



УДК 796.323.4/373.2-053.4

# Використання засобів корфболу у фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку

Пасічник В. М., Мельник В. О., Мандюк А. Б., Яцковський В. В.

*Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського*

## Анотація

**Мета.** Мета дослідження – експериментально обґрунтувати та експериментально перевірити ефективність програми фізкультурно-оздоровчих занять засобами корфболу на показники функціонального стану та соціальної компетентності дітей старшого дошкільного віку.

**Матеріал і методи.** Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення науково-методичної літератури; педагогічні методи дослідження (педагогічне спостереження, педагогічний експеримент, педагогічне тестування); медико-біологічні методи дослідження; психодіагностичні методи дослідження; методи математичної статистики. Для оцінювання стану серцево-судинної системи дітей у ході дослідження було використано медико-біологічні методи, що передбачали аналіз основних фізіологічних показників, зокрема артеріального тиску (АТ, мм рт. ст.) та частоти серцевих скорочень у спокійному стані (ЧСС, уд./хв<sup>-1</sup>). Функціональні можливості дихальної системи оцінювалися за допомогою спірометрії шляхом вимірювання життєвої ємності легень (ЖЄЛ) за загальноприйнятою методикою із застосуванням водяного спірометра Spirobank USB. Додатково реєструвалася частота дихальних рухів (ЧД), яку визначали протягом однієї хвилини. З метою вивчення особливостей міжособистісної взаємодії, структури соціальних контактів і симпатій у дитячому колективі було використано соціометричну методику «Два будиночка». У дослідженні взяли участь 60 вихованців закладу дошкільної освіти віком 5-6 років. Дітей було випадково поділено на дві рівноцінні групи по 30 осіб, що не мали статистично значущих відмінностей ( $p > 0,05$ ). Експериментальна група налічувала 12 дівчаток і 18 хлопчиків, а контрольна 13 дівчаток і 17 хлопчиків. Процес фізичного виховання у КГ базувався на програмі «Я у Світі» та загальноприйнятих методичних рекомендаціях, із використанням елементів спортивних ігор. В ЕГ зміст процесу фізичного виховання був доповнений розробленим програмним матеріалом із використанням засобів корфболу.

**Результати.** Подано наукове обґрунтування програми фізкультурно-оздоровчих занять з використанням елементів корфболу для дітей старшого дошкільного віку. Розкрито мету, завдання, принципи, зміст, методи та форми її реалізації. Програма спрямована на зміцнення фізичного здоров'я, підвищення функціонального стану, розвиток рухових умінь, соціальної компетентності та виховання ціннісних орієнтацій дітей 5–6 років. Представлено трьохетапну структуру занять (адаптивно-розвивальний, підготовчо-технічний, активно-ігровий), що включає використання різних форм і засобів рухової діяльності, у тому числі ігор з елементами корфболу. Результати педагогічного експерименту довели позитивний вплив програми на показники функціонального стану (ЧСС, артеріальний тиск, частота дихання, життєва ємність легень) та соціометричний статус дітей експериментальної групи, що підтверджує її ефективність для фізичного та соціального розвитку дошкільнят.

**Висновки.** У дослідженні доведено ефективність програми фізкультурно-оздоровчих занять із використанням елементів корфболу для дітей 5–6 років. Застосування засобів корфболу у фізичному вихованні дітей сприяло зміцненню здоров'я, покращенню функціонального стану кардіореспіраторної системи (зниження ЧСС, зростання САТ, ДАТ, ЖЄЛ, зменшення ЧД), а також розвитку соціальної компетентності. Діти експериментальної групи продемонстрували вищий рівень взаємовідносин та дружності у колективі, що свідчить про позитивний виховний ефект програми.

**Ключові слова:** корфбол; засоби; фізичне виховання; діти старшого дошкільного віку.

## Abstract

### Use of Korfball Means in Physical Education of Older Preschool Children

V. Pasichnyk, V. Melnyk, A. Mandiuk, V. Yatskovskyi

**Purpose.** The study aimed to experimentally substantiate and verify the effectiveness of a physical education and health-improving program using korfball in influencing the functional state and social competence of preschool children aged 5–6 years.

**Material and Methods.** Research methods included theoretical analysis, pedagogical observation, pedagogical experiment, testing, biomedical and psychodiagnostic methods, and mathematical statistics. Functional indicators of the cardiovascular system (blood pressure, resting heart rate) and respiratory system (vital lung capacity, respiratory rate) were assessed. Social competence was evaluated using the sociometric method "Two Houses." The study involved 60 children divided randomly into control ( $n=30$ ) and experimental ( $n=30$ ) groups. The control group followed the standard program "I am in the World" with elements of sports games, while the experimental group was additionally engaged in the author's program based on korfball.





**Results.** The program of physical education and health-improving activities using korfbal was scientifically substantiated and structured into three stages: adaptive-developmental, preparatory-technical, and active-game. It aimed to improve physical health, functional condition, motor skills, social competence, and value orientations of preschool children. The pedagogical experiment confirmed the positive impact of korfbal on cardiovascular and respiratory parameters (decreased HR, increased SBP, DBP, VC, reduced RR) as well as on children's sociometric status, indicating improved interpersonal relations and group cohesion.

**Conclusions.** The effectiveness of the program was confirmed: korfbal contributed to strengthening health, improving the functional state of the cardiorespiratory system, and enhancing social competence in 5–6-year-old children. Children in the experimental group demonstrated better interpersonal relations and higher group cohesion, proving the educational and developmental value of the program.

**Keywords:** korfbal; means; physical education; preschool children.

## Вступ

Трансформаційні процеси, що відбуваються у соціально-політичній та організаційно-економічній сферах суспільства, мають безпосередній і суттєвий вплив на розвиток національної системи освіти. У таких умовах особливої актуальності набуває забезпечення безперервності, узгодженості й ефективності освітніх впливів, спрямованих на формування особистості дитини в процесі навчання та виховання.

