

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2026.02\(201\).18](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2026.02(201).18)

Крук М.З.,
кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри фізичного виховання і спорту,
Державний університет «Житомирська політехніка» <https://orcid.org/0000-0003-4547-6515>

Булгаков О.І.
кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
завідувач кафедри спорту та інноваційних практик
в адаптивній фізичній культурі
Державний університет «Житомирська політехніка» <https://orcid.org/0000-0001-8800-2067>

Курило Т.В.,
старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту,
Державний університет «Житомирська політехніка» <https://orcid.org/0000-0001-8278-2621>

Жуковський Є.І.
кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри фізичної культури та базової
загальної середньої підготовки
Житомирський державний університет імені Івана Франка: <https://orcid.org/0000-0002-4870-4248>

Крук О.А.,
директор міського культурно-спортивного центру (МКСЦ) Житомирської міської ради,
магістрант кафедри економічної теорії, інтелектуальної власності та публічного управління
Поліський національний університет, м. Житомир

Іщенко С.М.,
вчитель фізичної культури Ліцею № 20 міста Житомира

ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ ДІТЕЙ ТА МОЛОДІ У ЗАКЛАДАХ ПОЗАШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ДІЇ НА ТЕРИТОРІЇ УКРАЇНИ ВОЄННОГО СТАНУ

У статті проаналізовано науково-методичну літературу з питань організації процесу фізичного виховання у позашкільній роботі, вивчено практичний досвід використання позашкільних форм фізичного виховання дітей та молоді у міському культурно-спортивному центрі (МКСЦ) Житомирської міської ради та Житомирського обласного центру фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх». Проаналізовано поняття

позашкільної роботи з фізичного виховання та висвітлено її завдання, в умовах дії на території України воєнного стану.

У дослідженні, також, проведено аналітичний та історичний огляд нормативно-правової бази позашкільної освіти в Україні, що регламентують або надають рекомендації, щодо використання різних позашкільних форм фізичного виховання молодих людей, у тому числі в умовах воєнного стану.

Потреби сьогодення, особливі геополітичні умови розвитку української держави вимагають модернізації державної освітньої політики та реформування системи національної освіти. Важливе місце у її цілісній системі належить позашкільній освіті, яка забезпечує ефективне виховання, у тому числі і фізичне, розвиток і соціалізацію дітей та молоді. Позашкільня є тим інструментом національної освіти, що сприяє виявленню та розвитку особливих здібностей учнів, інтелектуальному зростанню, покращенню їх ментального здоров'я та фізичного розвитку.

Ключові слова: воєнний стан, позашкільня, фізичне виховання, спорт, діти, молодь, сім'я, гармонійний розвиток, ментальне здоров'я, активні парки

Kruk Mykola, Bulhakov Oleksiy, Kuryllo Tetyana, Zhukovskiy Yevgeniy, Kruk Oksana, Ishchenko Sergiy. Features of the organization of the process of physical education and sports of children and youth in out-of-school education institutions in the conditions of martial state in the territory of Ukraine.

The article analyzes the scientific and methodological literature on the organization of extracurricular work in physical education, studies the practical experience of using extracurricular forms of physical education of children and youth in the city cultural and sports center (CCSC) of the Zhytomyr City Council and Zhytomyr Regional Center for Physical Health of the Population "Sports for All". The concept of extracurricular work in physical education is analyzed and its tasks are highlighted in the conditions of action on the territory of Ukraine under martial law.

The study also carried out an analytical and historical review of the legal framework of extracurricular education in Ukraine, which regulates or provides recommendations for the use of various extracurricular forms of physical education of young people, including in conditions of martial law. Today's needs, the special geopolitical conditions of the development of the Ukrainian state require the reform of the national education system and the modernization of the state education policy. Currently, at the stage of development and construction of the Ukrainian state, especially in the conditions of armed aggression of Muscovites against Ukraine, one of the priority tasks of pedagogical science and practice is the provision of quality educational services and the high quality of the national education system.

An important place in its integral system belongs to extracurricular education, which provides effective upbringing, including physical, development and socialization of children and youth. Extracurricular activities are a tool of national education that helps identify and develop students' special abilities, intellectual growth, and improvement of their mental health and physical development.

In the conditions of martial law, extracurricular education institutions continue to work actively to develop the creative abilities of children and youth, providing them with meaningful leisure time and physical support. The so-called "active parks" have become a particularly popular form of extracurricular physical education in Zhytomyr region, in today's conditions.

Extracurricular activities in most regions have become an island of peace where a child can distract himself from the terrible everyday war.

