

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
«ЗАПОРІЗЬКА ПОЛІТЕХНІКА»

**ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ:
ТРАДИЦІЇ, ДОСВІД, ІННОВАЦІЇ**

колективна монографія

Запоріжжя
НУ «Запорізька політехніка»
2023

УДК 796
Ф 50

*Рекомендовано до видання Вченою радою
Національного університету «Запорізька політехніка»
(Протокол №2 від 25.09.2023 р.)*

Колектив авторів:

Брухно Е.Л. – розділ 3.5; 3.6
Бурка О.М. – розділ 3.3
Глущенко Н.В. – розділ 1.1
Зайцева О.Л. – розділ 3.3
Захарова О.М. – розділ 3.1
Корж Н.Л. – розділ 3.7
Курта Є.О. – розділ 3.2
Литовченко М.А. – розділ 2.1
Мазін В.М. – розділ 2.2; 3.3
Порада О.В. – розділ 3.4
Савчук О.О. – розділ 2.2
Сметанін С.В. – розділ 3.1
Чередниченко І.А. – розділ 3.5; 3.6
Чухланцева Н.В. – розділ 3.5; 3.6
Шуба В.О. – розділ 3.8
Шуба В.В. – розділ 3.8
Шуба Л.В. – розділ 3.3; 3.7; 3.8

Рецензенти:

Мосейчук Ю. Ю. – д-р пед. наук, професор, завідувач кафедри фізичної культури та основ здоров'я Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича;

Чеховська Л. Я. – д-р наук з фізичного виховання і спорту, професор, завідувач кафедри фітнесу та рекреації Львівського державного університету фізичної культури імені Івана Боберського.

Ф50 Фізична культура і спорт: традиції, досвід, інновації : колективна монографія: [Е.Л. Брухно, О.М. Бурка, Н.В. Глущенко та ін.] / за ред. В.М. Мазіна, Л.В. Шуби. Запоріжжя : НУ «Запорізька політехніка», 2023. – 136 с.

ISBN 978-617-529-439-0

У монографії відображено широкий спектр тематики наукових досліджень педагогічної та оздоровчої діяльності, наведено результати аналізу впровадження інноваційних технологій у фізичному вихованні різних верств населення, підготовки фахівців з фізичного виховання, у спортивній діяльності.

Видання може бути корисним для студентів, аспірантів, викладачів, фахівців з фізичного виховання та спорту.

УДК 796

ISBN 978-617-529-439-0

© Колектив авторів., 2023

© НУ «Запорізька політехніка», 2023

ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА.....	5
РОЗДІЛ 1 Інноваційні технології у фізичному вихованні різних верств населення	6
1.1 Глушченко Н.Л. Особливості нідерландської системи навчання плаванню.....	6
РОЗДІЛ 2 Олімпійський, професійний та параолімпійський спорт	16
2.1 Литовченко М. А. Порівняльний аналіз тренувальних зборів паралімпійських команд з тенісу настільного за 2022 рік (Німеччина, Польща, Чеська Республіка, Словаччина та Україна).....	16
2.2 Мазін В. М., Савчук О. О. Проблема адаптації юних українських гандболістів до змін у соціально-спортивному середовищі.....	23
РОЗДІЛ 3 Теоретико-методологічні основи професійної підготовки фахівців з фізичного виховання	43
3.1 Захарова О. М., Сметанін С. В. Формування здоров'язбережувальних компетентностей у фахівців фізичної культури і спорту в коледжах та закладах вищої освіти	43
3.2 Курта Є. О. Фізкультурно-оздоровчої діяльності у вищих навчальних закладах в умовах дистанційного навчання під час воєнного стану: види, форми, можливість здійснення	50
3.3 Мазін В. М., Шуба Л. В., Бурка О. М., Зайцева О. Л. Перспективні шляхи впровадження європейського досвіду цифровізації фізичної культури і спорту в українському освітньому просторі.....	57
3.4 Порада О. В. Soft skills як необхідна складова курсу «Спортивний менеджмент»	67

3.5 Чередниченко І. А., Брухно Е. Л., Чухланцева Н. В Спортивні ігри в системі професійної підготовки студентів спеціальності 017 Фізична культура і спорт	83
3.6 Чухланцева Н. В., Чередниченко І. А., Брухно Е. Л Професійне самовизначення фахівців фізичної культури і спорту: на шляху формування фахової компетентності	99
3.7 Шуба Л. В., Корж Н. Л Специфіка дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» при підготовці студентів спеціальності 017	117
3.8 Shuba L., Shuba V., Shuba V Professional and applied physical training model for students of the physical culture and sports management faculty	126
ВИСНОВКИ	135

ПЕРЕДМОВА

У монографії представлені результати наукових досліджень у сфері фізичної культури та спорту, а також фізичного виховання осіб різних гендерних, вікових, соціальних груп та різного стану здоров'я.

Вона складається з трьох розділів, присвячених інноваційним технологіям у фізичному вихованні різних груп населення, питанням розвитку методології олімпійського, професійного та параолімпійського спорту, а також теоретико-методологічним засадам професійної підготовки фахівців з фізичного виховання та спорту.

Зокрема, у першому розділі наводяться результати спостережень, зрєлених безпосередньо під час практичної тренерської діяльності стосовно особливостей нідерландської системи навчання плаванню. Автором представлені дані стосовно особливостей та відмінностей системних заходів з навчання прикладним способом плавання та забезпечення безпеки на воді у Нідерландах.

Другий розділ присвячено аналізу тренувальної діяльності та проблем адаптації спортсменів на прикладі настільного тенісу та гандболу. Авторами зроблена спроба як узагальнити існуючий досвід, так і надати певні рекомендації стосовно вдосконалення тренувального процесу в різних видах спорту та при роботі з різним контингентом в сучасних умовах.

У третьому розділі представлені дані досліджень у сфері підготовки фахівців галузі фізичного виховання та спорту на матеріалі, зібраному під час здійснення практичної викладацької діяльності в закладах вищої освіти та з урахуванням проаналізованого досвіду колег і науковців як з України, так і з інших країн світу. Авторами наводяться числені дані опитувань, анкетувань, та інших форм досліджень, проведених як зі студентами закладів вищої освіти, так і з науково-педагогічними працівниками закладів вищої освіти.

Сподіваємось, що монографія буде цікава і корисна студентам, аспірантам, викладачам, фахівцям з фізичного виховання та спорту а також науковцям, що займаються проблематикою розробки раціональних способів вдосконалення тренувального процесу та підготовки спеціалістів галузі фізичного виховання та спорту.

РОЗДІЛ 1

ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ РІЗНИХ ВЕРСТВ НАСЕЛЕННЯ

1.1 Особливості нідерландської системи навчання плаванню

Глущенко Наталія Володимирівна
*кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
доцент кафедри управління фізичною культурою
та спортом НУ «Запорізька політехніка»
0000-0003-0774-8102*

Постановка проблеми. В кожній країні світу навчання плаванню дітей та молоді є важливим завданням, котре спрямоване на збереження життя у воді та розвитку навичку пересування у водному середовищі. Нажаль спостерігається певний дефіцит інформації щодо іноземних методик навчання плаванню. За останні десятиріччя в Україні сформувались певні методи та методики навчання плаванню дітей молодшого шкільного віку. Так, заняття плаванням проводяться паралельно-послідовним методом з дітьми 6–7 років [2]. Деякі фахівці наполягають, що не потрібно вчити дитину, котрій менше 56 років спортивній техніці плавання [1, 2]. В свою чергу треба підкреслити ефективність системи навчання плаванню в Україні, що доводять успіхи вітчизняних пловців [2]. В той же час статистика кількості потонулих дітей залишається тривожною.

Аналіз останніх наукових досліджень.

При навчанні плаванню Elly Singert вважає важливим елементом безпеку у воді. У багатьох країнах, де є доступ до води, навчання плаванню рекомендується як обов'язковий елемент для дітей. Наприклад, в Австралії діти повинні проходити обов'язковий курс навчання плаванню до 12 років [11, 14].