Дошкільний період є надзвичайно важливим етапом онтогенезу, оскільки саме в цей час відбувається становлення особистісних рис, інтенсивний розвиток пізнавальної та фізичної сфер, а також формування основ здоров'я та життєвих компетентностей (Wilczkowski, 2012; Пангелова, 2013; Пангелова & Пивовар, 2018; Пасічник & Пітин, 2025).

У численних нормативно-правових документах підтверджено пріоритетність завдань розвитку дошкільної освіти з акцентами на збереження та зміцнення фізичного, психічного, соціального й духовного здоров'я дитини.

Сучасне соціальне середовище суттєво впливає на фізичний і психічний розвиток дітей. Соціально-економічні фактори, швидкий ритм життя та інтенсивний розвиток технологій змінюють освітньо-виховний процес, збільшуючи навчальне навантаження і переважаючи малорухомих форм діяльності. Це створює передумови для погіршення показників фізичного стану дітей дошкільного віку (Андрєєва & Сухомлинов, 2021; Москаленко et al., 2019; Петренко, 2017; Pityn et al., 2018).

Рухова активність розглядається як базова умова існування й розвитку людини, невід'ємний чинник її життєдіяльності та поведінкової активності у дошкільному віці. У цьому контексті особливої ваги набуває фізичне виховання, яке в освітньому середовищі закладу дошкільної освіти виступає системоутворювальним елементом усіх напрямів виховного процесу. Саме завдяки фізичному вихованню забезпечується формування не лише рухових умінь і навичок, але й розвиток моральних, інтелектуальних і психічних якостей дитини, що створює підґрунтя для становлення гармонійної, здорової особистості (Приступа et al., 2014; Пасічник & Пасічник, 2022; Пангелова, 2013).

Провідні вчені (Москаленко et al., 2019; Андрєєва & Сухомлинов, 2021; Пангелова, 2013; Пасічник & Пітин, 2025) у своїх працях акцентують на потребі кардинальної перебудови процесу фізичного виховання в навчальних за-

кладах, упровадженні інноваційних технологій, підходів щодо організації фізкультурно-оздоровчої роботи в системі навчання дітей.

Важливим напрямом фізичного виховання дітей дошкільного віку є використання різноманітних форм і засобів для їх гармонійного розвитку, серед яких важливе місце відведено ігровій діяльності (Пасічник & Пітин, 2025). Серед специфічних дитячих форм діяльності гра стоїть на першому місці. Виокремлені в програмі «Я у світі» сім ліній розвитку дошкільника пов'язані з ігровою діяльністю, яку, завдяки важливому внеску в емоційний, соціальний, фізичний, інтелектуальний і вольовий розвиток дитини, заслужено називають провідною діяльністю, що спонукає до її поширеного використання (Пасічник, 2020; Пасічник & Мельник, 2018).

За ствердженням науковців використання в дошкільному віці ігор з елементами спорту, як засобу і форми організації фізичного виховання, забезпечує всебічний розвиток дитини, створює умови для гуманізації педагогічного процесу, перетворює дитину з об'єкта соціально-педагогічного впливу в суб'єкт активної творчої діяльності на основі розвитку внутрішніх мотивів до самовдосконалення (Богініч & Бабачук, 2014, Пасічник et al., 2016). Тому одним із основних засобів гармонійного розвитку дитини, формування позитивного відношення до навколишнього світу, оптимального емоційного стану є використання засобів спортивних ігор, як одного із корисних та захоплюючих видів рухової діяльності, зокрема засобів корфболу (Пасічник & Талапа, 2020; Голод et al., 2024 Богініч & Бабачук, 2014; Петренко, 2017).

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Робота виконана згідно з планом науково-дослідної роботи кафедри спортивних і рекреаційних ігор Львівського державного університету фізичної культури імені Івана Боберського на тему «Удосконалення системи підготовки кваліфікованих спортсменів в ігрових видах спорту на різних етапах багаторічного удосконалення», № державної реєстрації 0122U001576.

**Мета дослідження** – експериментально обґрунтувати та експериментально перевірити ефективність програми фізкультурно-оздоровчих занять засобами корфболу на показники функціонального стану та соціальної компетентності дітей старшого дошкільного віку.

Відповідно до поставленої мети були сформульовані такі завдання:

1. Проаналізувати та узагальнити дані науково-мето-



дичної літератури з проблематики дослідження.

2. Розробити та обґрунтувати програму фізкультурно-оздоровчих занять з використанням засобів корфболу для дітей старшого дошкільного віку.

3. Експериментально перевірити ефективність програми фізкультурно-оздоровчих занять засобами корфболу на показники функціонального стану та соціальної компетентності дітей старшого дошкільного віку.

### Матеріал і методи

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення науково-методичної літератури; педагогічні методи дослідження (педагогічне спостереження, педагогічний експеримент, педагогічне тестування); медико-біологічні методи дослідження; психодіагностичні методи дослідження; методи математичної статистики. Для оцінювання стану серцево-судинної системи дітей у ході дослідження було використано медико-біологічні методи, що передбачали аналіз основних фізіологічних показників, зокрема артеріального тиску (АТ, мм рт. ст.) та частоти серцевих скорочень у спокійному стані (ЧСС, уд·хв<sup>-1</sup>). Функціональні можливості дихальної системи оцінювалися за допомогою спірометрії шляхом вимірювання життєвої ємності легень (ЖЄЛ) за загальноприйнятою методикою із застосуванням водяного спірометра Spirobank USB. Додатково реєструвалася частота дихальних рухів (ЧД), яку визначали протягом однієї хвилини. З метою вивчення особливостей міжособистісної взаємодії, структури соціальних контактів і симпатій у дитячому колективі було використано соціометричну методику «Два будиночка».