Key words: martial law, extracurricular, physical education, sports, children, youth, family, harmonious development, mental health, active parks.

Постановка проблеми. В умовах воєнного стану, заклади позашкільної освіти продовжують активно працювати для розвитку творчих здібностей дітей і молоді, забезпечуючи їх змістовне дозвілля та психологічну підтримку. Позашкільня в більшості регіонів стало тим острівком миру, де дитина може відволіктися від страшного повсякдення війни.

В сучасних умовах фізична культура має стати природною потребою і частиною здорового способу життя підростаючого покоління українців. В останні роки, через науково-технічну революцію, а також, оголошення карантину у зв'язку із поширенням коронавірусної хвороби Covid-19 та повномасштабне вторгнення московитів на нашу державу, у більшості школярів спостерігається суттєвий дефіцит рухової активності, що має негативний вплив на функціональний стан багатьох систем організму дітей і молоді.

Варто зазначити, що в умовах дії на території України воєнного стану у зв'язку із триваючою широкомасштабною збройною агресією російської федерації проти України суттєво змінилося соціальне замовлення щодо позашкільної освіти, центр виховної роботи дітей і учнівської молоді від загальноосвітніх шкіл істотно зміщується в сторону сім'ї і позашкільних закладів, що у свою чергу змінює зміст, форми і методи їх фізичного виховання і популяризації як традиційних, так і нових, сучасних видів спорту.

Оздоровчу ефективність шкільної системи фізичного виховання дітей та підлітків частково дозволяє компенсувати позашкільна робота з фізичного виховання, хоч, водночас, у цій сфері залишається ще багато проблем, що потребують вирішення. Зокрема. фізкультурно-оздоровчий і спортивний напрямки фізичного виховання у позашкільній роботі використовуються недостатньо. Тому необхідність проведення спеціальних досліджень у напрямку вивчення позитивного досвіду в організації процесу фізичного виховання і спорту дітей та молоді у закладах позашкільної освіти, особливо, під час воєнного стану в Україні, на нашу думку, є досить актуальним.

Аналіз літературних джерел. Питання, що стосуються теорії та методики фізичного виховання, що знайшли своє відображення у працях Шияна Б.М. (2008), Папуші В.Г.(2011), Круцевич Т.Ю. (2012) та багатьох інших вчених.

Теоретико-методологічні основи, стратегія та регулювання розвитку закладів позашкільної освіти в Україні є предметом досліджень ряду науковців, зокрема, Науменко Р.А. (2012), Яременко Л.А. (2015), Ворони Л.І. (2020), Куделько С.Г. (2023) і особливо, проф. Биковської О.В. (2021).

Питання організації позашкільної роботи з фізичного виховання дітей та підлітків вивчали вітчизняні науковці Івашковський В.В., Остапенко О.І., Тимчик М. В. (2014), Кіріченко Л.О., Бурла О.М., Хоменко С.В. (2017).

Методу статті є теоретичний аналіз досвіду роботи з організації процесу фізичного виховання і спорту дітей та молоді у закладах позашкільної освіти та вивчення результатів реалізації соціального проекту "Активні парки – локації здорової України" на теренах Житомирської області під час воєнного стану.

Виклад основного матеріалу дослідження. Нажаль, економічні проблеми останніх десятиліть, карантин, що був оголошений у зв'язку із поширенням коронавірусної хвороби Covid-19, і, найсуттєвіше, широкомасштабне вторгнення російської федерації в Україну, кардинально змінили акценти виховання у нашій країні, і значно віддалило вирішення проблем пов'язаних із фізичним вихованням підростаючого покоління.

На нашу думку, сучасна українська школа, перш за все через девальвацією процесу фізичної підготовки, через недостатнє фінансування, а також, надмірну насиченість навчальних програм, не може ефективно здійснювати процес фізичного виховання учнів. Концепція реформування середньої школи «Нова українська школа», також, нажаль, не приділяє достатньо уваги фізичному вихованню шкільної молоді, обмежившись, у ній, лише загальними фразами про здоровий спосіб життя.

Тому, не дивно, що дана ситуація потребує наукового аналізу проблем фізичного виховання шкільної молоді у навчально-виховних закладах, пошуку ефективних шляхів їх вирішення і, по можливості, втілення результатів цих теоретичних досліджень у практичну діяльність [5].