Оскільки ризик утоплення серед дітей є серйозною проблемою в багатьох країнах, важливо мати ефективні системи навчання плавання, щоб забезпечити безпеку дітей. Наприклад, в Європі існує загальноєвропейська програма навчання плаванню для дітей, яка визнана як одна з найбільш ефективних у світі. Як зазначає Venne Holwerda ця програма включає різні рівні навчання плаванню та забезпечує розвиток навичок та безпеку в воді [6].

Навчання плаванню може мати позитивний вплив на розвиток дітей. У навчанні плаванню не тільки розвиваються фізичні навички, але і соціальні навички, такі як співпраця з іншими дітьми та

комунікація з іншими учасниками групи. Це може допомогти дітям розвиватися як особистість та готувати їх до подальшого життя.

Однак, Wilkins K., Norper C. зазначають, що навчання плаванню може бути складним завданням для дітей з особливими потребами, тому їм можуть потрібні додаткові заходи безпеки та підтримки. Дослідження показали, що індивідуальні програми та індивідуальний підхід до дітей з особливими потребами можуть бути ефективними у навчанні плаванню [15].

Загалом, навчання плаванню має багато переваг для дітей, особливо в контексті їхнього фізичного та соціального розвитку. Є багато різних програм та систем навчання плаванню, які можуть бути ефективними для дітей з різними потребами та в умовах різних країн [2, 11, 13].

У світлі цього питання варто вивчити та можливо запозичити досвід навчання плаванню дітей та молоді у Нідерландах. Система навчання плаванню «Zwemmen Diploma» є для нас дуже незвичною, але в той же час цікавою та корисною. По-перше, варто зауважити, що ця система плавання є державною програмою країни та використовується у кожному регіоні Нідерландів, як обов'язкова. Основним призначенням цієї програми є завдання навчити дитину виживати у воді у випадку падіння у воду, тобто плавати в одязі, занурюватися під воду, стрибати та вибиратися на сушу. Як правило, батьки записують своїх дітей на заняття ще з 2–3-річного віку та чекають своєї черги. До занять діти приступають у віці 4–5 років.

Організація занять відбувається наступним чином, а саме: розподіл басейнів на 4 сектори, в котрих успішність дітей ідентифікують за кольором браслетів (червоний, зелений, блакитний, жовтий, помаранчевий, коричневий та золотий). Діти отримують браслети згідно виконаних тестів, котрі затверджені у програмі. Так, на початку занять малюки отримують червоний браслет, а після складання тестів отримують зелений. Таким чином дитина переходить з одного водного сектору до іншого при умові складання тестів. На рівні отримання помаранчевого браслету дитина отримує диплом класу «А», а на рівні золотого диплом класу «В» й нарешті диплом вищого ступеня «С» дитина отримує після складання тестів на рівні золотого браслету.

Надалі, ми наводимо опис тестів для кожного з рівнів вміння плавати згідно кольору браслетів.

З перших занять плаванням дитина отримує червоний браслет (плавальний сектор 1, глибина 1 м).

Мета занять на цьому етапі – ознайомлення з водним середовищем.

Вправи:

- ходіння у воді;
- біг у воді;
- опускання у воді носу, вушей та усього обличчя;
- стрибки з бортику басейну;
- пересування у воді у вертикальному положенні за допомогою ніг та рук;
- лазіння, вскарабкування тощо на плавучі предмети (плоти, мат, бортик);
- дмухання на предмети, котрі пересуваються по поверхні води;
- виконання видохів у воду;
- занурювання під воду;
- відкривання очей під водою;
- діставання предметів з дна басейну;
- лежання на воді на груди та на спині без допоміжних засобів;
- різноманітні ігри на опанування рухів у воді.
- навчання плаванню за допомогою ніг брасом на груди та на спині;
- навчання плаванню за допомогою ніг кролем на груди та на спині;

Критерії для отримання зеленого браслету:

- вміння стрибати з бортика басейну у воду;
- вміння діставати предмети з дна басейну з розплющеними очима;
- вміння лежати на поверхні воді у горизонтальному положенні на груди та на спині;
- опанування основних рухів роботи ногами брасом на груди та на спині;
- опанування основних рухів роботи ногами кролем на груди та на спині;
- вміння взбиратися з води на бортик басейну.

Зелений браслет (плавальний сектор 1, глибина 1 м). Навчання плаванню на цьому етапі відбувається також у першому водному секторі.

Вправи:

- стрибки з бортику басейну;
- відкривання очей під водою;
- вміння самостійно лежати на поверхні воді на груди та на спині;
- занурювання під воду та пропливання крізь обручі;
- плавання за допомогою ніг брасом на груди та на спині;
- плавання за допомогою ніг кролем на груди та на спині;

– опанування початкових рухів у повній координації плавання брасом;

– опанування початкових рухів у повній координації плавання кролем на спині;

– опанування початкових рухів у повній координації плавання кролем на груді.

Крітерії для отримання синього браслету:

– вміння стрибати з бортику басейну;

– вміння відкривати очі під водою;

– вміння самостійно лежати на поверхні воді на груді та на спині;

– вміння занурюватися під воду та пропливати крізь обручі;

– вміння плавати за допомогою ніг брасом на груді та на спині;

– вміння плавати за допомогою ніг кролем на груді та на спині;

– вміння на початковому рівні плавати у повній координації кролем на спині;

– вміння на початковому рівні плавати у повній координації кролем на груді.

Синій браслет (плавальний сектор 2, глибина 1,20 м).

Вправи:

– занурювання під воду та пропливання через кільце;

– плавання за допомогою ніг брасом на груді з поплавками на тулубі;

– плавання за допомогою ніг брасом на спині з поплавками на тулубі;

– плавання брасом у повній координації з головою над поверхнею води з поплавками на тулубі;

– плавання за допомогою ніг кролем на спині з поплавками на тулубі;

– плавання за допомогою ніг кролем на груді з дошкою з поплавками на тулубі;

– плавання кролем на спині у повній координації з поплавками на тулубі;

– плавання кролем на груді у повній координації з поплавками на тулубі;

– змінювати положення тіла у воді переверотом з положення лежачи на груді у положення лежачи на спині;

– вміння самостійно триматися у воді у вертикальному положенні.

Крітерії для отримання жовтого браслету:

– вміння з бортику занурюватися під воду та пропливати через кільце;

- вміння пропливати 12 м за допомогою ніг брасом на груди з поплавками на тулубі;
- вміння пропливати 12 м за допомогою ніг брасом на спині з поплавками на тулубі;
- вміння пропливати 7 м брасом у повній координації з головою над поверхнею води з поплавками на тулубі;
- вміння пропливати 7 м кролем на спині у повній координації з поплавками на тулубі;
- вміння пропливати 7 м плавання кролем на груди у повній координації з поплавками на тулубі;
- вміння змінювати положення тіла у воді переворотом з положення лежачи на груди у положення лежачи на спині;
- вміння самостійно триматися у воді у вертикальному положенні 15 с.

Жовтий браслет (3 сектор, глибина басейну 2 м).

Вправи:

- плавання брасом на груди та на спині 50 м в одязі та взутті з поплавками;
 - стрибки з бортику басейну в одязі та взутті з поплавками
 - триматися у вертикальному положенні у воді протягом 15 с в одязі та взутті;
 - вміння взбиратися на бортик басейну та водний плот в одязі та взутті з поплавками;
 - плавання брасом на груді та на спині 50 м з поплавками;
 - стрибки з бортику басейну з поплавками
 - триматися у вертикальному положенні у воді протягом 15 с з поплавками;
 - взбиратися на бортик басейну та водний плот і з поплавками;
 - пірнання у воду з бортика та пропливання під водою 5 м через кільце без поплавоків;
 - плавання кролем на спині з поплавками 12,5 м;
 - плавання кролем на груди з поплавками 12,5 м;
- Критерії отримання помаранчевого браслету:
- вміння пропливати брасом на груді та на спині 50 м в одязі та взутті з поплавками;
 - вміння виконувати стрибки з бортику басейну в одязі та взутті з поплавками
 - вміння триматися у вертикальному положенні у воді протягом 15 с в одязі та взутті;
 - вміння взбиратися на бортик басейну та водний плот в одязі та взутті з поплавками;

- вміння пропливати плавання брасом на груді та на спині 50 м з поплавками;
 - вміння виконувати стрибки з бортику басейну;
 - вміння триматися у вертикальному положенні у воді протягом 15 с з поплавками;
 - вміння взбиратися на бортик басейну та водний плот і з поплавками;
 - вміння пірнати у воду з бортика та пропливання під водою 5 м через кільце без поплавків;
 - вміння пропливати кролем на спині з поплавками 12,5 м;
 - вміння пропливати кролем на груді з поплавками 12,5 м.
- Помаранчевий браслет (3 плавальний сектор, глибина басейну 2 м).