У дослідженні взяли участь 60 вихованців ЗДО віком 5-6 років. Дітей було випадково поділено на дві рівноцінні групи по 30 осіб, що не мали статистично значущих відмінностей ( $p > 0,05$ ). Експериментальна група налічувала 12 дівчаток і 18 хлопчиків, а контрольна 13 дівчаток і 17 хлопчиків. Процес фізичного виховання у КГ базувався на програмі «Я у Світі» та загальноприйнятих методичних рекомендаціях, із використанням елементів спортивних ігор. В ЕГ зміст процесу фізичного виховання був доповнений розробленим програмним матеріалом із використанням засобів корфболу.

Дослідження проводилося за наявності добровільної інформованої згоди батьків на участь дітей у випробуванні після детального ознайомлення з усіма особливостями проведення дослідження, які могли б вплинути на їх рішення.

Батьки учасників дали свою згоду на участь дітей в дослідженні, були проінформовані про його мету, процедури тестування та можливість відкликати свою згоду в будь-який час і з будь-якої причини. Дослідження виконано відповідно до Гельсінської декларації ВМА «Етичні принципи проведення медичних досліджень за участю людини».

Обґрунтування програми фізкультурно-оздоровчих занять із використанням засобів корфболу в освітньо-виховному процесі дітей 5-6 років обумовлено світовою тенденцією до зменшення вікових норм початку занять командними видами спорту, сучасними рекомендаціями про-

відних фахівців із теорії фізичного виховання та інноваційними методиками оздоровчої фізичної культури (Piesch & Mularczyk, 1997).

Засновуючись на передовому досвіді вітчизняної та зарубіжної практики можна відмітити, що одним з найбільш ефективних методів організації занять фізичними вправами дітей дошкільного віку є спортивно-ігровий, правильна організація якого сприяє удосконаленню основних фізичних та психічних якостей особистості (Пасічник & Пасічник, 2022; Пасічник & Талапа, 2020; Голод et al., 2024 Богініч & Бабачук, 2014; Петренко, 2017).

Розроблена програма фізкультурно-оздоровчої спрямованості з упровадженням елементів корфболу для дітей старшого дошкільного віку базується на положеннях концепції ігрової діяльності. Її структура охоплює такі ключові компоненти: мету, завдання, принципи побудови, засоби та методи реалізації, організаційні форми, способи впровадження, педагогічні умови й критерії оцінювання ефективності.

Мета програми полягає у підтримці та зміцненні здоров'я дітей, розвитку їхньої фізичної підготовленості, покращенні роботи організму і сприянні формуванню соціальних умінь у дітей віком 5–6 років.

Відповідно до встановленої мети розв'язувались основні завдання фізкультурно-оздоровчих занять засобами корфболу:

- оздоровчі: сприяння підвищенню рівня соматичного здоров'я; вдосконалення функціонування органів, систем і функцій організму;
- освітні: засвоєння відомостей щодо правил гри, її основних понять; формування рухових умінь і навичок; освоєння основ техніки корфболу; отримання спеціальних знань, необхідних для організованих і самостійних занять з корфболу; формування здорового способу життя засобами корфболу;
- розвивальні: сприяння оптимальному розвитку фізичних якостей;
- виховні: виховання культури поведінки; формування ціннісних орієнтацій на фізичне і духовне вдосконалення особистості; формування довільності поведінки; розвиток соціально значущих емоцій і морально-ціннісних почуттів; сприяння становленню гендерної культури та усвідомленню гендерної ролі дитини.

Програмування фізкультурно-оздоровчих занять здійснювалось згідно наступних принципів: соціально-педагогічні, спеціальні та дидактичні.

До соціальної групи увійшли принципи: гармонійного розвитку особистості та оздоровчої спрямованості. За спрямованістю педагогічних впливів – принципи навчання рухових дій, розвитку фізичних якостей, виховання особистісних якостей. До специфічної групи увійшли принципи: безперервності, прогресування тренувальних дій, циклічності, регулярності, орієнтації на належні норми.

До групи дидактичних увійшли принципи: свідомості та активності, наочності, доступності та індивідуалізації, систематичності, динамічності.

З урахуванням структурної побудови та взаємозв'язку компонентів програми, практичний зміст занять було реалізовано шляхом поєднання традиційних засобів фізичного виховання дітей дошкільного віку із елементами спортивної гри корфбол. До програми увійшли підвідні та спеціальні фізичні вправи, ігрові завдання, рухливі ігри, естафети з використанням елементів корфболу, а також ігри за спрощеними правилами, які застосовувалися відповідно до послідовності етапів навчального процесу.

Основними формами реалізації програми фізкультурно-оздоровчих занять із використанням засобів корфболу були: заняття з фізичного виховання, активний відпочинок дітей (прогулянки), заняття фізичною культурою з батьками в домашніх умовах.

Для реалізації програми фізкультурно-оздоровчих занять із елементами корфболу застосовувалися комплексні методи навчання: словесні, демонстраційні, практичні методи освоєння рухових дій, методи розвитку фізичних якостей, а також ігрові та змагальні підходи. Формування уявлень про рухові дії здійснювалося за допомогою самопроговорювання (ідеомоторного відтворення), що передбачало послідовне уявне виконання рухів.

Програма мала чотири основні напрями: теоретичний, фізичний, технічний та тактичний. Освоєння елементів гри у дітей було організовано за структурою: розвиток фізичних якостей, опанування базових технічних прийомів, формування початкових навичок командної взаємодії та набуття досвіду гри в складі команди. Організація навчального процесу передбачала різні способи розташування дітей під час виконання завдань – фронтальний, поточний, позмінний, колове тренування, груповий та індивідуальний.

Заняття склалися з підготовчої, основної та заключної частин. У підготовчій частині виконувалися розминка, загальнорозвивальні та дихальні вправи, рухливі ігри та ігрові вправи, що підводили до основного матеріалу. Основна частина передбачала розучування, закріплення та вдосконалення техніко-тактичних навичок, ігрові вправи та естафети, а також гру за спрощеними правилами. Заключна частина забезпечувала поступове зниження фізичного навантаження через легко дозовані вправи, ходьбу, повільний біг та малорухливі ігри для відновлення функціонального стану дітей.