Однією з особливостей процесу фізичного виховання і спорту дітей та молоді у закладах позашкільної освіти є різнобічність його форм, найважливішими з яких є розвиток фізичних якостей, організація активного дозвілля, що сприяють підвищенню рівня їх фізичної та спортивної підготовленості, формуванню активної життєвої позиції, організації здорового способу життя. Під час занять фізичною культурою і спортом у позашкільний час школярі загартовують організм, зміцнюють здоров'я, розвивають свої фізичні якості. Специфічні умови позашкільної роботи з фізичної культури сприяють, також, вихованню таких морально-вольових якостей особистості, як взаємопідтримка та організованість, дисциплінованість та сміливість, стійкість та мужність, почуття відповідальності та організаторських здібностей, необхідних у майбутній життєдіяльності дітей та підлітків.

Сутність фізичного виховання, з огляду на педагогічну спрямованість, визначається його змістом як складовою частиною загального виховання. Тобто, так як, і виховання загалом, його фізична складова є цілеспрямованим педагогічним процесом, напруженим на розв'язання завдань освітнього, виховного та розвиваючого характеру, тому фізичне виховання характеризується усіма загальними ознаками педагогічного процесу, а саме спрямовуючого і керівною роллю педагога, організацією діяльності відповідно до педагогічних принципів і принципів фізичного виховання та ін., або здійснюється у формі самостійної роботи. Специфічні ж функції фізичного виховання полягають у вихованні фізичних якостей або управлінні їх розвитком та навчанні спеціальним руховим діям.

Як органічна складова загальної системи національного виховання, фізичне виховання ставить за мету забезпечити повноцінний, гармонійний фізичний і психічний розвитку дітей, охорони та зміцнення їх фізичного, ментального і духовного здоров'я. [3; 9].

Аналіз історико-педагогічних аспектів фізичного виховання дає підстави стверджувати, що не існує жодного етносу, якому не був би притаманний самобутній різновид фізичних вправ, рухливих ігор і забав, що є важливою складовою його національної культури, життя і побуту. Батьки завжди прагнули виховувати у своїх дітях силу і витривалість, швидкість і спритність. Окрім того, вони розуміли, що фізичне виховання нерозривно пов'язане із іншими сторонами формування гармонійно розвинутої особистості.

Відомо, що на різних етапах розвитку суспільства, освітні процеси є відображенням загального стану його розвитку, тому, не дивно, що розвиток вітчизняної освіти є віддзеркаленням становлення самої української держави. Зміст і практика освіти, у першу чергу, залежать від інтересів держави, від суспільно-політичних процесів у ній, та мають розглядатися у розширеному соціокультурному контексті та нерозривним зв'язком із процесом соціалізації громадян. Тому аналізуючи державну політику в освітній галузі у певний історичний період, варто враховувати контекст аналізу соціокультурного та суспільно-політичного рівнів розвитку самої держави та стану її економіки.

Оскільки пошук ефективних шляхів для розв'язання конкретних питань фізичного виховання направлених на взаємозв'язок із тими соціальними завданнями, що постали перед українським суспільством в освітньо-виховній галузі у час війни, потребують з'ясування найсуттєвішого в означеній проблематиці і перш за все визначимо, у чому полягає особливість взаємодії сім'ї і школи у напрямку фізичного виховання і особистій гігієні дітей та молоді поза межами навчально-виховного закладу.

Розбудова національної системи фізичного виховання потребує вивчення і аналізу педагогічної спадщини українських педагогів як важливої складової становлення і розвитку сучасної наукової теорії та практики фізичного виховання. На нашу думку, саме видатні педагоги доби національно-державницького

відродження Софія Русова та Григорій Ващенко були серед тих, хто стояв не тільки біля витоків становлення української системи тіловиховання, а й всієї освітньої галузі в Україні у період відродження нашої державності. Їх педагогічні ідеї і погляди, висловлені більше ста років тому, на жаль, актуальні і у XXI сторіччі, особливо, зараз, під час війни з російською федерацією, коли з'явилась величезна кількість внутрішньо переміщених осіб, у тому числі і дітей шкільного віку. Звернемо увагу тільки на деякі аспекти, оскільки їх педагогічні ідеї потребують окремих, ґрунтовних досліджень.

Загально відомо, що всі діти фізично розвиваються абсолютно по-різному, оскільки на їх розвиток впливають різні фактори і, у першу чергу, соціально-економічні умови життя сім'ї, в якій народилася дитина. На думку С. Русової, суттєвий вплив на фізичний розвиток дитини, має оточення: «Родинні розрухи, недобрый харч, гострі соціальні з'явища – це все відбивається на дитині, усе впливає на її зріст і розвиток». Поряд із цим просвітителька надавала великого значення місцю де проживають діти, де відбувається її фізичний розвиток, так як у бідних родинах з великою кількістю дітей, де помешкання складалося тільки з однієї кімнати і не відповідає санітарним нормам, переважно спостерігається негативний стан здоров'я дітей. Тому, на сьогодні, одним із основних завдань держави є забезпечення сімей, що через військові дії втратили своє житло, достойними умовами проживання [6; 8; 10].

