

«Cool games»: досвід реалізації в умовах ліцею



Представлено системний аналіз педагогічного потенціалу всеукраїнського спортивно-масового проекту «Cool Games» як сучасної моделі організації фізичного виховання в ЗЗСО. На основі власного досвіду роботи розкрито особливості інтеграції змагально-ігрового формату в структуру уроків фізичної культури та позаурочної діяльності. Обґрунтовано, що «Cool Games» забезпечує якісне оновлення змісту фізкультурної освіти через поєднання рухової активності, командної взаємодії та формування ціннісного ставлення до здорового способу життя.

Проект доводить, що чемпіонство формується не лише через перемогу у спорті, а через наполегливість, дисципліну та віру у власні сили, що має безпосередній вплив на становлення активної й самодостатньої особистості.

Ключові слова: мотивація, виховний ефект, емоційна стійкість, навички співпраці, самоконтроль.

Anna Shykeliuk. „Cool Games”: Implementation Experience in a Lyceum.

The article presents a systematic analysis of the pedagogical potential of the nationwide sports and mass-participation project „Cool Games” as a modern model for organizing physical education in general secondary education institutions. Based on the author’s professional experience, the paper reveals the specific features of integrating a competitive and game-based format into the structure of physical education lessons and extracurricular activities. It is substantiated that „Cool Games” ensures qualitative renewal of the content of physical education through the combination of motor activity, teamwork, and the development of value-based attitudes toward a healthy lifestyle.

The project demonstrates that championship is shaped not only through victory in sports but also through perseverance, discipline, and self-belief, which directly influences the development of an active and self-reliant personality.

Keywords: motivation, educational impact, emotional resilience, collaboration skills, self-control.

Вступ. Сучасна школа працює в умовах постійних змін, і фізична культура не може залишатися в межах традиційних підходів. Учні мають різний рівень фізичної підготовленості, різну мотивацію до рухової активності та різний досвід участі в спортивних заходах. Частина дітей активно займається спортом поза школою, інші ж сприймають урок фізичної культури як обов’язкову, але не завжди привабливу дисципліну. Саме ця різномірність і потребує оновлення форм організації освітнього процесу.

Традиційні види спорту – футбол, баскетбол, легка атлетика – залишаються важливими складниками навчальної програми. Проте вони не завжди забезпечують включеність кожного учня. У класі часто чітко видно лідерів і тих, хто залишається «в тіні». Така ситуація знижує мотивацію, формує невпевненість і не сприяє формуванню стійкої потреби в систематичній руховій діяльності.

У цьому контексті особливої актуальності набувають інноваційні спортивно-масові формати, що

поєднують елементи змагання, гри, командної взаємодії та доступності для всіх учасників. Одним із таких форматів став всеукраїнський проект «Cool Games», який відкрив нові можливості для організації фізичного виховання в закладі освіти. Він поєднує розвиток швидкості, спритності, координаційних здібностей і витривалості з формуванням командного духу та лідерських якостей.

У своїй педагогічній практиці я переконалася, що участь у «Cool Games» змінює ставлення учнів до уроків фізичної культури. Діти починають сприймати рухову діяльність не лише як навчальне завдання, а як можливість проявити себе, відчувати підтримку команди, досягти спільної мети. Змагання стають стимулом до регулярних тренувань, самовдосконалення та відповідального ставлення до власного фізичного розвитку.

Мета статті – узагальнити досвід упровадження проекту «Cool Games» в освітній процес Підгайцівського ліцею, визначити його вплив на формування фізичних

якостей та мотиваційного компонента учнів, а також окреслити педагогічні умови ефективної реалізації цього формату в системі фізичного виховання.

Практична значущість роботи полягає у можливості використання описаного досвіду вчителями фізичної культури під час організації шкільних спортивно-масових заходів.