Моторна щільність заняття повинна бути високою і досягати в середньому 60–80%. Заняття повинне мати високу функціональну цінність, тобто створювати умови для

повноцінного навантаження всіх основних м'язових груп, серцево-судинної і дихальної систем (пульсові режими у середньому 140–180 уд·хв<sup>-1</sup>) (табл. 1).

Основним принципом побудови заняття було чергування великих, середніх і малих тренувальних навантажень. Це забезпечує кращий оздоровчий ефект і оптимальне відновлення. Співвідношення різних за характером та інтенсивністю навантажень протягом фізкультурного заняття було таким: низької інтенсивності 10–15 %, середньої 65–75 %, великої 15–20 %.

Річний цикл фізкультурно-оздоровчих занять із використанням елементів корфболу побудований за трьома послідовними етапами, кожен із яких має власні завдання та зміст: 1) адаптивно-розвивальний, 2) підготовчо-технічний, 3) активно-ігровий.

Адаптивно-розвивальний етап характеризувався розподілом ігрових вправ та рухливих ігор, які містять рухові дії з основних рухів, що є основою технічних прийомів гри з елементами корфболу та спрямовані на ознайомлення й зацікавлення дітей іграми і вправами із спортивним інвентарем, на формування вміння відчувати властивості цього інвентарю.

На підготовчо-технічному етапі розподіл рухливих ігор та ігрових вправ з елементами корфболу відбувався за блоками засвоєння рухових дій, що належать до технічних ігрових прийомів.

Активно-ігровий етап передбачав організацію ігрової діяльності дітей для практичного застосування раніше засвоєних рухових навичок, включаючи техніко-тактичні прийоми гри з елементами корфболу, у реальних умовах закладу дошкільної освіти.

Процес навчання дітей основам гри у корфбол мав послідовний характер: від формування загального уявлення про руховий прийом до його первинного освоєння та подальшого закріплення в ігрових умовах. Алгоритм можна представити як циклічну схему «підготовча вправа – освоєння – гра», коли новий елемент спершу знайомить дітей у спрощеному форматі, далі відпрацьовується у практичних умовах, і нарешті закріплюється у повноцінній ігровій діяльності, що включає раніше вивчені та нові рухові навички. Тільки дотримання цієї послідовності дозволяє досягти ефективності навчання.

Для освоєння елементів гри рухові дії були розділені на кілька блоків: розвиток координації та орієнтування у просторі, навчання техніки володіння м'ячем, освоєння

**Таблиця 1.** Дозування фізичного навантаження під час виконання ігрових завдань

| Навантаження | Інтенсивність                          | Тривалість | Кількість повторень, інтервал відпочинку | Спрямованість впливу                                |
|--------------|----------------------------------------|------------|------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| Помірне      | Низька<br>100–130 уд·хв <sup>-1</sup>  | 2–5 хв     | 4–6 р.<br>15–30 с                        | Розвиток сили, гнучкості                            |
| Тонізуюче    | Середня<br>130–150 уд·хв <sup>-1</sup> | 6–9 хв     | 3–4 р.<br>1 хв                           | Розвиток координаційних якостей, сили, витривалості |
| Тренувальне  | Висока<br>150–180 уд·хв <sup>-1</sup>  | 5–8 хв     | 2–3 р.<br>1,5–2 хв                       | Розвиток швидкості, швидко-силових якостей          |

кидкових дій та комбіновані вправи для закріплення та вдосконалення раніше засвоєних навичок. Взаємозв'язок між блоками забезпечував послідовність та логічну інтеграцію навчального процесу.

На початковому етапі навчання переміщення діти виконували вправи без м'яча, спрямовані на розвиток базових рухових навичок: біг із різними варіантами руху, стрибки, зупинки та повороти. Ці вправи формували основи вибору позицій під час гри та закладали початки тактичного мислення і активної участі у командних взаємодіях. Одночасно відбувався розвиток фізичних якостей, зокрема спритності, і вдосконалення загальної рухової підготовленості дітей.

Наступний етап навчання був спрямований на освоєння основних технічних прийомів роботи з м'ячем. На початку дітей ознайомлювали з м'ячем, його формою, вагою та властивостями, формували вміння правильно утримувати його та виконувати рухи відповідно до відчуттів і контролю за об'єктом.

Особлива увага приділялася основним способам передачі м'яча, включаючи від грудей, передачу з відскоком від підлоги та однією рукою від плеча. Поступово вводили різні варіанти кидків у ціль: двома руками від підборіддя, двома руками знизу-вгору, однією рукою знизу-вгору, а також виконання кидків із різних вихідних положень. Спочатку вправи виконувалися з підвищеною траєкторією або в умовні мішені на землі, а після досягнення стабільності – у більш складних умовах, що наближені до реальної гри. Важливим аспектом навчання було формування правильної техніки тримання м'яча перед кидком та контроль за рухом м'яча очима до моменту досягнення цілі.

Програма передбачала поетапне ускладнення завдань та використання вправ, які поступово поєднували координаційні, технічні та тактичні елементи.

У процесі проведення ігор засобами корфболу формувались навички діяти спільно на основі взаєморозуміння і підтримки, вміння домовлятися, поважати бажання інших дітей. Під час проведення ігор постійно змінювались ігрові ролі з метою підтримання інтересу до спільної ігрової діяльності і на цій основі – формувались особистісні якості, дружні стосунки між дітьми, активність, організацій-

ні уміння. Моделювання різноманітних ігрових ситуацій сприяло формуванню взаємодопомоги, взаєморозумінню, піклуванню дітей про інших. Для дітей, які не користувались популярністю у групі, створювались ситуації успіху, що дозволяло нормалізувати відношення з однолітками.