Також, С. Русова вважала, що для якісного фізичного розвитку дитини надзвичайно корисне свіже повітря, тому «гімнастичні вправи, рухливі ігри, дитячу працю, навіть заняття, на її думку, якомога частіше варто проводити в саду, лісі, полі або хоча б на веранді, бо гарне фізичне виховання сприяє розвитку дитини, зміцненню її здоров'я, створенню умов для кращого розумового, морального, естетичного й трудового виховання», що є одним із завдань соціального проекту «Активні парки – локації здорової України», який в останні декілька років намагаються реалізувати у нашій країні.

Григорій Ващенко, як і Русова, також не розглядав фізичне виховання без взаємозв'язку із вихованням інтелектуальним та моральним. Виховуючи міць тіла, за Г. Ващенком, треба прагнути до гармонійного розвитку системи м'язів загалом. Тому, на його думку, українська школа «повинна застосовувати тільки такі системи гімнастики, що розвивають гармонійно усі частини тіла» [6].

Видатні вітчизняні педагоги початку ХХ ст. не обходили своєю увагою гігієну як шкільного, так і позашкільного середовища. Переважна більшість поглядів С. Русової на фізичне виховання і гігієну згодом, з успіхом, використовувалось в українській педагогіці радянського періоду. Різниця була тільки у визначені мети виховання: активного будівничого комунізму і солдата партії, з однієї сторони, і духовно вільної, національно-свідомої, фізично досконалої особистості, з іншої.

Погляди С. Русової щодо користі гігієни у позашкільні поділяв і Г. Ващенко. Із самого дитинства треба прищеплювати дітям здорові гігієнічні навички харчування, чистоти у побуті, привчати до збалансованого чергування праці і відпочинку та ін., радив він. Всі ці навички мали спиратися на знання в галузі гігієни, які б діти отримували як у школі, так і поза її межами. Григорій Ващенко був переконаний, що освітньо-виховні заклади повинні не лише виховувати дітей міцними, спритними і здоровими, а й повинні так організувати процес фізичного виховання, щоб підрастаюче покоління було здоровим не тільки під час навчання у школі, а й після її закінчення [6].

Варто, також, зазначити, що ще раніше, теоретичні основи позашкільної освіти як соціально-педагогічного феномену були закладені у працях відомих педагогів, таких як Є. Мединський, П. Лесгафт та інші.

Суттєвий вклад у процес становлення позашкільля та його розвиток вніс Євген Мединський. У своїх наукових працях учений звертає увагу на питання моралі, соціальної педагогіки; на формування, становлення та розвитку особистості. В одній із своїх фундаментальних праць «Енциклопедія позашкільної освіти», що була опублікована в 1923 році, він сформулював цілі та зміст позашкільної освіти, був переконаний, що вона є безперервним процесом, який супроводжує розвиток людини і формує її особистість протягом усього періоду життя. Євген Миколайович вважав позашкільну освіту засобом «всєбічного, гармонійного розвитку особистості або людського колективу в розумовому, моральному, естетичному і фізичному відношенні» [1].

Всєбічному розвитку особистості із широким використанням різних засобів фізичного виховання і спорту особливу увагу приділяв і П.Ф. Лесгафт. Петра Францовича, взагалі, вважають, і не безпідставно, одним з основоположників радянської системи фізичного виховання, а його переконання, що найважливішою умовою функціонування фізичного виховання як педагогічної галузі, є її тісний зв'язок з розумовим, моральним, естетичним та трудовим вихованням, є вкрай актуальним і в сучасній Україні, і є базовою основою організації гурткової роботи спортивного спрямування міського культурно-спортивного центру (МКСЦ) міста Житомира, зокрема.

У «Керівництві з фізичної освіти дітей шкільного віку», обґрунтовуючи свою теорію фізичного виховання, він поклав в основу твердження, що «зміцнення тіла вихованців, повинно зробити їх розумними і поміркованими». Тобто, гімнастика, за П. Лесгафтом «повинна розвивати не лише м'язи, а й навчити учнів володіти собою, своїм тілом, підкоряти його власній волі» [6].