Вправи:

- плавання брасом на груді та на спині 50 м в одязі та взутті;
- стрибки з бортику басейну в одязі та взутті;
- триматися у вертикальному положенні у воді протягом 20 с в одязі, та взутті;
- вміння взбиратися на бортик басейну та водний плот (на нього та під нього) в одязі та взутті;
- плавання брасом на груді та на спині 100 м;
- пірнання у воду з бортика та пропливання під водою 5 м через кільце;
- плавання кролем на спині у повній координації 12,5 м;
- плавання кролем на груді у повній координації 12,5 м;

Варто зазначити, що на цьому етапі дитина з браслетом помаранчевого кольору отримує диплом А та може припинити заняття плаванням. З дипломом А дитина може відвідувати будь-які басейні та водні рекреаційні центри без обмежень та додаткових плавальних засобів для підтримки у воді.

Критерії отримання коричневого браслету:

- вміння пропливати брасом на груді та на спині 50 м в одязі та взутті;
- вміння виконувати стрибки з бортику басейну в одязі та взутті;
- вміння триматися у вертикальному положенні у воді протягом 15 с в одязі та взутті;
- вміння взбиратися на бортик басейну та водний плот в одязі та взутті;
- вміння пропливати плавання брасом на груді та на спині 50 м;
- вміння виконувати стрибки з бортику басейну;

- вміння триматися у вертикальному положенні у воді протягом 15 с;
 - вміння взбиратися на бортик басейну та водний плот;
 - вміння пірнати у воду з бортика та пропливання під водою 5 м через кільце;
 - вміння пропливати кролем на спині з поплавками 12,5 м;
 - вміння пропливати кролем на груді з поплавками 12,5 м.
- Коричневий браслет (4 плавальний сектор, глибина басейну 2 м).

Вправи:

- 100 м в одязі (куртка-ветрівка, брюки, взуття) брасом на груди та на спині;
- занурення у воду сидячи на бортику спиною;
- занурення у воду з бортику кувирком вперед;
- різноманітні стрибки з бортику (солдатиком, з головою над водою, стрілочкою та ін.);
- занурювання під воду на глибину 2 м;
- пропливання під водою 7 м через кільце;
- пропливання кролем на спині у повній координації 20–25 м;
- пропливання кролем на груді у повній координації 20–25 м;
- тримання у воді у вертикальному положенні на протязі 30 с;
- тримання у воді у вертикальному положенні з предметом;
- зміна положення тіла у воді (на груді, на спині та вертикально).

Критерії отриманні золотого браслету:

- пропливання 100 м в одязі (куртка ветровка, брюки, взуття) брасом на груди та на спині;
- вміння занурення у воду сидячи на бортику спиною;
- вміння занурюватися у воду з бортику кувирком вперед;
- вміти виконувати різноманітні стрибки з бортику (солдатиком, з головою над водою, стрілочкою та ін.);
- вміти занурюватися під воду на глибину 2 м;
- вміння пропливати під водою 7 м через кільце;
- технічне пропливання кролем на спині у повній координації 20–25 м;
- технічне пропливання кролем на груді у повній координації 20–25 м;
- вміння триматися у воді у вертикальному положенні на протязі 30 с;
- вміння триматися у воді у вертикальному положенні з предметом;
- вміння змінювати положення тіла у воді (на груді, на спині та вертикально).

Золотий браслет (4 плавальний сектор, глибина басейну 2 м).

Вправи:

– пропливання 100 м в одязі (куртка ветровка, брюки, взуття) брасом на груди та на спині;

– пропливання 150 м без одязі (тільки у плавальному костюмі) брасом на груди та на спині;

– занурення у воду сидячи на бортику спиною;

– занурення у воду з бортику кувирком вперед;

– виконання різноманітних стрибків з бортику (солдатиком, з головою над водою, стрілочкою та ін.);

– занурюватися під воду на глибину 2 м під час долаття дистанції 25 м брасом;

– пропливати під водою 9 м через кільце;

– технічне пропливання кролем на спині у повній координації 25 м;

– технічне пропливання кролем на груди у повній координації 25 м;

– триматися у воді у вертикальному положенні на протязі 60 с;

– триматися у воді у вертикальному положенні з предметом;

– змінювати положення тіла у воді (на груди, на спині та вертикально).

Критерії отримання золотого браслету:

– вміння без зупинки проплисти 100 м в одязі (куртка ветровка, брюки, взуття) брасом на груди та на спині;

– вміння без зупинки проплисти 150 м без одязі (тільки у плавальному костюмі) брасом на груди та на спині;

– вміння занурюватися у воду сидячи на бортику спиною;

– вміння занурюватися у воду з бортику кувирком вперед;

– вміння виконувати різноманітних стрибків з бортику (солдатиком, з головою над водою, стрілочкою та ін.);

– вміння занурюватися під воду на глибину 2 м під час подолання дистанції 25 м брасом;

– вміння пропливати під водою 9 м через кільце;

– технічно правильно проплисти кролем на спині у повній координації 25 м;

– технічно правильно проплисти кролем на груди у повній координації 25 м;

– вміння триматися у воді у вертикальному положенні на протязі 60 с;

– вміння триматися у воді у вертикальному положенні з предметом;

– вміння змінювати положення тіла у воді (на груди, на спині та вертикально).

На цьому етапі дитина отримує диплом класу «В» та може припинити заняття з навчання плаванню. В той же час, за бажанням, дитина може продовжити навчання та претендувати на отримання диплому класу «С». Під час подальших занять вивчаються основи плавання батерфляєм та збільшується обсяг плавальних відрізків та їх інтенсивність.

Наприкінці курсу плавання школа забезпечує проведення відкритого святкового уроку за присутності родичів дитини. Діти демонструють отримані плавальні навички та урочисто отримують диплому та пам'ятні подарунки.

Інвентарь для навчання плаванню: плавальні дошки; легкі кольорові блоки; легкі кольорові шари; нудли, мати; гумові кільця; пояси-поплавки; м'ячі; обручі; бар'єри підводні; калабашки; портативна водна гірка та ін.

Варто зазначити, що термін проходження програми не обмежений та може зайняти від 3 місяці до року. Перевагою цієї програми є отримання досвіду виживання у водному середовищі та придбання навичок прикладного плавання. Серед недоліків можна підкреслити деяку ступінь одноманітності у вправах та змісту занять. Але основним підґрунтям цієї програми є статистика кількості потонулих дітей у Нідерландах, котра є найменшою з усіх країн світу. На нашу думку, запозичення основ цієї програми було б слушним та актуальним для профілактики кількості потонулих в Україні.

Список використаних джерел

1. Ганчар И.Л. Методика преподавания плавания: технология обучения и совершенствование : учебник И.Л. Ганчар. Одесса : ДРУК, 2006. 696 с.

2. Платонов В.Н. Плавание [под ред. В.Н. Платонова]. Киев: Олимпийская литература, 2000. 495 с.

3. Bart Suns. Waardig zwemmen. Combipakket. Acco Publishers, 2019. 180 p.

4. Brummel S. Zwemmen. Suzanne Brummel. Spectrum, 2020. 124 p.

5. Holwerda B. «De zwemschool: Leren zwemmen volgens het Zwem-ABC» by Benne Holwerda. Published, 2015. 130 p.

6. Klassen B. Met success op zwemmes. Britt Klasseen, Dave Klasseen. Morgen sterk, 2022. 96 p.

7. Koks I. Zvvem. Irma Koks. Acco Publishers, 2019. 120 p.

8. Lawrence L. Teaching Swimming and Water Safety: The Australian Way by Laurie Lawrence. Laurie Lawrence Enterprises, 2014. 200 p.