## Результати дослідження

Для визначення ефективності впровадження програми фізкультурно-оздоровчих занять із використанням засобів корфболу у процес фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку було проведено формувальний експеримент.

У ході педагогічного експерименту виявлено статистично значущі зміни функціонального стану серцево-судинної та дихальної системи дітей ( $p < 0,05-0,01$ ) (рис. 1). Середньогрупові показники частоти серцевих скорочень (ЧСС) достовірно знизилися: у експериментальній групі зменшення склало близько 3% у дівчаток і хлопчиків ( $p < 0,05$ ), тоді як у контрольній групі ЧСС знизилася на рівні 2,5% ( $p < 0,05$ ), що свідчить про більш виражений вплив цілеспрямованої рухової активності в експериментальній групі.

Систолічний артеріальний тиск (САТ) демонстрував достовірне підвищення. У експериментальній групі приріст складав близько 4% у дівчаток і хлопчиків ( $p < 0,01$ ), у контрольній групі – близько 2% ( $p < 0,05$ ). Аналогічна тенденція спостерігалася для діастолічного артеріального тиску (ДАТ): у експериментальній групі достовірне збільшення становило 4–5% у дівчаток і 3–4% у хлопчиків ( $p < 0,05$ ), у контрольній групі – 3–4% ( $p < 0,05$ ). Це свідчить про оптимізацію гемодинамічних показників у дітей, що піддавалися систематичній руховій діяльності.

Середньогрупові показники частоти дихання (ЧД) достовірно зменшилися у всіх піддослідних: у експериментальній групі – на 6% ( $p < 0,01$ ), у контрольній – на 4–4,5% ( $p < 0,05$ ). Позитивна динаміка функцій дихальної системи підтверджується збільшенням життєвої ємності легень (ЖЄЛ): у дітей експериментальної групи дівчатка достовірно збільшили ЖЄЛ на 13% ( $p < 0,01$ ), хлопчики – на 9% ( $p < 0,05$ ), у контрольній групі приріст становив відповідно 9% ( $p < 0,05$ ) та 7% ( $p < 0,05$ ).

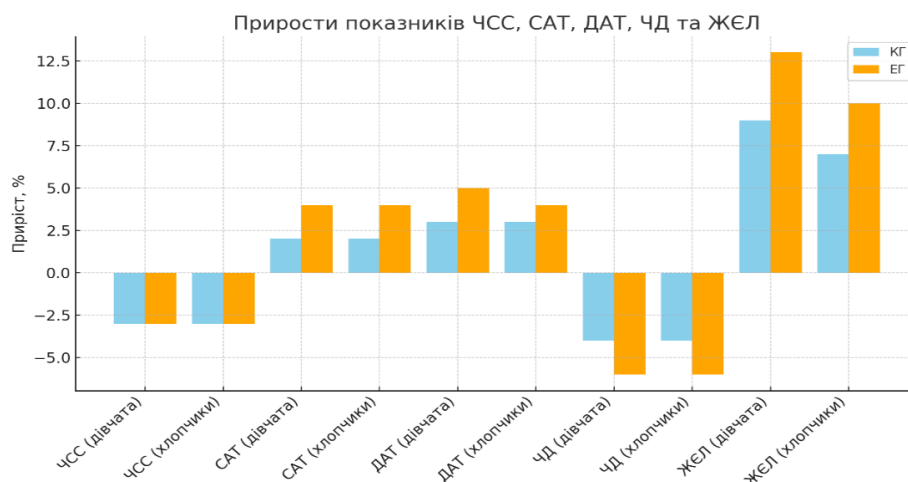


Рис. 1. Приріст показників функціонального стану дітей 5-6 років протягом експерименту (n=60)

Таким чином, результати дослідження показали, що цілеспрямована рухова та ігрова діяльність достовірно покращує функціональний стан серцево-судинної та дихальної системи дітей дошкільного віку, підвищує адаптаційні можливості організму і забезпечує більш ефективний розвиток фізіологічних показників у порівнянні з традиційними методами навчання. Наявність достовірних позитивних змін у більшості середньогрупових показників функціонального стану у дівчаток та хлопчиків ЕГ була зумовлена цілеспрямованим впливом застосованих ігор з елементами корфболу, що складала основу авторської програми фізкультурно-оздоровчих занять.

Дослідження за методикою «Два будиночки» дозволило оцінити, як діти дошкільного віку взаємодіють у колективі та будують особистісні стосунки. Аналіз показав, що деякі діти віддають перевагу позитивним контактам, активно спілкуються та радіють спільній діяльності, тоді як інші уникають взаємодії і виявляють менший інтерес до однолітків.

Початкові дані показали, що в обох групах (експериментальна та контрольна) присутні різні рівні соціальної популярності (рис. 2).

Найбільша частина дітей займала середній статус – вони активно спілкуються і добре взаємодіють з колективом, хоча іноді можуть виникати конфлікти. До групи лідерів та «соціометричних зірок» входили діти, які отримували найбільше позитивних виборів і часто опинялися в центрі уваги. Одночасно в обох групах були діти, які початково були ізольованими або знехтуваними, їм було складно встановлювати контакти та інтегруватися в колектив. Як можемо спостерігати на початку дослідження більшість дітей у обох групах займала середній соціометричний статус: приблизно 27% були «Прийманими» і 40–43% – «Визнаними». До групи «соціометричних зірок» увійшли 10–13% дітей, які отримали найбільше позитивних виборів. Також були діти з низьким статусом, яким важко знаходити спільну мову з однолітками.

Під час педагогічного експерименту виявили, що у дітей експериментальної групи спостерігалася значне по-

кращення соціального статусу. Кількість «визнаних» дітей зросла, водночас збільшилася й частка лідерів, а дітей із низьким соціальним статусом більше не було зафіксовано. «Визнаних» стало 57%, кількість «лідерів» зросла на 16,7%, а дітей зі статусом «Приймані» поменшало на 10%. Це свідчить про високий рівень доброзичливості та згуртованості колективу, а також про позитивний вплив цілеспрямованої рухової та ігрової діяльності на міжособистісні відносини.

