

ЛАКРОС ЯК ІННОВАЦІЙНИЙ ВИД РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ШКОЛЯРІВ

Бала Тетяна, Петрова Ангеліна

Харківська державна академія фізичної культури, Харків

Анотація. У статті висвітлено історію виникнення та розвитку гри лакрос, її особливості як інноваційного виду рухової діяльності у світі й в Україні. Розглянуто сучасний стан та перспективи впровадження лакросу в систему фізичного виховання школярів. *Мета дослідження:* розглянути особливості розвитку та становлення гри лакрос як інноваційного засобу фізичного виховання. *Методи дослідження:* теоретичний аналіз і узагальнення науково-методичної літератури, контент-аналіз джерел з мережі Інтернет. *Результати.* Аналіз літературних джерел свідчить, що лакрос має глибоке культурне коріння, адже його витоки сягають XII століття, коли гра використовувалася корінними народами Північної Америки для фізичної підготовки воїнів, проведення ритуальних обрядів, тощо. Упродовж XIX–XX століть відбулося поширення лакросу у світі, його інтеграція в систему освіти різних країн і визнання на міжнародному рівні. В Україні розвиток лакросу розпочався у 2010 році, а в останні роки цей вид спорту набуває популярності серед школярів та інтегрується в систему фізичного виховання через пілотні освітні проєкти в межах Нової української школи. *Висновки.* У результаті проведеного аналізу встановлено, що лакрос є видом спорту з виразною історико-культурною спадщиною, який успішно трансформується у сучасну інноваційну форму рухової активності та має значний потенціал для впровадження в освітній процес з фізичного виховання.

Ключові слова: гра лакрос, історія спорту, фізична культура, учні закладів загальної середньої освіти, нова українська школа.

Вступ. Пошук нових форм рухової активності для школярів є актуальним завданням сучасної педагогіки. Зміна інтересів молоді, зниження рівня фізичної підготовленості, поширення малорухливого способу життя вимагають оновлення підходів до фізичного виховання (Petrova & Bala, 2021; Petrova et al., 2022; Masliak et al., 2023). Серед інноваційних засобів, які можуть зацікавити школярів, є лакрос – командна гра з глибокими історичними традиціями, яка гармонійно компенсує рухову активність, командну взаємодію та стратегічне мислення. Її унікальність полягає в поєднанні елементів хокею, баскетболу та футболу, що робить її динамічною, видовищною та адаптивною до різного віку й фізичних можливостей людини ("World Lacrosse", n.d.; "Вікіпедія", 2024). Отже, історія лакросу, його становлення у світі та в Україні, а також впровадження в освітній процес закладів загальної середньої освіти потребують детального вивчення.

Мета дослідження: розглянути особливості розвитку та становлення гри лакрос як інноваційного засобу фізичного виховання.

Методи дослідження. У дослідженні використано методи теоретичного аналізу й узагальнення науково-методичної літератури, а також контент-аналіз матеріалів з мережі Інтернет.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дослідження проведено згідно Тематичного плану Харківської державної академії фізичної культури наукової теми «Вдосконалення процесу фізичного виховання різних верств населення» на 2020–2026 рр. (номер державної реєстрації 0120U101110).

Результати дослідження та їх обговорення. Лакрос як вид рухової активності має багатовікову історію, що сформувалася впродовж тривалого історичного періоду. Його зародження можна простежити ще з XII століття, коли в нього грали корінні народи Північної Америки. Початкова форма проведення

гри мала не лише розважливу функцію, а й глибоке духовне, культурне та воєнне значення. Ігри проводились упродовж кількох днів, проходили на великих просторах і могли залучати від сотень до кількох тисяч учасників. Основною метою було не лише фізичне змагання, а й підготовка воїнів, відновлення здоров'я та проведення ритуалів. Першими європейцями, які побачили цю гру, стали французькі місіонери-єзуїти. Один із них, Жан де Бребьоф, у 1636 році спостерігав за грою гуронів і назвав її «la crosse» через подібність палиці до єпископського жезла. Згодом, у 1834 році, індіанці каунавага продемонстрували лакрос у Монреалі, що стало початком популяризації гри серед канадців. У середині XIX століття лакрос поступово утвердився як популярна командна гра в Канаді, що згодом сприяло його визнанню національним літнім видом спорту. У 1867 році Вільям Джордж Бірс сформулював перші офіційні правила гри. Згодом, лакрос поширився у США, Великій Британії, Австралії, країнах Європи та Азії. Наприкінці XIX – на початку XX століття лакрос став популярним у навчальних закладах США, Канади, Великої Британії та Австралії ("World Lacrosse", n.d.; "Вікіпедія", 2024).

Цікавим є той факт, що лакрос був включений до програми Олімпійських ігор у 1904 та 1908 роках, а пізніше демонструвався у 1928, 1932 та 1948 роках.

У 1970-х роках були створені міжнародні федерації чоловічого та жіночого лакросу, які у 2008 році об'єдналися в одну організацію – Міжнародну федерацію лакросу. І, лише, у 2021 році Світовий лакрос отримав повне визнання МОК, що стало ключовим кроком до його включення у програму Олімпійських ігор 2028 року в Лос-Анджелесі ("World Lacrosse", n.d.; "Вікіпедія", 2024).