9. Martelaer K. Levenslag zwemmen. Kristine de martelaer. Titeke Postma, 1999. 320 p.

10. Postma T. Leren zwemmen is leuk. Titeke Postma, 2022. 160 p.

11. Singer E. «Zwemles: Van watergewenning tot zwemdiploma» by Elly Singer and Marijke van Bommel. Publish, 2016. 167 p.

12. Suans H. Zwi plus. Han Suans. MBO-keuzedelen. 2022, 158 p.

13. Taets A. Water-wennen. Ann Taetz. Acco Publishers, 2020. 130 p

14. Teaching Swimming by Australian Swimming Coaches and Teachers Association. Human Kinetics Publishers, 2016. 145 p.

15. Wilkins, K., Hopper, C. Swimming programs for children with disabilities: A systematic review. *Adapted Physical Activity Quarterly*. 2016. 33(4). P. 315–336. <https://doi.org/10.1123/apaq.2015-0127>

РОЗДІЛ 2 ОЛІМПІЙСЬКИЙ, ПРОФЕСІЙНИЙ ТА ПАРАОЛІМПІЙСЬКИЙ СПОРТ

2.1 Порівняльний аналіз тренувальних зборів паралімпійських команд з тенісу настільного за 2022 рік (Німеччина, Польща, Чеська Республіка, Словаччина та Україна)

Литовченко Марина Андрівна
*аспірант Харківського національного
педагогічного університету імені Г. С. Сковороди*

Вступ. Війна негативно впливає на всі сфери життя та види діяльності людей. І спортсмени паралімпійської команди з тенісу настільного не є виключенням. Вони, як і всі українці, зіткнулися з особистими та соціальними проблемами привнесеними жахами війни. Можливості держави та громадян щодо розвитку спортивної діяльності значно зменшилися. Але український спорт продовжує своє існування. У статті [1], було проведено онлайн-анкетування зі спортсменами паралімпійської збірної команди з тенісу настільного і ми дізналися, що збірна команда не провела жодного тренувального збору в Україні та поза її межами. Проте, деяким спортсменам вдалося бути присутніми на тренувальних зборах таких команд, як Німеччина, Польща, Чеської Республіки та Словаччина.

Навчально-тренувальні збори – спортивні заходи, що здійснюється організаторами для підготовки спортсменів в участі у спортивних змаганнях [2].

Виділяють основні чотири види навчально-тренувальних зборів: із спеціальної підготовки – в основному робота спрямована на тактичну та спеціально-технічну підготовку спортсмена; зі загальної фізичної підготовки – робота спрямована на розвиток фізичних якостей залежно від специфіки спорту; зі поглибленого медичного огляду – ціль цього збору визначити фізичних та функціональних можливостей спортсмена; та відновлювальні (реабілітаційні) – відновлення фізичного і психологічного стану спортсменів після участі у спортивних змаганнях.

Мета та завдання дослідження. *Мета* роботи – проаналізувати графік навчально-тренувальних зборів та результати виступів паралімпійських збірних команд Німеччини, Польщі, Чеської Республіки та Словаччини і визначити роль та місце таких зборів у підготовці українських тенісистів. Виявити, який з графіків тренувального процесу є більш ефективним та практичним щодо досягання високих спортивних результатів на міжнародній арені.

Згідно з метою сформульовані наступні основні *завдання*:

1. Проаналізувати графіки навчально-тренувальних зборів паралімпійських збірних команд Німеччини, Польщі, Чеської Республіки, Словаччини та України.

2. Провести порівняльний аналіз результатів виступів збірних команд Німеччини, Польщі, Чеської Республіки, Словаччини та України на змаганнях 2022 року.

3. Надати практичні рекомендації щодо особливостей підготовки збірних команд з тенісу настільного до змагального процесу.

Матеріали та методи дослідження. Матеріалом є наявність графіків тренувальних зборів національних команд Німеччини, Польщі, Чеської Республіки, Словаччини та України. Результати збірних команд Німеччини, Польщі, Чеська Республіка, Словаччини та України отримані на офіційному ресурсі «ITTF Para Table Tennis» в розділі «Результат» [3].

Методи дослідження: аналіз Інтернет ресурсів та представлених графіків навчально-тренувальних зборів паралімпійських команд; бесіди; опитування; методи математичної статистики обробки отриманих результатів.

Результати дослідження.

Нами було проведено порівняльний аналіз розкладів навчально-тренувальних зборів п'яти паралімпійських збірних країн світу з тенісу настільного.

Таблиця 1 – Розклад навчально-тренувальний збір
(збірна Словаччина) 24–29.02.2022

	24.02	25.02	26.02	27.02	28.02
7:00-9:00		Сніданок	Сніданок	Сніданок	Сніданок
10:00-12:00	Тренування	Тренування	Тренування	Тренування	Тренування
13:00	Обід	Обід	Обід	Обід	Обід
16:00-18:00	Тренування	Тренування	Вільний час	Тренування	Роз'їзд
18:10	Вечеря	Вечеря	Вечеря	Вечеря	
19:00-20:00	Тренування (подавання подач)	Тренування (подавання подач)	Тренування (подавання подач)	Тренування (подавання подач)	

Як видно з табл. 1., збірна команда Словаччини, за 5 тренувальних днів мала 8 тренувальних занять обов'язкових та 4 тренування за власним бажанням (подавання подач). Наочно видно, що

інтервал навчально-тренувального збору складає 5 днів, тому в розкладі лише один вихідний. Тобто, команда Словаччини має лише півдня на відновлення організму спортсменів після тренувальних навантажень.

Збірна команда Чеської Республіки (табл. 2) за 4 дні має шість тренувань та турнір. Як і на першому тренуванні так і на другому тренуванні спортсмени поділяються на дві групи А і В. Це пов'язано з тим, що в спортивному залі знаходилося лише чотири тенісних столи.

Таблиця 2 – Розклад навчально-тренувальний збір
(збірна Чеська Республіка) 18–21.08.2022 р.

		18.08	19.08	20.08	21.08
Сніданок		7:30 -8:30	7:30-8:30	7:30-8:30	7:30-8:30
I тренування	Група А	ФІЗІО 9:00-9:30 Трен. 9:30-10:30	ФІЗІО 9:00-9:30 Трен. 9:30-10:30	ФІЗІО 9:00-9:30 Трен. 9:30-10:30	Турнір
	Група В	ФІЗІО 10:15-10:45 Трен. 10:45-12:00	ФІЗІО 10:15-10:45 Трен. 10:45-12:00	ФІЗІО 10:15-10:45 Трен. 10:45-12:00	
Обід		12:30 - 13:30	12:30-13:30	12:30-13:30	12:30-13:30
II тренування	Група А	ФІЗІО 14:25-14:55 Трен. 14:55-16:00	ФІЗІО 14:25-14:55 Трен. 14:55-16:00	ФІЗІО 14:25-14:55 Трен. 14:55-16:00	Роз'їзд
	Група В	ФІЗІО 15:45-16:15 Трен. 16:15-18:00	ФІЗІО 15:45-16:15 Трен. 16:15-18:00	ФІЗІО 15:45-16:15 Трен. 16:15-18:00	
Вечеря		18:00-19:00	18:00-19:00	18:00-19:00	

В даній таблиці ми бачимо поняття «ФІЗІО», яке розшифровується як робота з фізіотерапевтом. Перед кожним тренуванням спортсмени Чеської збірної працюють з фізіотерапевтом, що дозволяє спортсменам не лише провести розминку перед тренуванням, але й надають можливість індивідуально підібрати вправи для кожного спортсмена з інвалідністю.

В Таблиці 3. представлено навчально-тренувальний збір польської команди, яка має 10-днівний збір. Графік тренування складається з трьох циклів. Розглянемо один із циклів: два тренувальних дні та третій день тільки ранкове тренування. За 10 днів навчально-тренувальних зборів проводиться 14 тренувань, по два на пів вихідного дня. Порівняно з командами Словаччини та Чеської Республіка, можна побачити, що у Польській збірній команді є додаткові заходи щодо відновлення

спортсменів. Окрім вільного часу, польські спортсмени мають можливість кожного вечора відвідувати сауну та через день відвідати басейн.