На жаль, в останні роки, пандемія, спричинена значним поширенням гострої респіраторної хвороби Covid-19 і, як наслідок, дистанційний режим роботи позашкільля, та, особливо, розв'язана рашистами війна, з нескінченною кількістю повітряних тривог, внесли суттєві зміни у діяльність закладів позашкільної освіти. Тому, дуже важливими є нормативно-правові документами, що регламентують організацію роботи позашкільних закладів у не простих умовах сучасності.

У Національній доктрині розвитку освіти в Україні на найвищому рівні розглядається питання щодо організації, функціонування та розвитку системи позашкільної освіти, що відображено у збереженні мережі багаторівневості закладів позашкільної освіти різних типів, з метою забезпечення рівного доступу дітей та молоді до навчання, виховання та розвитку їх здібностей і таланту.

Нагадаємо, що, у рамках Всеукраїнського круглого столу «Забезпечення і реалізація прав дітей на позашкільну освіту в умовах воєнного стану», 20 квітня 2023 року було презентовано проєкт Концепції позашкільної освіти в умовах воєнного стану. Метою Концепції визначено розвиток позашкільля в умовах воєнного стану як основи української національної та громадянської ідентичності, фізичного та військово-патріотичного виховання.

У Концепції виділяються п'ять основних напрямків діяльності: перше, покращення нормативно-правової бази у сфері позашкільної освіти в умовах воєнного стану; друге, посилення управління закладами позашкільної освіти, збільшення охоплення вихованців, учнів, слухачів закладів позашкільної освіти, у тому числі військово-патріотичним напрямком позашкільної освіти в умовах воєнного стану, де фізичний розвиток молодих людей є одним із основних; третє, оновлення змісту і методики позашкільної освіти на засадах національної та громадянської ідентичності, формування оборонної свідомості; четверте, підготовка, перепідготовка та підвищення кваліфікації педагогічних працівників закладів позашкільної освіти в умовах воєнного стану і, останнє, відновлення освітньої інфраструктури, зміцнення матеріально-технічної бази закладів позашкільної освіти в умовах воєнного стану [4].

Зміст позашкільної освіти та виховання деталізується її основними завданнями, зокрема, сприяти фізичному розвитку вихованців і відповідальному ставленню до власного здоров'я та здоров'я оточуючих, тому не дивно, що напрямки діяльності позашкільних навчальних закладів є фізкультурно-спортивний або спортивний та оздоровчий напрямки. Варто зазначити, що і інші напрямки діяльності ЗПО, також, дуже важливі, оскільки формують повноцінну інтелектуально та фізично розвинену особистість.

Як показує практика, педагогічні працівники закладів позашкільної освіти, зокрема, і педагоги-організатори міського культурно-спортивного центру (МКСЦ) міста Житомира, успішно адаптують заняття до умов сьогодення, використовуючи у навчальній діяльності нетрадиційні типи занять та їх форми, такі як: урок-турнір, урок-гра, урок-мандрівка, урок-змагання, докладаючи усіх зусиль для організації різноманітних активностей для дітей та їх родин. Подібні заняття відрізняються від традиційних видів навчальних занять їх підвищеною активністю і самостійністю вихованців, проявом дітьми організаційно-діяльнісних особистісних якостей.

Окрім того, до щорічних основних, і досить масштабних, з огляду на велику кількість учасників, заходів МКСЦ, направлених на фізичне виховання з елементами адаптивного спорту, на розвиток фізичних якостей дітей та молоді, на їх оздоровлення, варто відзначити веслування на човнах «Дракон», таборівки «Ми вдома – в Україні» (швейцарсько-український проєкт «DECIDE Summer Clubs»).

Особливо популярною формою позашкільного фізичного виховання на теренах Житомирської області, в умовах дії на території України воєнного стану, стали так звані «активні парки».

Їх діяльність регламентується постановами Кабінету Міністрів України від 7 квітня 2021 р. за № 326 Про затвердження Положення про соціальний проєкт «Активні парки – локації здорової України» та від 20 січня 2023 р. за № 46, що визначають його мету, основні заходи, залучення фахівців сфери фізичної культури і спорту, умови і порядок фінансування.

Основною метою цього соціального проєкту є організація оздоровчої рухової активності усіх категорій громадян, у тому числі дітей, підлітків осіб з інвалідністю та внутрішньо переміщених осіб, створення умов для зниження показників захворюваності, поліпшення якості та тривалості активного життя населення, профілактики захворювань і подолання їх наслідків, формування суспільства, об'єднаного ідеєю здорового та активного життя [7].