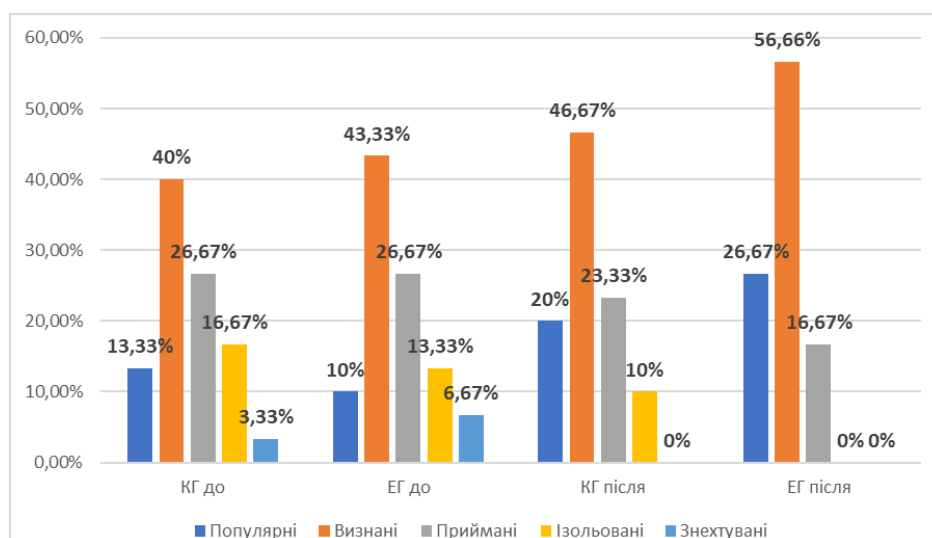
У контрольній групі також спостерігалася певна позитивна динаміка: дещо збільшилася кількість лідерів і дітей, які підтримують обмежене коло друзів, однак залишалися окремі ізольовані діти, яким складно було взаємодіяти з колективом. Кількість «лідерів» збільшилася на 6,7%, частка дітей із обмеженим колом друзів зросла на 6,7%, тоді як «Прийманих» стало на 3,3% менше. До групи «ізольованих» потрапили 10 %, яким важко інтегруватися в колектив. Агресивних чи надмірно конфліктних дітей не було виявлено, що свідчить про загальне покращення взаємостосунків, хоч і менш виражене, ніж у експериментальній групі.

Таким чином, результати показують, що формування дружніх та ефективних взаємин між дітьми дошкільного віку значною мірою залежить від організованої ігрової та рухової діяльності, яка сприяє розвитку співпраці, взаємодопомоги та соціальної активності.

Доцільно організована за змістом і формою ігрова діяльність вводить особистість дитини у простір світоглядних ідей, формує соціальні настанови й ціннісні орієнтації, гуманістичну спрямованість особистості, її духовні та матеріальні потреби, ознайомлює зі зразками моральної поведінки, формами спільної діяльності та спілкування особистості з колективом.

## Висновки

У процесі дослідження встановлено, що використання елементів корфболу у фізкультурно-оздоровчих заняттях дітей 5–6 років сприяє комплексному розвитку фізичних, соціальних і когнітивних складників рухової



**Рис. 2.** Розподіл дітей 5-6 років за соціометричним статусом протягом експерименту, %



діяльності. Впровадження спортивно-ігрових засобів дозволяє формувати не лише технічні та тактичні навички, а й соціально-моральну свідомість, уміння взаємодіяти з однолітками, а також адекватно оцінювати власні дії та дії партнерів під час гри. Після завершення експерименту відзначено позитивні зміни функціонального стану дітей експериментальної групи: знизилася частота серцевих скорочень у стані спокою, підвищилися систолічний і діастолічний артеріальний тиск, покращилася життєва ємність легень та зменшилася частота дихання, що свідчить про зміцнення кардіореспіраторної системи. Соціометричний аналіз показав високий рівень міжособистісних взаємовід-

носин серед дітей експериментальної групи: вони демонструють позитивне ставлення один до одного та готовність до співпраці, що дозволяє охарактеризувати колектив як дружній і згуртований. Отримані результати підтверджують ефективність застосування корфболу як засобу фізичного виховання для зміцнення здоров'я, розвитку рухових навичок та соціальної компетентності дошкільників.

**Перспективи подальших досліджень** полягають у подальшому дослідженні використання засобів корфболу у фізичному вихованні дітей закладів загальної середньої освіти.