Таблиця 3 – Розклад навчально-тренувальний збір (збірна Польщі)
04–13.08.2022 р.

	04.08	05.08	06.08	07.08	08.08	09.08	10.08	11.08	12.08	13.08
Сніданок		8:00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00
I тренування	Звіт	10:00-12:00	10:00-12:00	10:00-12:00	10:00-12:00	10:00-12:00	10:00-12:00	10:00-12:00	10:00-12:00	Від'їзд
Обід		13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	
II тренування		15:30-17:30	15:30-17:30	Вільний час	15:30-17:30	15:30-17:30	Вільний час	15:30-17:30	15:30-17:30	
Вечеря		18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	
Сауна		20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	
Басейн		20:00		20:00		20:00		20:00		

Команда Німеччини (табл. 4) за 8 тренувальних днів має можливість провести 25 тренувань, а саме: 14 обов'язкових тренувань та 11 тренувань за власним бажанням. Команда має фізіотерапевтів (ФІЗІО), які можуть займатися зі спортсменами, як індивідуально, так і в групі. У даному розкладі ми бачимо, що спортсмени збірної Німеччини не мають окремо відведено часу щодо відновлення або додаткових заходів, як наприклад,

польська команда, яка має можливість відвідувати басейн чи сауну. Німецькі спортсмени мають інтенсивні збори, які спрямовані на тренувальний процес, але при відчутті втоми, кожен спортсмен може не відвідувати тренування, а зробити собі відпочинок, повідомивши тренера.

Таблиця 4 – Розклад навчально-тренувальний збір,
м. Дюссельдорф 11–18.09.2022 р. (збірна Німеччини)

	Неділя	Понеділок	Вівторок	Середа	Четвер	П'ятниця	Субота	Неділя
7:30-8:00	Тренування (індивідуально)							
8:15	Сніданок							
9:30-11:30	Тренування							Тренування (здати ключи від кімнати)
12:00-12:45	Обід							
	Відпочинок							13:00 звільнення кімнат 14:00 Виїзд
15:30-17:30	До 18:00 заїзд	Тренування						
17:45-18:30	Вечера				вечера від Бйорн (шашлик)	Вечера		
ФІЗІО		14:00-16:00 і в 20:00 Кевін		14:00-16:00 і в 20:00 Кевін	В 15:00 Юлія	Юлія	Юлія + Кевін	Юлія + Кевін (для тих хто залишився)
19:30-21:30	Тренування	Тренування (індивідуально)				Спортивний психолог (Торстен): «Як справитися зі зростаючою напругою»	Тренування (індивідуально)	
	ВІДБІЙ							

Збірна команди України після 24 лютого 2022 року жодного разу не провела навчально-тренувальних зборів, як на території України так і поза її межами. За приклад ми обрали графік НТЗ за січень 2022 року.

У табл. 5. видно, що зазвичай у збірної команди України за 10 днів відбувається 16 обов'язкових тренувань та ще одне за власним бажанням. Також спортсмени мають додаткову можливість відвідувати спортивну залу після кожного офіційного тренування. Також кожний четвертий день – є відновлювальним, так як раннє тренування триває лише годину, а у вечір є можливість відвідати сауну.

Таблиця 5 – Розклад навчально-тренувального збору в Чернігові, 18–28.01.2022 р. (збірна України)

	19.01	20.01	21.01	22.01	23.01	24.01	25.01	26.01	27.01	28.01
8:00	Сніданок									
11:00-11:45	Тренажерний зал				Тренажерний зал				Тренажерний зал	
9:00-11:00	Тренування		Тренування (9:00-10:00)		Тренування			Тренування (9:00-10:00)	Тренування	
12:00	Обід									
15:30-17:30	Тренування				Тренування				Тренування	
17:30-18:00	Тренажерний зал				Тренажерний зал				Тренажерний зал	
18:00	Вечеря									
20:00-22:00				Сауна				Сауна		
										Тренування - індивідуально
										Роз'їзд

З представлених графіків ми бачимо, що не всі з представлених збірних команд приділяють увагу процесу відновлення, наприклад, національна команда Німеччини має 14 обов'язкових тренувань та 11 тренувань за власним бажанням, але в розкладі ми не бачимо виділеного часу на відпочинок або відновлення. Звісно, що спортсмен який відчуває втому, має можливість не прийти на тренування і зробити собі вихідний (повідомивши тренера), але для відновлення організму важливо мати можливість відвідувати ще й сауну, басейн або масажні процедури. Національні збірні Чеська Республіка та Словаччини не мають в своєму розкладі заходи для відновлення, але це може бути пов'язано з тим, що навчально-тренувальний збір триває лише 4–5 днів. Збірні України та Польщі мають заходи відновлення, чого не можемо сказати про збірні Німеччини, Чеської Республіки та Словаччини.

Розглянемо результати збірних команд Німеччини, Польщі, Чеської Республіки, Словаччини та України на Чемпіонаті Світу, який

відбувся в Іспанії [2]. З табл. 6 видно, що збірна команда Польщі увійшла до трійки лідерів за медальним заліком. Поляки здобули 3 золоті, 5 срібних та 7 бронзових нагород.

Німеччина зупинилася на п'ятому місці у медальному заліку, а Україна потрапила до топ-10. Словаччина посіла 25 місце, завоювавши 3 бронзові нагороди. Спортсмени збірної команди Чеської Республіки не змогли потрапити до медального заліку даної таблиці, так як жоден спортсмен не зміг завоювати медаль.

Таблиця 6 – Медальний залік Чемпіонату Світу за 2022 рік

Місце в медальному заліку	Країна	Золото (1 місце)	Срібло (2 місце)	Бронза (3 місце)
3	Польща	3	5	7
5	Німеччина	3	2	3
7	Україна	3	1	-
25	Словаччина	-	-	3
-	Чеська Республіка	-	-	-

У табл. 7. Наведено інформацію про кількість спортсменів які здобули кваліфікацію на Чемпіонат Світу 2022 рік. Від збірної команди Польщі це 19 спортсменів, які мали можливість представити свою національну команду. Спортсмени з Німеччини здобули 13 ліцензій, Україна – 7, Словаччина та Чеська Республіка – по 5.

Таблиця 7 – Кількість спортсменів, які здобули кваліфікацію на Чемпіонат Світу в 2022 року

Країна	Кількість спортсменів
Німеччина	13
Польща	19
Україна	7
Словаччина	5
Чеська Республіка	5

З кількості спортсменів, які отримали ліцензії на Чемпіонат Світу помітно, що чим більше спортсменів від країни беруть участь у змаганнях, тим більше можливостей отримати високі результати. Як приклад, команда Польщі, 19 спортсменів і відповідно 15 високих нагород і третя сходинка медального заліку.

Висновки. Аналіз 5 графіків навчально-тренувальних зборів збірних команд Німеччини, Польщі, Чеської Республіки, Словаччини та України, вказують на різні підходи до їхнього проведення. Найбільший інтервал зборів мають збірні України та Польщі – по 10 днів, збірна Німеччини – 8 днів, а збірні Словаччини та Чеської Республіки

відповідно 4–5 днів. Привертає увагу, що збірні Німеччини, Словаччини та України мають додаткові тренування за власним бажанням і це дає можливість збільшити кількість тренувань. Процес відновлення також є важливою складовою. Ефективне тренування залежить не тільки від кількості тренувань, але й від якості відпочинку та заходів щодо відновлення (масаж, басейн, сауна тощо). Якісний відпочинок допомагає відновити організм і покращує рівень продуктивності спортсмена.

Аналізуючи кількість спортсменів, які здобули ліцензії на Чемпіонат Світу та тривалість навчально-тренувальних зборів можна стверджувати, що ці фактори взаємопов'язані.