У Концепції проєкту Міністерства молоді та спорту України у сфері психічного здоров'я «Молодіжні центри та активні парки – частина екосистеми психічного здоров'я», що була затверджена наказом Мінмолодьспорту від 28 червня 2023 р. № 3816, завдання активних парків суттєво розширюються і звертається особлива увага на покращення ментального здоров'я громадян України.

Відповідно до Концепції, завданнями активних парків є, також, формування відповідального ставлення дітей та молоді до свого ментального здоров'я, усвідомлюючи взаємозв'язок між фізичним і психічним здоров'ям; сприяння наданню психологічної допомоги дітям та молоді, а також, набуття ними навичок психологічної стійкості та самопомоги; для підтримки підлітків та молоді, проведення спільних фізкультурних заходів з освітніми, соціальними, медичними закладами, закладами позашкільної освіти; допомога дітям та молоді, у подоланні стресу, пов'язаного з війною, та наслідків пережитих травматичних подій; запобігання розвитку психічних розладів, відновлення та збереження ментального здоров'я.

Відповідно до розпорядження голови Житомирської обласної державної адміністрації №301 «Про затвердження обласного плану заходів щодо організації оздоровчої рухової активності громадян у місцях масового відпочинку в рамках соціального проєкту «Активні парки – локації здорової України» в Житомирській області, прийнята відповідна обласна програма, щодо реалізації цього соціального проєкту.

У рамках її реалізації, протягом другої половини 2022 р. і 2023 року, у Житомирській області було підготовлено та відкрито 47 локацій, проведено 182 заходи, участь у яких взяли близько 8 тисяч дітей та підлітків, незалежно від їх фізичної підготовки, розроблено та імплементовано сучасні форми, методи і засоби фізкультурно-спортивної роботи з урахуванням місцевих природних умов, традицій та економічних факторів.

У 13 громадах області забезпечено функціонування маршрутів із спортивного орієнтування, у 23 громадах на постійній основі забезпечена організація і проведення рухливих ігор, спортивних заходів, вікторин, естафет за участю провідних спортсменів. Облаштовано пішохідні та велосипедні маршрути.

У 2024 році, з травня по грудень, в рамках вище згаданого соціального проекту працювало 18 координаторів і було проведено 2100 заходів, також, в його рамках зrealізовано проєкт Бігова Україна, у найбільших містах області запрацювали Бігові клуби та клуби Скандинавської ходьби.

Станом на 1 грудня 2025 року в Житомирській області працює 19 координаторів, у 15 громадах, координатори працюють з квітня по грудень, проведено 2710 заходів, до яких було залучено понад 4 тис. школярів.

У поточному році, з метою започаткування нових форм залучення дітей, молоді, інших груп населення до рухової активності, у рамках проєкту «Активні парки – локації здорової України» у Житомирі і області створювалися громадські організації, додавалися нові заходи, а саме, «Мультиспортивні клуби «АкТивні» та «Активні парки – Шлях до перемоги», в рамках яких у населених пунктах Житомирської області проведено 57 заходів з панна-футболу, регбі 5, флорболу, алтимату, воркауту, бадмінтону, корнхолу, корфболу.

Цьогоріч, також, розпочався проєкт «Мультиспортивні літні табори», де кваліфіковані фахівці проводили навчальні уроки з флорболу, футболу, волейболу, бадмінтону та вуличного баскетболу, організовано 17 заходів, в навчанні яких брали участь 360 учасників, які можуть у подальшому працювати як інструктори із вказаних видів спорту.

У 2024-2025 рр.. координатори проєкту спільно з працівниками Житомирського обласного центру фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» та Житомирського міського культурно-спортивного центру активно долучаються до проєкту Олени Зеленської «Ти як?», що направлений на зміцнення ментального здоров'я.

У протоколах Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) ментальне здоров'я визначається як стан щастя та добробуту, у якому людина може реалізувати свої творчі здібності, протистояти різним життєвим стресам, може продуктивно працювати та робити свій внесок у життя суспільства. Іншими словами, ментальне здоров'я є станом психічного добробуту, що дозволяє людині справлятися зі стресом, реалізовувати свої здібності, навчатися, тренуватися, досягати успіху.

Ментальне здоров'я є основним правом дитини та невід'ємною важливою частиною її загального фізичного стану. Загалом, психічний добробут будь якої людини є основою її індивідуальної та колективної здатності будувати стосунки, ухвалювати рішення та формувати власний мікросвіт [2].