Аналізуючи особливості розвитку лакросу в Україні, слід зазначити, що історія лакросу в Україні бере початок з квітня 2010 року, коли Sharon Heiny провела перші демонстрації гри. Подальший розвиток лакросу пов'язаний з Романом Фіщуком, який у грудні 2011 року долучився до популяризації лакросу, завдяки чому європейська федерація надала інвентар. У цей період зародилася команда в Рівному, а у квітні 2012 року було створено першу дитячу команду. Наступні роки відзначилися розвитком регіональних команд, створенням

лакрос-таборів та проведенням першого Кубку України у 2014 році. Згодом, українські спортсмени брали участь у міжнародних змаганнях з лакросу, що стало важливим чинником для інтеграції цього виду спорту в національну спортивну систему. Лакрос набув поширення у низці регіонів України, зокрема у таких містах, як Київ, Харків, Львів, Дніпро та Тернопіль, що свідчить про зацікавленість у розвитку цього виду спорту в різних частинах країни. Слід зазначити, що Федерацію лакросу України офіційно зареєстровано 28 лютого 2017 року. У 2019 році Україна увійшла до складу World Lacrosse, що стало важливим етапом інституціоналізації лакросу в нашій державі ("World Lacrosse", n.d.; "Вікіпедія", 2024).

Інтеграція лакросу в освітній процес школярів закладів загальної середньої освіти відбувається в межах Нової української школи (НУШ). Так, у 2021–2023 роках у Києві та Львові реалізувалися пілотні освітні проєкти із впровадження лакросу в освітній процес з фізичного виховання школярів закладів загальної середньої освіти (ЗЗСО). Слід зазначити, що модельна навчальна програма «Фізична культура. 5–9 класів» НУШ передбачає використання різноманітних варіативних модулів і надає можливість впроваджувати нові види спорту, зокрема лакрос (Педан та ін., 2022; Баженков та ін., 2024).

Так, у 2024 році в Милорадівській загальноосвітній школі I–III ступенів було презентовано варіативний модуль «Лакрос», що є частиною реалізації інноваційних підходів у фізичному вихованні школярів ("Poltava Rock", 2024). Згодом, у Чернівцях деякі школи запровадили лакрос у межах модельної навчальної програми «Фізична культура. 5-9 класи» для ЗЗСО, що сприяло зростанню інтересу та активності учнів ("Нова українська школа", 2024).

Таким чином, проаналізувавши історичні витоки, міжнародний досвід та сучасні тенденції впровадження лакросу в Україні, можна стверджувати, що цей вид спорту має значний потенціал для використання як інноваційного засобу фізичного виховання. Його інтеграція в освітній процес відповідає сучасним потребам шкільної освіти.

Висновки. У результаті проведеного аналізу встановлено, що лакрос є видом спорту з виразною історико-культурною спадщиною, який успішно трансформується у сучасну інноваційну форму рухової активності та має значний потенціал для впровадження в освітній процес з фізичного виховання.

Перспективи подальших досліджень у даному напрямку можуть бути спрямовані на визначення ступеня впливу вправ лакросу на показники фізичного здоров'я школярів закладів загальної середньої освіти.

Список використаних джерел

References

- Баженков Є. В., Бідний М. В., Ребрина А. А., Данільченко В. О., Коломоєць Г. А., Дутчак М. В. (2024). Фізична культура. 5–9 класи: Модельна навчальна програма для закладів загальної середньої освіти.
<https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/zagalna%20serednya/Navchalni.prohramy/2024/Model.navch.prohr.5-9.klas-2024/fizkult-5-9-kl-bazhenkov-ta-in-22-08-2024.pdf>
- Вікіпедія. (2024, 12 березня). *Лакрос*. Вікіпедія.
<https://uk.wikipedia.org/wiki/Лакрос>
- Нова українська школа. (2024, 6 лютого). *Як у школах Чернівців впровадили 14 нових видів спорту*. <https://nus.org.ua/2024/02/06/ne-propuskayut-zhoden-urok-fizkultury-yak-u-shkolah-chernivtsiv-vprovadyly-14-novyh-vydiv-sportu/>
- Педан, О. С., Коломоєць, Г. А., Боляк, А. А., Ребрина, А. А., Дерев'янко, В. В., Стеценко, В. Г., Остапенко, О. І., Лакіза, О. М., Косик, В. М., та ін. (2022). Фізична культура. 5–6 класи: Модельна навчальна програма для закладів загальної середньої освіти.
<https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/Navchalni.prohramy/2021/14.07/Model.navch.prohr.5-9.klas.NUSH-poetap.z.2022/Fiz.kult.5-6.kl.Pedan.ta.in.22.08.2022.pdf>
- Masliak, I., Mameshina, M., & Jagiello, M. (2023). Physical Activity and cardiovascular function in 9-year-old schoolchildren: implications for health

and well-being. *Physical Culture, Recreation and Rehabilitation*, 2(1), 18–23.

<https://doi.org/10.15561/physcult.2023.0103>

Petrova, A., & Bala, T. (2021). Influence of crossfit exercises on the power abilities of high school pupils. *Slobozhanskyi herald of science and sport*, 9(6), 86–98.

Retrieved from https://journals.urau.ua/sport_herald/article/view/252519

Petrova, A., Bala, T., Masliak, I., & Mameshina, M. (2022). The effect of CrossFit exercises on the physical health level of 16–17-year-old boys. *Journal of Physical Education and Sport*, 22(4), 955–961.

<https://doi.org/10.7752/jpes.2022.04121>

Poltava Rock. (2024, 7 листопада). Презентація варіативного модуля «Лакрос» в Милорадівській школі [Оновлення статусу]. Facebook.

<https://www.facebook.com/61558082001046/posts/122155899248269400/>

World Lacrosse. (n.d.). *World Lacrosse*. <https://worldlacrosse.sport/>

Конфлікт інтересів

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

Відомості про авторів

Тетяна Бала

Харківська державна академія фізичної культури, Україна

<https://orcid.org/0000-0002-5427-6796>

Ангеліна Петрова

Харківська державна академія фізичної культури, Україна

<https://orcid.org/0000-0001-6400-8624>

Отримано: 19.03.2025. Прийнято: 25.03.2025. Опубліковано: 28.03.2025.