За результатами виступів збірних команд відмічаємо, що високий результат показали команди у яких навчально-тренувальний збір триває 8–11 днів. Так наприклад, збірні Німеччини, Польщі і України, які за результатами Чемпіонату Світу входять у топ-10 країн із 51-ї країни і 5-ти континентів (Азія, Африка. Північна та Південна Америка, Океанія та Європа) [2].

Перспективи наших подальших досліджень полягають у пошуку елементів та створенні адекватної моделі тренування збірної команди з тенісу настільного в умовах сучасних викликів.

Список використаних джерел

1. Литовченко М.А. Аналіз психологічного стану членів Паралімпійської збірної команди України з тенісу настільного в умовах воєнного часу. *Фізична культура і спорт. Виклики сучасності*. 2022. №2. С.63-75. URL: <https://zenodo.org/record/7249114#.Y-UsubVByUk>

2. Про затвердження Положення про порядок організації і проведення офіційних спортивних змагань і навчально-тренувальних зборів та порядок матеріального забезпечення їх учасників. Міністерство молоді та спорту України від 9.02.2018 р. № 617 URL: https://www.wikiwand.com/wiki/Міністерство_молоді_та_спорту_України

3. Турніри. URL: <http://stats.ipttc.org/tournaments>

2.2 Проблема адаптації юних українських гандболістів до змін у соціально-спортивному середовищі

Мазін Василь Миколайович

*доктор педагогічних наук, професор
в.о. завідувача кафедри управління фізичною культурою
та спортом НУ «Запорізька політехніка»
0000-0001-5247-1507*

Початок бойових дій на території нашої країни спричинив не тільки катастрофічні зміни в економіці, а й вплинув на спосіб та стиль життя кожного громадянина, змінивши сферу споживання, зміст соціальних практик і, часто, місце мешкання. Останнє стосується як дорослих людей, так і підлітків, які займаються спортом, зокрема, гандболом. Значна частина з них с початку бойових дій виїхала за межі країни, де продовжує спортивну і навчальну діяльність.

Однак, на сьогодні залишається відкритим запитання про те, наскільки незнайоме соціально-спортивне середовище є для них комфортним. Чи є відмінності у суб'єктивному сприйнятті свого соціального оточення та статусу між спортсменами, які залишилися в Україні та виїхали за її межі?

У публікаціях Р. Брандта [12], П. Греко [16], С. Хойера [17], Д. Кокстейна [18], Ж. Зіва [20] дано вичерпну характеристику гандболістів підліткового віку у соціальному контексті. Зокрема, авторами підтверджено, що юнаки 13–15 р. характеризуються бурхливим ростом тіла, розвитком фізіологічних систем організму, глибинною перебудовою психіки, а також перемінми у поведінці, пов'язаним зі зміною соціальних ролей і функцій, притаманних дитячому віку на більш дорослі.

При цьому соціальна поведінка юнаків-підлітків характеризується тим, що вони: стають емоційними, лабільними; шукають «гострі відчуття» і сильно ризикують; починають звертати увагу на дівчат і хочуть їм подобатися; болісно реагують на зауваження і бурхливо висловлюють незгоду; не доводять розпочате до кінця; швидко втомлюються; стають дратівливими; схильні до раптових змін настрою [16].

Разом з тим, як відзначає П. Греко [16], у підлітковому віці поступово зміцнюється сила волі, самовладання, зростає здатність до подолання труднощів, вияв рішучості й наполегливості. зворотних логічних операцій, міркувань та умовиводів, що стають більш свідомими, обґрунтованими. Особливого значення набувають дружба і товаришування.

Попередній аналіз наукових джерел дозволив визначитися із вихідними термінами дослідження. Зокрема, знайомство із публікаціями Г. Бала [1], М. Блажківського [2], О. Бондаренко [3], І. Городняка [4], О. Луньової [7], дозволило обґрунтувати розуміння соціально-психологічної адаптації як процесу і результату включення особистості або групи людей до соціального середовища через вирішення проблем

взаємодії з іншими особами, групами та суспільством, які ведуть як до розвитку всіх суб'єктів взаємодії, так і до змін самого середовища.

Вивчення публікацій П. Бурснала [13], Л. Коробки [6], А. Татьянчикова [8], Н. Ходорівської [9], О. Шклярівської [10], М. Фессела [15], П. Штомпки [11] дозволило визначити, що існують певні закономірності у виникненні психологічних проблем, пов'язаних із входженням людини в інокультуру або у нові соціальні реалії. Розподіл цих проблем вказує на типологічні особливості, властиві великим групам людей, які опинилися в умовах вимушеної зміни способу життя, незалежно від багатьох індивідуальних (гендерних, вікових тощо) відмінностей.

Серед основних показників адаптованості особистості вченими визначаються: суб'єктивна оцінка змін в образі життя, ступінь включення у спілкування, емоційний стан, ступінь соціальної задоволеності (фрустрованості). Є всі підстави вважати, що ці показники можуть стати основою для оцінювання адаптованості юних гандболістів до соціально-спортивного середовища [7, 19, 14].

Разом із тим, у проаналізованих наукових джерелах нами не знайдено даних про хід адаптації і стан адаптованості юних українських гандболістів до змін у соціально-спортивному середовищі, викликаних бойовими діями на території нашої країни. Зокрема, на сьогодні залишається відкритим запитання про те, наскільки для юних гандболістів соціально-спортивне середовище, яке змінилося під впливом початку бойових дій є комфортним. При цьому досі немає відповіді на запитання: Чи є відмінності у суб'єктивному сприйнятті свого соціального оточення та статусу між спортсменами, які залишилися в Україні та виїхали за її межі?

Для пошуку відповідей на сформульовані вище запитання проведено дослідження, тема якого сформульована нами таким чином: «Проблема адаптації юних українських гандболістів в європейському соціально-спортивному середовищі».

Об'єкт дослідження: життєдіяльність юних українських гандболістів в умовах зміни соціального середовища, викликаного початком бойових дій.

Предмет дослідження: соціально-психологічна адаптація українських гандболістів 13–15 років в європейському соціально-спортивному середовищі.

Гіпотеза: юні українські гандболісти, незалежно від того, виїхали вони чи ні з країни у зв'язку із початком бойових дій, на сьогодні мають достатній рівень соціально-психологічної адаптації у середовищі, де знаходяться.

Мета дослідження: схарактеризувати стан адаптованості українських гандболістів 13–15 років в європейському соціально-спортивному середовищі.

У рамках поставленої мети визначені такі завдання:

- схарактеризувати об'єктивні і суб'єктивні чинники, які впливають на адаптацію юних українських гандболістів в європейському соціально-спортивному середовищі;
- обґрунтувати показники соціально-психологічної адаптованості юних гандболістів;
- схарактеризувати стан соціально-психологічної адаптованості юних гандболістів, які залишилися у країні та виїхали за кордон з початку бойових дій;
- виявити відмінності у соціально-психологічній адаптованості між юними гандболістами, які залишилися у країні та виїхали за кордон з початку бойових дій.

У дослідженні використано наступні методи:

- аналіз наукових і методичних джерел;
- педагогічне спостереження;
- анкетування;
- використання психометричної методики;
- методи математичної статистики.

Аналіз джерел проводився з використанням сервісу Google Scholar у вересні-жовтні 2022 року.

Пошукові слова були такими: соціальна адаптація, гандболісти, підлітки, середовище, адаптованість. Також було проведено аналіз ресурсів бібліотеки НУ «Запорізька політехніка». До аналізу потрапили статі, книги, монографії, підручники, дисертації, які суттєво стосуються теми.

Під час прийняття публікацій до числа аналізованих, ми виходили з того, що вони мають бути:

- опубліковані в рецензованому академічному джерелі;
- безпосередньо пов'язані із темою соціально-психологічної адаптації спортсменів різної кваліфікації.

Початковий пошук за цими критеріями дав 79 результатів.

З числа цих публікацій було вилучено такі, які повторювалися за змістом, а також ті, дані яких ми визнали застарілими.

Остаточна кількість наукових статей і книг, які безпосередньо стосуються проблематики нашого дослідження склала 21.