Висновки. Широкомасштабне вторгнення російської федерації торкнулося усіх українців без винятку, і, в першу чергу дітей та підлітків. Наслідки агресивних військових дій, постійні повітряні тривоги, мають сьогодні суттєвий негативний вплив на їх психічне здоров'я. Все це набуває великого значення для громадян України, оскільки останні дослідження різних соціальних груп показують збільшення травматизації психіки на тлі сформованих, внаслідок воєнних дій, великих прошарків населення, зокрема, біженців, внутрішньо переміщених осіб, громадян, що опинилося у прифронтовій зоні та зоні військових дій та ін. Тому війна, зараз, є найбільш виразним негативним чинником, що впливає на психіку дітей та молоді, оскільки він обумовлює пряму загрозу їх життю.

Тому, щоб покращити психологічну стійкість, фахівці радять намагатися регулярно рухатися. Для прикладу, інструктори Житомирського міського культурно-спортивного центру (МКСЦ), у своїй діяльності, обирають саме те, що дитині до душі, а саме, різні ігри, як рухливі так і спортивні; прогулянки; танці; греблю на човнах «Дракон», фітнес або інші фізичні вправи. Запропоновані фізичні навантаження мають бути систематичними і не виснажливими, індивідуально підбиратися їх вид та регулярність, відповідно до фізичної підготовленості і здібностей дітей та молоді.

Перспективи подальших досліджень можуть бути спрямовані на аналіз, вивчення та порівняння досвіду організації процесу навчання плаванню дітей у позашкільній діяльності по різних регіонах України.

Література.

1. Ворона Л.І. Розвиток позашкільної освіти в Україні: огляд наукових джерел / Л.І. Ворона // Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах. – 2020. – № 73, Т. 1. – С. 23 – 27. DOI <https://doi.org/10.32840/1992-5786.2020.73-1.3>
2. Всеукраїнська програма ментального здоров'я «Ти як?» <https://howareu.com/materials/shcho-take-mentalne-zdorovia>
3. Івашковський В.В. Фізичне виховання учнів початкових класів у позакласній роботі загальноосвітніх навчальних закладів : навч.-метод. посіб. / В.В. Івашковський, О.І. Остапенко, М.В. Тимчик [за ред. М.Д. Зубалія]. – Кіровоград: Імекс – ЛТД, 2014. – 172 с.
4. Концепція позашкільної освіти в умовах воєнного стану [Електронний ресурс]: [Веб-сайт]. – Режим доступу: <https://pou.org.ua/wp-content/uploads/2024/05/Kontseptsiya-pozashkilnoyi-osvity-v-umovah-voyennogo-stanu-2024.pdf>
5. Крук М.З. Зміст фізичного виховання школярів: історичні аспекти, проблеми та перспективи / М.З. Крук, О.І. Булгаков, А.З. Крук, К.А. Шоханова, О.С. Шоханов, Л.П. Савінчева // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія № 15: зб. наук. праць. – Київ: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2022. – Вип. 2 (146). – С. 74–79. DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.2\(146\).16](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.2(146).16)

6. Крук М.З. Фізичне виховання підростаючого покоління в українській педагогіці першої половини ХХ-го сторіччя / М.З. Крук, Є.І. Жуковський, А.З. Крук, І.В. Колеснік // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 15: зб. наук. праць. – Київ: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2019. – Вип. 3 (111). – С. 77–81.

7. Про затвердження Положення про соціальний проект “Активні парки – локації здорової України” [Електронний ресурс]: [Веб-сайт]. – Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/326-2021-%D0%BF#Text>

8. Тимчик, М. В., Масол, В. В., & Линник, А. (2025). Виховання особистісної рішучості та впевненості у молодших школярів під час навчально-тренувальної діяльності. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*, (8(195)), 164-167. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.08\(195\).35](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.08(195).35)

9. Nataliia Liakhova, Oleksandr I. Orlov, Valeriia V. Masol, Liliia M. Rudenko, Mykola I. Lukjanchenko, Vasyl M. Maksymiak, Olha A. Atamas (2025). Preservation and restoration of students' mental health during the war through the use of rationally organized motor activity. *Acta Balneologica*, 67 (4), 275-281. <https://doi.org/10.36740/ABAL202504106>

10. Pronenko K, Okhrimenko I, Bloschynskiy I, Serednytska I, Chornous V, Tytovych A, Masol V, Zakopailo S, Kryvenko Y. Effectiveness of the Methodology for the Development of Cadets' Motor and Military-applied Skills during Orienteering Training Sessions: A Case-Control Study. *Open Sports Sci J*, 2024;e1875399X311131. <http://dx.doi.org/10.2174/011875399X311131240625093447114>.

