



Валерія Семененко, здобувачка вищої освіти
Сергій Коваленко, здобувач вищої освіти;
Харківська державна академія фізичної культури
Харків, Україна

ГРА РІНГО ЯК ІННОВАЦІЙНИЙ ВИД РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ

Вступ. Реформація шкільної освіти передбачає певні зміни для покращення якості навчання українських школярів. Однією з таких реформ є впровадження інноваційних засобів фізичного виховання, які не вимагатимуть надто дорогого інвентарю чи обладнання, а також спеціальних приміщень. Ефективним засобом фізичного виховання у Польщі, Європі та в Україні є гра Рінго, яка швидко здобуває популярність серед дітей, молоді та студентів [2]. Тому, подальше вивчення та аналіз цього напрямку є актуальним.

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

Методи дослідження. Теоретичний аналіз і узагальнення науково - методичної літератури та контент-аналіз матеріалів з мережі Інтернет.

Результати дослідження та їх обговорення. Рінго – це спортивна гра з одним або двома кільцями (гумове кільце круглої форми вагою 160–165 грамів, діаметром 17 сантиметрів), в якій два гравці або дві команди змагаються на спеціальному майданчику, розділеному сіткою. Мета гри – перекинути одне або два кільця над сіткою, щоб воно або вони торкнулися майданчика суперника, і запобігти такій же спробі суперника [1; 2].

Аналізуючи історію розвитку та становлення гри Рінго, слід зазначити, що вона з'явилася відносно недавно. Гру винайшов польський фехтувальник і журналіст Влодзімеж Стшижевський у 1959 році під час підготовки до чемпіонату світу в Турині. З 1973 року гра Рінго є польським видом спорту для всіх, і у цьому ж році був зіграний перший чемпіонат Польщі. Гра в Рінго пройшла тривалу еволюцію. Для його засновника це було елементом тренувань з фехтування, які згодом перейшли в форму розваги та як рекреаційний вид спорту, яким міг займатися кожний, незалежно від пори року та інших умов. Другим еволюційним напрямком стало – гра Рінго, як професійний вид спорту. Разом з розвитком техніки і прикладної тактики відбулися зміни в регламенті [3].

Слід зазначити, що в Рінго грають у багатьох європейських країнах, і вона набуває популярності в країнах за межами Європи. Зауважимо, що польська федерація Рінго була заснована лише в 1989 році, а міжнародна федерація – через чотири роки. Починаючи з 1993 року Міжнародна Федерація Рінго організовує великі міжнародні змагання найвищого рангу, тобто Чемпіонати Європи та Світу [3–4].

Розглядаючи правила гри, можна зазначити, що майданчик має розмір, як майданчик для гри у волейбол (9×18 м) із спеціальною стрічкою (сіткою), яка натягується на висоті 243 см. Під час гри необхідно дотримуватися наступних правил: кільце не можна затримувати в руці довше 3 секунд, кидок кільця має здійснюватися якнайшвидше; кільце можна ловити однією будь-якою рукою і перекидати через сітку тією рукою, якою зловив; під час ловіння кільця, його можна торкнутись не більше двох разів і тільки тією самою рукою; не можна ловити кільце двома руками; кільце має кидати той, хто зловив його, та з того ж місця, де спіймав; під час кидка не можна стрибати (відірвати від підлоги можна тільки ногу, що знаходиться позаду); не можна робити обманні рухи, ці дії ведуть до втрати очка; не можна давати пас; кільцем, яке тримається в долоні, не можна торкатися власного тіла, передпліччя руки, поверхні майданчика, сітки; для ловіння кільця в русі дозволяється виконати лише 3 кроки для гальмування. Як тільки, одна з команд набирає 8 очок, відбувається зміна сторін майданчика. Перемагає той, хто першим набирає 15 очок [1; 5]. Отже, гра в рінго є доступним і цікавим засобом фізичного виховання.

Висновки. Аналіз даних свідчить про те, що гра Рінго є одним з інноваційних засобів фізичного виховання, який не вимагає складного інвентарю та обладнання, відносно простий для засвоєння і водночас є досить цікавим.

Список використаної літератури:

1. Starosta W, & Wangryn M. Ringo – Polish Sports Game for Everybody. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://irf.ringo.org.pl/index.php/game-rules/ringo-polish-sports-gamefor-everybody>.

**Фізична культура, спорт і здоров'я:
стан, проблеми та перспективи**

Харків, 6 грудня 2023 рік



2. http://dspace.tnpu.edu.ua/bitstream/123456789/15281/1/19_Lavrin.pdf
3. <http://irf.ringo.org.pl/index.php/game-rules/ringo-polish-sports-game-for-everybody>
4. [https://en.wikipedia.org/wiki/Ringo_\(sport\)#History](https://en.wikipedia.org/wiki/Ringo_(sport)#History)
5. <https://naurok.com.ua/prezentaciya-ringo-pravila-gri-309406.html>