Організація підготовки команд. Підготовка до участі в «Cool Games» не обмежується кількома передзмагальними тренуваннями. Це системна, поетапна робота, яка починається з формування команди й завершується відпрацюванням змагальної тактики та психологічної стійкості. З власного досвіду можу стверджувати: результат визначається не лише фізичною готовністю учнів, а й рівнем їхньої згуртованості та внутрішньої мотивації.

Першим етапом є добір учасників. Я орієнтуюся не лише на фізичні показники, а й на відповідальність, дисциплінованість, здатність працювати в команді. Важливо, щоб кожен учасник розумів свою роль. У командних іграх немає другорядних позицій – від злагодженості дій залежить загальний результат.

Другий етап – планування тренувального процесу. Тренування будуються за принципом поступового нарощування навантаження. Спочатку відпрацьовуються базові рухові навички: швидкість старту, зміна напрямку руху, координація, точність передачі естафетного елемента. Далі – комплексні вправи, що моделюють змагальні ситуації. Обов'язково чергую інтенсивні вправи з відновлювальними, контролюю самопочуття дітей та рівень втоми.

Особливу увагу приділяю розвитку швидкісно-силових якостей і координаційних здібностей. Саме вони є визначальними в більшості етапів «Cool Games». Використовую вправи з власною вагою, елементи функціонального тренування, естафети з нестандартним обладнанням. Це дозволяє урізноманітнити підготовку та зберігати інтерес учнів.

Третій компонент – командна взаємодія. Регулярно проводжу вправи на синхронність дій, швидкість прийняття рішень і взаємопідтримку. Пояснюю дітям, що перемога залежить не від індивідуального лідера, а від узгодженості всієї команди. Формуємо спільні правила, обговорюємо помилки без взаємних звинувачень, аналізуємо кожне тренування.

Не менш важливою є психологічна підготовка. Перед змаганнями проговорюємо можливі труднощі, вчимося контролювати хвилювання. Наголошую, що головне – не страх помилки, а готовність боротися до кінця. Такий підхід допомагає зберігати зосередженість під час виступу.

Окремо зазначу роль батьківської підтримки. Інформування родин про перебіг підготовки, спільні обговорення результатів, моральна підтримка

підсилюють мотивацію дітей та створюють атмосферу спільної справи.

Таким чином, підготовка команд до «Cool Games» – це комплексна система, що поєднує фізичну, тактичну та психологічну складові. Саме послідовність і регулярність роботи забезпечують стабільний результат і формують у дітей відчуття відповідальності за спільний успіх.

Педагогічний ефект. Реалізація проєкту «Cool Games» в освітньому процесі дала відчутний педагогічний результат, який проявляється не лише у спортивних досягненнях, а й у зміні ставлення учнів до рухової активності, командної взаємодії та власного розвитку. З практики можу стверджувати: змагально-ігровий формат став каталізатором внутрішніх змін у дитячому колективі.

Передусім спостерігається зростання мотивації до занять фізичною культурою. Школярі, які раніше демонстрували пасивність або невпевненість, поступово включаються в тренувальний процес. Формат командних ігор знімає страх помилки, адже відповідальність розподіляється між усіма учасниками. Дитина відчуває підтримку, а отже – діє сміливіше. Саме це створює передумови для формування стійкої потреби в систематичній руховій діяльності.

Другий аспект – покращення рівня фізичної підготовленості. Регулярні тренування позитивно впливають на розвиток швидкісно-силових якостей, витривалості та координаційних здібностей. Учні починають усвідомлювати зв'язок між тренувальною дисципліною та результатом. Вони бачать прогрес і розуміють, що фізичний розвиток є результатом наполегливої праці.

Важливим педагогічним наслідком є формування лідерських і соціальних компетентностей. У команді кожен учасник має виконати свою функцію. Це розвиває відповідальність, вміння слухати інших, приймати спільні рішення. Поступово змінюється модель взаємодії в класі: діти вчать підтримувати одне одного, конструктивно реагувати на поразки та аналізувати власні помилки без конфліктів.