References

1. Vorona, L.I. (2020) Rozvytok pozashkilnoi osvity v Ukraini ohliad naukovykh dzhere [Development of extracurricular education in Ukraine: a review of scientific sources]. *Pedahohika formuvannia tvorchoi osobystosti u vyshchii i zahalnoosvitnii shkolakh*. – 2020. – № 73, Т. 1. – С. 23 – 27. DOI <https://doi.org/10.32840/1992-5786.2020.73-1.3> [in Ukrainian].

2. Vseukrainska prohrama mentalnoho zdorovia «Ty yak?» <https://howareu.com/materials/shcho-take-mentalne-zdorovia> [in Ukrainian].

3. Ivashkovskiy, V.V. (2014) Fizychnе vykhovannia uchniv pochatkovykh klasiv u pozaklasnii roboti zahalnoosvitnikh navchalnykh zakladiv [Physical education of primary school students in extracurricular activities of secondary educational institutions]: navch.-metod. posib. / V.V. Ivashkovskiy, O.I. Ostapenko, M.V. Tymchuk [za red. M.D. Zubaliia]. Kirovohrad: Imeks LTD, 172 s. [in Ukrainian].

4. Kontsepsiia pozashkilnoi osvity v umovakh voiennoho stanu [Elektronnyi resurs]: [Veb-sait]. – Rezhym dostupu: <https://pou.org.ua/wp-content/uploads/2024/05/Kontsepsiya-pozashkilnoyi-osvity-v-umovah-voeynogo- stanu-2024.pdf> [in Ukrainian].

5. Kruk, M.Z. (2022.) Zmist fizychnoho vykhovannia shkolariv: istorychni aspekty, problemy ta perspektyvy [The content of physical education of schoolchildren: historical aspects, problems and prospects] / M.Z. Kruk, O.I. Bulhakov, A.Z. Kruk, K.A. Shokhanova, O.S. Shokhanov, L.P. Savincheva // *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M.P. Drahomanova. Serii № 15: zb. nauk. prats.* – Kyiv: Vyd-vo NPU imeni M.P. Drahomanova, – Vyp. 2 (146). – С. 74–79. DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.2\(146\).16](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.2(146).16) [in Ukrainian].

6. Kruk, M.Z. (2019) Fizychnе vykhovannia pidrostaiuchoho pokolinnia v ukrainskii pedahohitsi pershoi polovyny KhKh-ho storichcha[] / M.Z. Kruk, Ye.I. Zhukovskiy, A.Z. Kruk, I.V. Kolesnik // *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M.P. Drahomanova. Serii 15: zb. nauk. prats.* – Kyiv: Vyd-vo NPU imeni M.P. Drahomanova, – Vyp. 3 (111). – С. 77–81. [in Ukrainian].

7. Pro zatverdzhennia Polozhennia pro sotsialnyi proekt “Aktyvni parky – lokatsii zdorovoi Ukrainy” [Elektronnyi resurs]: [Veb-sait]. – Rezhym dostupu: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/326-2021-%D0%BF#Text>

8. Tymchuk, M. V., Masol, V. V., & Lynnyk, A. (2025). Vykhovannia osobystisnoi rishuchosti ta vpevnenosti u molodshykh shkolariv pid chas navchalno-trenuvalnoi diialnosti [Cultivating personal determination and confidence in younger schoolchildren during educational and training activities]. *Naukovyi chasopys Ukrainkoho derzhavnoho universytetu imeni Mykhaila Drahomanova. Serii 15*, (8(195)), 164-167. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.08\(195\).35](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.08(195).35) [in Ukrainian].

9. Nataliia Liakhova, Oleksandr I. Orlov, Valeriia V. Masol, Liliia M. Rudenko, Mykola I. Lukjanchenko, Vasyl M. Maksymiak, Olha A. Atamas (2025). Preservation and restoration of students' mental health during the war through the use of rationally organized motor activity. *Acta Balneologica*, 67 (4), 275-281. <https://doi.org/10.36740/ABAL202504106>

10. Pronenko K, Okhrimenko I, Bloschynskiy I, Serednytska I, Chornous V, Tytovych A, Masol V, Zakopailo S, Kryvenko Y. Effectiveness of the Methodology for the Development of Cadets' Motor and Military-applied Skills during Orienteering Training Sessions: A Case-Control Study. *Open Sports Sci J*, 2024;e1875399X311131. <http://dx.doi.org/10.2174/011875399X311131240625093447114>

Стаття надішла до редакції / Received 06.02.2026

Прийнята до друку / Accepted 13.02.2026

Опубліковано / Published 27.02.2026