## Список літератури

- Андрєєва, О., & Сухомлинов, Р. (2021). Програмно-методичне забезпечення оздоровчо-рекреаційної діяльності дітей старшого дошкільного віку в дитячих футбольних клубах. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*, 3, 47–54.
- Богиніч, О.Л., & Бабачук, Ю.М. (2014). *Рухливі ігри та ігрові вправи з елементами спортивних ігор для дітей старшого дошкільного віку*. Тернопіль: Мандрівець.
- Голод, Ю., Пітин, М., Пасичник, В., & Ковальчук, Л. (2024). Теоретичний огляд сучасних підходів до змісту занять фізичною культурою учнів 1–4 класів. *Освіта. Інноватика. Практика*, 12(7), 21–28. <https://doi.org/10.31110/2616-650X-vol12i7-003>
- Голод, Ю.М., Пасичник, В.М., Пітин, М.П., Лещак, О.М., & Цап, І.Г. (2024). Перспективи комплексного використання засобів спортивних ігор у фізичному вихованні учнів початкових класів закладів загальної середньої освіти. *Олімпійський та паралімпійський спорт*, 1, 49–55. <https://doi.org/10.32782/olimpspu/2024.1.9>
- Москаленко, Н.В., Полякова, А.В., & Сидорчук, Т.В. (2019). Рухова активність дітей, які відвідують заклади дошкільної освіти різного типу. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*, 5 К(113), 217–223.
- Пангелова, Н.Є. (2013). *Формування гармонійно розвинутої особистості дітей дошкільного віку в процесі фізичного виховання: монографія*. Переяслав-Хмельницький: ФОП Лукашевич.
- Пангелова, Н.Є., & Пивовар, А.А. (2018). *Інтегрований розвиток інтелектуальних і фізичних здібностей дітей дошкільного віку в процесі рухової діяльності: монографія*. Переяслав-Хмельницький.
- Пасичник, В. (2020). Сутність ігрової діяльності у формуванні особистості дітей дошкільного віку. *Спортивні ігри*, 3(17), 43–57. <https://doi.org/10.15391/si.2020-3.05>
- Пасичник, В.М., & Талапа, І.І. (2020). Вплив фізкультурно-оздоровчих занять з елементами корфболу на фізичну підготовленість дітей старшого дошкільного віку. *Спортивні ігри*, 4(18), 60–71. <https://doi.org/10.15391/si.2020-4.06>
- Пасичник, В.М., Пітин, М.П., & Згоба, В.Л. (2016). Сучасні ігрові технології з елементами видів спорту у фізичному вихованні дітей дошкільного віку. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*, 10(80)16, 88–93.
- Пасичник, В., & Мельник, В. (2018). *Рекреаційні ігри*. Львів: ЛДУФК.
- Пасичник, В., & Пітин, М. (2025). *Теоретико-методичні основи ігрової діяльності дітей дошкільного віку в процесі фізичного виховання: монографія*. Львів: ЛДУФК ім. Івана Боберського.
- Пасичник, В.М., & Пасичник, В.Р. (2022). Перспективи удосконалення

## References

- Andriyeva, O., & Sukhomlynov, R. (2021). Programno-metodychne zabezpechennia ozdorovcho-rekreatsiinoi diialnosti ditei starshoho doshkilnoho viku v dytiachykh futbolnykh klubakh [Program and methodological support of health-recreational activities of senior preschool children in children's football clubs]. *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu* [Theory and methodology of physical education and sport], 3, 47–54. [in Ukrainian].
- Bohynich, O.L., & Babachuk, Yu.M. (2014). *Rukhlyvi hry ta ihrovi vpravy z elementamy sportyvnykh ihor dlia ditei starshoho doshkilnoho viku* [Active games and game exercises with elements of sports games for senior preschool children]. Ternopil: Mandrivets. [in Ukrainian].
- Holod, Yu., Pityn, M., Pasichnyk, V., & Kovalchuk, L. (2024). Teoretychnyi ohliad suchasnykh pidkhodiv do zmistu zaniat fizychnoiu kulturoiu uchniv 1–4 klasiv [Theoretical review of modern approaches to the content of physical education lessons of grades 1–4]. *Osvita. Innovatyka. Praktyka* [Education. Innovation. Practice], 12(7), 21–28. <https://doi.org/10.31110/2616-650X-vol12i7-003> [in Ukrainian].
- Holod, Yu.M., Pasichnyk, V.M., Pityn, M.P., Leshchak, O.M., & Tsap, I.H. (2024). Perspektyvy kompleksnoho vykorystannia zasobiv sportyvnykh ihor u fizychnomu vykhovanni uchniv pochatkovykh klasiv zakladiv zahalnoi serednoi osvity [Prospects of complex use of sports games in physical education of primary school students]. *Olimpiyskyi ta paralimpiyskyi sport* [Olympic and Paralympic sports], 1, 49–55. <https://doi.org/10.32782/olimpspu/2024.1.9> [in Ukrainian].
- Moskaleno, N.V., Poliakova, A.V., & Sydorchuk, T.V. (2019). Rukhova aktyvnist ditei, yaki vidviduiut zaklady doshkilnoi osvity riznogo typu [Motor activity of children attending different types of preschool institutions]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Dragomanova* [Scientific journal of the M. P. Dragomanov National Pedagogical University]. Serii 15: Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport), 5K(113), 217–223. [in Ukrainian].
- Pangelova, N.Ye. (2013). *Formuvannia harmonino rozvynenoї osobystosti ditei doshkilnoho viku v protsesi fizychnoho vykhovannia: Monohrafiia* [Formation of a harmoniously developed personality of preschool children in the process of physical education: Monograph]. Pereiaslav-Khmelnytskyi: FOP Lukashevych. [in Ukrainian].
- Pangelova, N.Ye., & Pyvovar, A.A. (2018). *Intehrovanyi rozvytok intelektualnykh i fizychnykh zdibnostei ditei doshkilnoho viku v protsesi rukhovoi diialnosti: Monohrafiia* [Integrated development of intellectual and physical abilities of preschool children in the process of motor activity: Monograph]. Pereiaslav-Khmelnytskyi. [in Ukrainian].
- Pasichnyk, V. (2020). Sutnist ihrovoi diialnosti u formuvanni osobystosti ditei doshkilnoho viku [The essence of game activity in the formation of preschool children's personality]. *Sportyvnii hry* [Sports games], 3(17), 43–57. <https://doi.org/10.15391/si.2020-3.05> [in Ukrainian].
- Pasichnyk, V.M., & Talapa, I.I. (2020). Vplyv fizkulturno-ozdorovchykh zaniat z elementamy korfbolu na fizychnu pidhotovlenist ditei starshoho doshkilnoho viku [Influence of physical education and health-improving classes with elements of korfbol on physical fitness of senior preschool children]. *Sportyvnii hry* [Sports games], 4(18), 60–71. <https://doi.org/10.15391/si.2020-4.06> [in Ukrainian].
- Pasichnyk, V.M., Pityn, M.P., & Zghoba, V.L. (2016). Suchasni ihrovi tekhnologii z elementamy vydiv sportu u fizychnomu vykhovanni ditei doshkilnoho viku [Modern game technologies with elements of sports in preschool children's physical education]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Dragomanova* [Scientific journal of the M. P. Dragomanov National Pedagogical University]. Serii 15: Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport), 10(80)16, 88–93. [in Ukrainian].
- Pasichnyk, V., & Melnyk, V. (2018). *Rekreatsiini hry* [Recreational games]. Lviv: LDUFK. [in Ukrainian].
- Pasichnyk, V., & Pityn, M. (2025). *Teoretyko-metodychni osnovy ihrovoi diialnosti ditei*



фізичного виховання дітей дошкільного віку засобами спортивних ігор. *Спортивні ігри*, 4(26), 28–39.