Не менш значущим є виховання емоційної стійкості. Змагальні умови вимагають самоконтролю, зосередження, здатності швидко адаптуватися до змін. Учні навчаються керувати хвилюванням, зберігати внутрішню рівновагу та діяти впевнено навіть у напружених ситуаціях. Ці навички виходять за межі спортивної діяльності й стають важливими для навчання та повсякденного життя.

«Cool Games» також формує ціннісне ставлення до здоров'я. Діти починають розуміти, що фізична активність – це не лише спосіб перемоги, а основа гармонійного розвитку. Поступово змінюється ставлення до власного тіла, режиму дня, самодисципліни. З'являється усвідомлення,

Методичні публікації

що чемпіонство – це насамперед результат системної роботи над собою.

Отже, педагогічний ефект проекту проявляється комплексно: у фізичному, мотиваційному, соціальному та особистісному вимірах. «Cool Games» створює освітнє середовище, у якому фізична культура стає не лише навчальним предметом, а дієвим інструментом формування активної, відповідальної та впевненої особистості.

Висновки. Упровадження проекту «Cool Games» в освітній процес ліцею підтвердило його ефективність як сучасної моделі організації фізичного виховання. Змагально-ігровий формат дозволяє поєднати розвиток фізичних якостей із формуванням соціальних і особистісних компетентностей, що повністю відповідає концепції Нової української школи.

Системна підготовка до участі в змаганнях забезпечує позитивну динаміку фізичного розвитку: покращуються показники швидкості, спритності, витривалості та координаційних здібностей. Водночас

зростає рівень внутрішньої мотивації до рухової активності, формується усвідомлене ставлення до власного здоров'я та необхідності регулярних тренувань.

Практика показала, що командні ігри створюють ситуацію успіху для кожного учня, незалежно від початкового рівня підготовленості. Це сприяє підвищенню самооцінки, розвитку відповідальності, лідерських якостей і здатності працювати в колективі. Участь у проекті формує емоційну стійкість і навички самоконтролю, що мають значення не лише в спорті, а й у навчальній діяльності та повсякденному житті.

Таким чином, «Cool Games» є не просто спортивним заходом, а дієвим педагогічним інструментом, який модернізує зміст фізичної культури та розширює її виховний потенціал.

Подальша робота вбачає систематизацію досвіду, удосконалення методики підготовки команд та поширення практики реалізації проекту в інших закладах освіти.



Фото 1. Команда Підгайцівського ліцею – переможці фінального етапу всеукраїнських змагань «Cool Games»

Фото 2. Учасники команди Підгайцівського ліцею з кубком та медалями фінального етапу змагань «Cool Games»



Фото 3. Виконання одного з естафетних етапів під час змагань



Фото 4. Ігровий етап змагань, спрямований на розвиток координаційних здібностей та командної взаємодії



Фото 5. Виконання координаційної вправи з великим м'ячем у програмі змагань



Фото 6. Естафетний етап, що передбачає швидкість, точність та узгодженість командних дій



Фото 7. Учасники команди перед виконанням чергового змагального завдання



Використані джерела

1. Концепція Нової української школи / М-во освіти і науки України. Київ, 2016. 40 с.
2. Державний стандарт базової середньої освіти : Постанова Кабінету Міністрів України від 30 вересня 2020 р. № 898. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/898-2020-%D0%BF#Text>
3. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання : підруч. для студ. закл. вищої освіти фізичного виховання і спорту. Київ : Олімп. літ., 2017. 392 с.
4. Москаленко Н. В. Фізичне виховання школярів: сучасні підходи до організації навчального процесу. Дніпро : Інновація, 2018. 198 с.
5. Матеріали Всеукраїнського спортивно-масового проекту «Cool Games» / Українська федерація учнівського спорту. Київ, 2023. URL: <https://sportmon.org> (дата звернення: 2025).
6. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Тернопіль : Навч. кн. – Богдан, 2013. 276 с.