Результатом аналізу джерел стало:

- обґрунтування актуальності вибраної теми, формулювання наукового апарату дослідження;
- визначення сутності соціально-психологічної адаптації;

- характеристика морфо-психічних особливостей гандболістів підліткового віку;
- обґрунтування показників адаптованості юних українських гандболістів до змін умов життєдіяльності, пов'язаних із бойовими діями.

У нашому дослідженні педагогічне спостереження виступило як організоване, цілеспрямоване, а також фіксоване сприйняття окремих явищ життєдіяльності юних гандболістів з метою їх вивчення.

Педагогічні спостереження проводилися при особистому спілкуванні у ситуаціях, не пов'язаних із тренуваннями або змаганнями, а також на навчально-тренувальних заняттях в Академії гандбола (осцюшор 2007 ZTR) (м. Запоріжжя), Solingen Grawrath (Німеччина), SG Hermsdorf-Waidmannslust (Німеччина), SC DHfK Leipzig (Німеччина). У ході цих спостережень нашу увагу було зосереджено на наступних моментах:

- контингент спортсменів (вік, рівень фізичної підготовленості, зовнішній вигляд та ін.);
- поведінка юних спортсменів поза тренуваннями та на тренуваннях;
- зміст вільного часу (його розподіл та кількість, режим дня);
- суб'єктивне відношення до змін в образі життя, пов'язаних із початком бойових дій;
- емоційний стан спортсменів.

Результатом педагогічних спостережень стало: уточнення загальної інформації про спортсменів; виявлення суттєвих рис способу життя, а також особливостей навчання та спортивної діяльності; фіксація їхнього емоційного стану.

Як один з основних інструментів дослідження нами було використано анкетування – метод опитування, що використовується для складання статичних уявлень про стан індивідів з метою прогнозування дій або подій.

Анекта представляла собою Гугл форму, що включала 21 пункти, розподілені за такими блоками:

- загальні відомості;
- образ життя;
- навчання;
- емоційний стан;
- ступінь тривожності.

Розповсюдження анкети відбувалося шляхом передачі респондентам посилання через месенджери. Передачі посилання передувало особисте спілкування із респондентом у якому

уточнювалися моменти, пов'язані із соціально-спортивним статусом респондента, а також давалася інструкція щодо заповнення анкети.

Анкетування проходило у період вересень-жовтень 2022 р.

З метою виявлення імпліцитних даних про ступінь тривожності юних гандболістів нами використана методика «Інтегративний тест тривожності» [3].

Ця методика представляє собою оригінальну клінічну тестову методику, яка створена для загальної структурної експрес-діагностики тривоги та тривожності. Головне та основне застосування методики – виявлення прихованої, маскованої тривоги та тривожності серед широкого контингенту осіб, у тому числі підлітків, у рамках масових обстежень [5].

Методика «Інтегративний тест тривожності» є оригінальним експрес психолого-діагностичним інструментом для диференційованої оцінки за 5 факторами (субшкалами) тривоги [5].

Використання цієї методики у нашому дослідженні було пов'язано із застосуванням Інтернет-сервісу Psytest, особливостями якого є:

- швидкі відповіді на один клік, великі кнопки для тач-екранів;
- доступні подробиці розрахунків кінцевого результату;
- для кожного результату формується постійне коротке посилання;
- використання сервісу є безкоштовним та анонімним, реєстрація не потрібна [5].

Розповсюдження посилання на цей інструмент відбувалося шляхом його передачі респондентам через месенджери після попереднього інструктування.

Дані за методикою збиралися у період вересень-жовтень 2022 р.

Серед методів математичної статистики, використаних для опрацювання отриманих результатів:

- кростабуляція даних;
- порівняння даних за критерієм Манна-Уїтні;
- порівняння даних за критерієм Фішера.

Нижній показник статистичної достовірності відповідав інтервалу довіри 95 (рівню значущості $p < 0,05$). Критична межа для всіх випадків була однобічною.

Для опрацювання даних використано програму Statistica 6.

У дослідженні приймали участь юні гандболісти – вихованці Академії гандбола (осдюшор 2007 ZTR) загальною кількістю 23 спортсмена віком 13–15 років.

З початку бойових дій частина з них ($n=13$) переїхали до Німеччини, де продовжили навчання та спортивну кар'єру у таких

клубах як Solingen Grawrath (Німеччина), SG Hermsdorf-Waidmannslust (Німеччина), SC DHFK Leipzig (Німеччина) та ін.

Частина юних гандболістів залишилися в Україні (n=10), де також в умовах військового стану продовжили навчання та заняття спортом в Академії гандбола (осдюшор 2007 ZTR).

Респондентам було повідомлено, що вони беруть участь у дослідженні. При цьому дослідження проводилося за умов анонімності.

Результати дослідження.

Дані дослідження були отримані з використанням анкетування та психометричної методики «Інтегративний тест тривожності».

Результати анкетування юних гандболістів, які після початку бойових дій залишилися в Україні та виїхали до Німеччини приведені у табл. 1.

Таблиця 1 – Результати анкетування юних гандболістів України (n=10) та Німеччини (n=13)

Чи змінився Ваш образ життя з початком бойових дій?				
	Так		Ні	
Німеччина	9		4	
	69,23%		30,77%	
Україна	7		3	
	70,00%		30,00%	
Стосунки із старими друзями				
	Збереглися		Змінилися	Не збереглися
Німеччина	5		6	2
	38,46%		46,15%	15,38%
Україна	8		1	1
	80,00%		10,00%	10,00%
Плани на майбутнє				
	не строю планів	на півроку	на рік	на 10 років
Німеччина	2	5	5	1
	15,38%	38,46%	38,46%	7,69%
Україна	4	1	3	2
	40,00%	10,00%	30,00%	20,00%
Чи комфортно Ви себе почуваєте у тому місці, де зараз живете?				
	Так		Ні	
Німеччина	9		4	
	69,23%		30,77%	
Україна	9		1	
	90,00%		10,00%	
У якому форматі відбувається освітній процес там, де Ви навчаєтесь?				
	Очний	Дистанційний	Змішаний	
Німеччина	9	2	2	
	69,23%	15,38%	15,38%	
Україна	0	9	1	
	0,00%	90,00%	10,00%	

Чи задоволені Ви освітнім процесом у навчальному закладі, де Ви навчаєтесь?			
	Так	Ні	
Німеччина	11	2	
	84,62%	15,38%	
Україна	5	5	
	50,00%	50,00%	
Чи є у Вас друзі в класі/групі?			
	Так	Ні	
Німеччина	9	4	
	69,23%	30,77%	
Україна	10	0	
	100,00%	0,00%	
Як Ви схарактеризуєте стосунки між учнями класу/групи?			
	Дружні	Нейтральні	
Німеччина	6	7	
	46,15%	53,85%	
Україна	9	1	
	90,00%	10,00%	
Чи є у Вас друзі в команді, де зараз граєте?			
	Є постійні друзі	Коло друзів постійно змінюється	Немає друзів
Німеччина	8	2	3
	61,54%	15,38%	23,08%
Україна	10	0	0
	100,00%	0,00%	0,00%
Як Ви схарактеризуєте стосунки у команді?			
	Дружні	Нейтральні	Ворожі, конфліктні
Німеччина	9	3	1
	69,23%	23,08%	7,69%
Україна	10	0	0
	100,00%	0,00%	0,00%
Чи бувають конфлікти у команді, де Ви граєте?			
	Ні	Інколи	Так
Німеччина	8	4	1
	61,54%	30,77%	7,69%
Україна	4	6	0
	40,00%	60,00%	0,00%
Чи відчуваєте Ви тиск з боку гравців команди, у якій граєте?			
	Ні	Інколи	Так
Німеччина	7	5	1
	53,85%	38,46%	7,69%
Україна	9	1	0
	90,00%	10,00%	0,00%

