

## ЗАСОБИ НАСТІЛЬНОГО ТЕНІСУ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ

Іванна БОДНАР, Андрій ОКОПНИЙ, Ганна ГУК

*Львівський державний університет фізичної культури  
імені Івана Боберського, м. Львів, Україна*

**Вступ.** Сьогодні інклюзія набула особливої актуальності. Важливо добирати відповідні форми і засоби фізичної активності дітей з особливими освітніми потребами [7, 9, 10].

**Мета** – обґрунтувати можливість застосування засобів настільного тенісу у процесі фізичного виховання дітей з особливими освітніми потребами.

**Методи.** Теоретичний аналіз і узагальнення даних наукової та методичної літератури.

**Результати.** Одними із найефективніших засобів фізичного, психічного та соціального розвитку дитини є спортивні ігри та ігри загалом, оскільки вони становлять собою цілеспрямовану, вільну, самостійну, творчу діяльність [4, 8]. Засоби настільного тенісу сприяють поліпшенню стану здоров'я дітей, їх використовують для профілактики погіршення зору [3, 11, 12], слуху [1, 2, 6], мовлення. Постійна концентрація на наближенні й віддаленні предмета тренує очні м'язи, а це також знижує ризик короткозорості та далекозорості. Заняття сприяють поліпшенню координації рухів та розвиткові розумових здібностей. У процесі гри діти навчаються пізнавати навколишній світ та адаптуватися до різноманіття людських стосунків [3, 4, 11, 12].

Застосовуючи засоби настільного тенісу, діти навчаються обирати тактику, застосовувати її та аналізувати кожен дію. Відбувається формування особистих якостей, таких як цілеспрямованість, сила волі, наполегливість у досягненні мети, працьовитість, вміння швидко ухвалювати рішення [3, 5, 10].

Заняття з настільного тенісу не потребують складної організації та матеріально-технічного оснащення: займатися можна як у закритих приміщеннях, так і просто неба, у школі, вдома чи на відпочинку. Інвентар та основні правила гри доступні усім.

**Обговорення і висновки.** У результаті аналізу сучасних досліджень з тематики настільного тенісу з'ясовано, що регулярні заняття настільним тенісом сприяють всебічному фізичному розвитку, зміцненню здоров'я, підвищенню працездатності та рухової активності як дітей з особливими освітніми потребами, так й кожної дитини загалом.

**Ключові слова:** настільний теніс, інклюзія, діти з особливими потребами, заклади освіти.

### Список використаних джерел

1. Бондаренко В.В. Актуальні проблеми корекції рухової функції дітей з порушенням слуху / Бондаренко В.В., Бондаренко М.Р. // Проблеми та перспективи розвитку фізичного виховання, спорту і здоров'я людини : матеріали V Всеукр. наук.-практ. конф. (23–24 квітня 2020 р.) / голов. ред. О.К. Корносенко. – Полтава : Сімон, 2020. – С. 180–184.

2. Іванюк В. Організаційні аспекти інклюзивного фізичного виховання учнів з порушеннями слуху в закладах загальної середньої освіти / Іванюк Вікторія // Роль фізичної культури і спорту в збереженні та зміцненні генофонду нації : матеріали Всеукр. наук.-практ. онлайн-конф., (м. Полтава, 15–16 квітня 2021 р.). – Полтава : Сімон, 2021. – С. 70–73.

3. Івахненко В.О. Особливості навчання основ гри у настільний теніс : методична розробка / В.О. Івахненко. – Красноград : Сирота Т.В., 2017. – 54 с.

4. Коломійцев О. Настільний теніс як засіб розвитку координаційних здібностей / Коломійцев О. Радченко Я. // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2012. – № 5(1). – С. 16–19.

5. Кольцова О. Особливості відбору та вибору стилю гри в настільний теніс з урахуванням психологічних аспектів розвитку особистості / Кольцова О., Соколов А. // Актуальні проблеми юнацького спорту : зб. наук. пр. – Херсон, 2005. – С. 8–11.

6. Колядюк С. І. Корекція фізичного розвитку і рухової діяльності дітей з порушеннями слуху засобами фізичного виховання / С. І. Колядюк // Наука і освіта. – 2015. – № 4. – С. 91–95.

7. Лалак Н. Інклюзія крок за кроком: дидактичні матеріали для роботи з учнями в інклюзивному класі / Н. Лалак // Учитель початкової школи. – 2018. – № 9. – С. 18–21.

8. Мороз Ю. М. Рухливі ігри як одна із форм рекреаційної діяльності / Ю. М. Мороз // Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія: Педагогічні науки. – 2018. – № 4(1). – С. 194–201.

9. Порошенко М. А. Інклюзивна освіта : навч. посіб / М. А. Порошенко. – Київ : Агентство Україна, 2019. – 300 с.

10. Приступа Є. Н. Інклюзивне фізичне виховання школярів 1–3 груп здоров'я / Приступа Є. Н., Петришин Ю. В., Боднар І. Р. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2013. – № 1. – С. 62–67.

11. Саливон О. Особливості фізичного розвитку та рухових порушень у школярів з порушенням зору / О. Саливон // Роль фізичної культури і спорту в збереженні та зміцненні генофонду нації : матеріали Всеукр. наук.-практ. онлайн-конф., (м. Полтава, 15–16 квітня 2021 р.). – Полтава, 2021. – С. 129–132.

12. Шеремет О. О. Аналіз ефективності фізичного виховання та реабілітації школярів з порушеннями зору / О. О. Шеремет, І. І. Єрмолова // Педагогіка й сучасні аспекти фізичного виховання : зб. наук. пр. VI Міжнар. наук.-практ. конф., 13–14 травня 2020 року. – Краматорськ : ДДМА 2020. – С. 174–180.