Петренко, Г.В. (2017). *Організаційно-методичні засади здоров'я формування фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку*. Луцьк.

Приступа, С.Н., Петришин, Ю.В., Виноградський, Б.А., Петрина, Р.Л., & Пасічник, В.М. (2014). *Дидактичні ігри з м'ячами*. Львів: ЛДУФК. ISBN 978-966-2328-61-5.

Piech, K., & Mularczyk. (1997). *Korfball*. Warszawa.

Pityn, M., Pasichnyk, V., Galan, Y., Melnyk, V., & Semeryak, Z. (2018). Morbidity patterns of preschool-age children. *Iranian Journal of Public Health*, 8(29), 1433–1434.

Wilczkowski, E. (2012). *Wychowanie fizyczne dzieci w wieku przedszkolnym*. Piórków Trybunalski.

*doshkilnoho viku v protsesi fizychnoho vykhovannia*: Monohrafiia [Theoretical and methodological foundations of preschool children's game activity in the process of physical education: Monograph]. Lviv: LDUFK im. Ivana Boberskoho. [in Ukrainian].

Pasichnyk, V.M., & Pasichnyk, V.R. (2022). Perspektyvy udoskonalennia fizychnoho vykhovannia ditei doshkilnoho viku zasobamy sportyvnykh ihor [Prospects of improving preschool children's physical education by means of sports games]. *Sportyvmi ihry* [Sports games], 4(26), 28–39. [in Ukrainian].

Petrenko, H.V. (2017). *Orhanizatsiino-metodychni zasady zdoroviaformuvannia fizychnoho vykhovannia ditei starshoho doshkilnoho viku* [Organizational and methodological principles of health-forming physical education of senior preschool children]. Luts'k. [in Ukrainian].

Prychstupa, Ye.N., Petryshyn, Yu.V., Vynohradskyi, B.A., Petryna, R.L., & Pasichnyk, V.M. (2014). *Dydaktychni ihry z miachamy* [Didactic ball games]. Lviv: LDUFK. ISBN 978-966-2328-61-5. [in Ukrainian].

Piech, K., & Mularczyk. (1997). *Korfball*. Warszawa.

Pityn, M., Pasichnyk, V., Galan, Y., Melnyk, V., & Semeryak, Z. (2018). Morbidity patterns of preschool-age children. *Iranian Journal of Public Health*, 8(29), 1433–1434.

Wilczkowski, E. (2012). *Wychowanie fizyczne dzieci w wieku przedszkolnym* [Physical education of preschool children]. Piórków Trybunalski.

## Додаткова інформація

### Відомості про статтю:

Онлайн-версія доступна за посиланням:

<https://doi.org/10.15391/si.2025-4.06>

### Конфлікт інтересів

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

### Джерела фінансування

Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації.

Отримано: 25.08.2025; Прийнято: 16.09.2025

Опубліковано: 01.11.2025

### Відомості про авторів

#### Пасічник Вікторія Михайлівна:

Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського, вул. Т.Костюшко 11, Львів, Україна.

доктор наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри спортивних та рекреаційних ігор.

<https://orcid.org/0000-0002-6381-1471>,

[vikapaska@gmail.com](mailto:vikapaska@gmail.com)

#### Мельник Валерій Олександрович:

Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського, вул. Т.Костюшко 11, Львів, Україна.

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, завідувач кафедри спортивних та рекреаційних ігор.

<https://orcid.org/0000-0001-9557-1276>,

[vmelnyk79@yahoo.com](mailto:vmelnyk79@yahoo.com)

#### Мандюк Андрій Богданович:

Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського, вул. Т.Костюшко 11, Львів, Україна.

доктор наук з фізичного виховання і спорту, доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури.

<https://orcid.org/0000-0002-9322-8201>,

[a.b.mandyuk@gmail.com](mailto:a.b.mandyuk@gmail.com)

#### Яцковський Володимир Володимирович:

Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського, вул. Т.Костюшко 11, Львів, Україна.

Доктор філософії, викладач кафедри спортивних та рекреаційних ігор.

<https://orcid.org/0000-0002-9677-1226>,

[mikekruger.ww@gmail.com](mailto:mikekruger.ww@gmail.com)

### Information about the Authors

#### Viktoriia Pasichnyk:

Ivan Boberskyi Lviv State University of Physical Culture, 11 T. Kostushko Street, Lviv, Ukraine

Doctor of Science (Physical Education and Sports), Associate Professor Associate Professor of the Department of Sports and Recreational Games.

#### Valerii Melnyk:

Ivan Boberskyi Lviv State University of Physical Culture, 11 T. Kostushko Street, Lviv, Ukraine

PhD (Physical Education and Sports), Associate Professor Head of the Department of Sports and Recreational Games.

#### Andrii Mandiuk:

Ivan Boberskyi Lviv State University of Physical Culture, 11 T. Kostushko Street, Lviv, Ukraine

Doctor of Science (Physical Education and Sports), Associate Professor Associate Professor of the Department of Theory and Methods of Physical Education.

#### Volodymyr Yatskovskiy:

Ivan Boberskyi Lviv State University of Physical Culture Doctor of Philosophy (PhD)

Lecturer of the Department of Sports and Recreational Games.