.П. (2022). МОЛОДЬ. НАУКА. СПОРТ. ЗДОРОВИЙ РУХ УКРАЇНИ – ЗАПОРУКА МАЙБУТНЬОГО ДІТЕЙ. *Матеріали Всеукраїнської наукової конференції / За заг. ред. Огністого А.В., Огністої К.М., Тернопіль, 54-57.*

2. Галан Я.П. Олімпійська освіта в контексті патріотичного виховання дітей : монографія. Чернівці: Чернівец. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2022. – 216 с.

3. Галан Я.П., Огнистий А.В., Огниста К.М., Бешлей О.В. (2022). Інноваційні форми олімпійської освіти в процесі дистанційного навчання. *Інноваційна педагогіка*, Вип. 49. Т. 1. С. 32-38.

4. Дутчак М. (2015). Парадигма оздоровчої рухової активності: теоретичне обґрунтування і практичне застосування. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. (2), С. 44-52.

5. Приходько В. В. (2016). Рухова активність. Звичка до занять фізичною культурою. Фізкультурна діяльність особи. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. № 1 (55). С. 293-35.

**Грубар І.Я.** <https://orcid.org/0000-0002-0809-1299>  
**Грабик Н.М.** <https://orcid.org/0000-0002-8882-9782>  
**Гулька О.В.** <https://orcid.org/0000-0002-8364-5941>

## **ВИНИКНЕННЯ ТА РОЗВИТОК АДАПТИВНОГО СПОРТУ**

**Тернопільський національний педагогічний університет  
ім. В. Гнатюка**

**Анотація.** У статті предствлені результати дослідження умов виникнення та розвитку адаптивного спорту, як засобу соціальної інтеграції осіб з особливими потребами. Визначено зміну ставлення суспільства до людей із фізичними вадами в історичному аспекті: починаючи від фізичного знищення, невизнання, ізоляції до необхідності соціальної інтеграції. На основі аналізу досліджень закордонних і вітчизняних фахівців визначено різноманітні підходи до періодизації розвитку адаптивного спорту загалом і в Україні зокрема.

**Ключові слова:** адаптивний спорт, особи з особливими потребами, соціальна інтеграція.

**Annotation.** The article presents the results of research into the conditions for the emergence and development of adaptive sports as a means of social integration of persons with special needs. The change in society's attitude to people with physical disabilities in the historical aspect is determined: starting from