Продовження табл. 1

Чи почувате Ви тиск з боку адміністрації команди, у якій граєте?							
	Ні		Інколи		Так		
Німеччина	13		0		0		
	100,00%		0,00%		0%		
Україна	9		1		0		
	90,00%		10,00%		0%		
Ви з радістю йдете на тренування чи Вам хочеться залишитися вдома?							
	Йду з радістю		Буває по-різному		Хочеться залишитися вдома		
Німеччина	6		7		0		
	46,15%		53,85%		0%		
Україна	7		3		0		
	70,00%		30,00%		0%		
Як Ви схарактеризуєте свій настрій за останній місяць?							
	Стабільний		Мінливий		Знижений		Піднесений
Німеччина	3		9		1		0
	23,08%		69,23%		7,69%		0%
Україна	8		2		0		0
	80,00%		20,00%		0,00%		0%
Чи були останнім місяцем у вас «вибухи емоцій»?							
	Ні		Інколи		Так, часто		
Німеччина	5		7		1		
	38,46%		53,85%		7,69%		
Україна	7		3		0		
	70,00%		30,00%		0,00%		
Оцініть ступінь своєї тривожності від 1 до 10							
	1	2	3	4	5	7	
Німеччина	2	1	4	1	4	1	
	15,38%	7,69%	30,77%	7,69%	30,77%	7,69%	
Україна	2	2	5	1	0	0	
	20,00%	20,00%	50,00%	10,00%	0,00%	0,00%	

Як бачимо з табл. 1, анкетування з використанням інструменту авторської розробки виявило, що загальною тенденцією є те, що юні гандболісти, які виїхали до Німеччини, у цілому, демонструють дещо вищий рівень тривоги і дещо менший рівень адаптованості. При цьому образ життя, за суб'єктивним сприйняттям респондентів, відчутно змінився.

Зокрема, при відповіді на запитання анекти «Чи змінився Ваш образ життя з початком бойових дій?», 69,23% респондентів з Німеччини і 70% респонеднтів з України відповіли ствердно.

На запитання про стосунки із старими друзями респонденти відповіли наступним чином: 38,46% гандболістів з Німеччини та 80% гандболістів з України відповіли, що такі відносини зберіглися; 46,15% юнаків, які перебувають у Німеччині та 10% юнаків, які знаходяться в

Україні відмітили, що вони змінилися; 15,38% юних спортсменів, які перебувають у Німеччині і 10% тих, які знаходяться в Україні вказали, що відносини не зберіглися.

Як бачимо, щодо стосунків із старими друзями, між юнаками, які залишилися в Україні та виїхали до Німеччини помітна деяка різниця – дружні стосунки збереглися більшою мірою у тих юнаків, які залишилися в Україні.

Щодо запитання про плани на майбутнє, відповіді респондентів були такими: не строять планів 15,38% юнаків, які перебувають у Німеччині та 40% тих, хто залишився в Україні; плани на півроку строять 38,46% гандболістів, які знаходяться у Німеччині і лише 10% тих, хто перебуває в Україні; на рік мають плани 38,46% юнаків, які знаходяться у Німеччині і 30% тих, які знаходяться в Україні; довготривалі плани на 10 років мають 7,69% юнаків, які перебувають в Німеччині і 10% тих, які знаходяться в Україні.

На наш погляд, такі результати свідчать про те, що між юнаками, які залишилися в Україні та виїхали до Німеччини немає суттєвої різниці щодо планів на майбутнє.

Відповіді на запитання «Чи комфортно Ви себе відчуваєте у тому місці, де зараз живете?» респонденти дали такі відповіді: 69,23% гандболістів, які перебувають у Німеччині відповіли «Так», а 30,77% відповіли «Ні». Серед тих, хто знаходиться в Україні, на це запитання ствердно відповіли 90% респондентів, відповідно, 10% відповіли – «Ні».

На наш погляд, такі результати анкетування вказують на те, що більшою частиною, молоді люди відчувають себе комфортно у тому середовищі, де знаходяться. Проте, у тих, хто виїхав до Німеччини, відчуття дискомфорту більш розповсюджено. Можливо, це пов'язано із тим, що адаптація до нового місця перебування у них ще триває.

На наступне запитання анкети «У якому форматі відбувається освітній процес там, де Ви навчаєтесь?» відповіді були наступними. Очний формат навчання був 69,23% респондентів, які перебувають у Німеччині. При цьому жодного респонденту з України за таким форматом на момент анкетування не навчалися. Дистанційний формат навчання був у 15,38% юнаків, які перебувають у Німеччині та 90% гандболістів, які знаходяться в Україні. Змішаний формат відмітили 15,38% респондентів з Німеччині та 10% респондентів з України.

Відмітимо, що абсолютна більшість юнаків, які перебувають у Німеччині, навчалася в очному режимі, який є більш прийнятним для спілкування, налагодження стосунків, побудови соціальних зв'язків. У перспективі, ця обставина може стати дійовим чинником адаптації у новому соціумі.

На запитання «Чи задоволені Ви освітнім процесом у навчальному закладі, де Ви навчаєтесь?» відповіді були наступними. Так – відповіді 84,62% респондентів, які знаходилися у Німеччині і 50% респондентів, які перебували в Україні. Ні – відповіді 15,38% юнаків з Німеччини і 50% юнаків з України.

Отримані результати свідчать про те, що очний формат освітнього процесу сприймається юнаками більш позитивно. Можливо, це пов'язано із тим, що такий формат сприяє спілкуванню та самовираженню.

На запитання анкети «Чи є у Вас друзі в класі/групі?» було отримано такі відповіді. «Так» – відповіді 69,23% юнаків, які перебувають у Німеччині і 100% гандболістів, які залишилися в Україні. «Ні» – зазначили 30,77% респондентів з Німеччини і жодного з тих, хто залишився в Україні.

Як бачимо, за цим питанням анкети існує суттєва різниця у відповідях між тими юнаками, які залишилися в Україні і тими, хто виїхав до Німеччини. Зокрема, очевидно, що деякі гандболісти, які знаходяться у Німеччині ще не знайшли собі друзів у закладах освіти. Можливо, це пов'язано із тим, що процес «входження до колективу» ще триває, а можливо – з тим, що дружні зв'язки у Європейському просторі освіти традиційно менш розвинуті.

На запитання «Як Ви схарактеризуєте стосунки між учнями класу/групи?» ми отримали такі відповіді. 46,15% юнаків, які перебувають у Німеччині, схарактеризували такі стосунки як дружні, а 53,85% – як нейтральні. У той же час, 90% юнаків, які залишилися в Україні, назвали стосунки між учнями класу дружніми і лише 10% – нейтральними.

Отриманий результати, на наш погляд, є ще одним аргументом на користь припущення про те, що дружні зв'язки у Європейському просторі освіти традиційно менш розвинуті, ніж у нашій країні.

Наступний блок питань стосувався спортивної діяльності юнаків.

На запитання «Чи є у Вас друзі в команді, де зараз граєте?» отримано такі відповіді.

61,54% юнаків, які перебувають у Німеччині відмітили, що у них є постійні друзі; 15,38% зазначили, що коло друзів постійно змінюється; 23,08% вказали, що друзів у них немає. У той же час, 100% гандболістів, які залишилися в Україні і грають за українські команди, зазначили, що у них є постійні друзі.

На наш погляд, отриманий результат вказує не те, що значна кількість юнаків, які знаходяться у Німеччині, знаходяться у процесі

входження у команду. При цьому, можливо, що дружні зв'язки у командах Німеччини традиційно менш розповсюджені.

Побічно, останнє припущення підтверджують відповіді на наступне запитання «Як Ви схарактеризуєте стосунки у команді?»

З юнаків, які знаходяться у Німеччині і грають за німецьки клуби, 69,23% назвали такі стосунки дружніми; 23,08% – нейтральними; 7,69% – ворожими, конфліктними. У той же час, 100% юнаків, які залишилися в Україні характеризують стосунки у команді як дружні.

Відповіді на наступне запитання «Чи бувають конфлікти у команді, де Ви граєте?» розподілилися таким чином. 61,54% гандболістів, які перебувають у Німеччині відповіли «Ні»; 30,77% – «Інколи»; 7,69% – «Так». При цьому серед тих, хто залишився в Україні, 40% відповіли – «Ні»; 60% – «Інколи».

На нашу думку, отримані відповіді показують, що рівень конфліктності у командах України та Німеччини суттєво не різняться.

Відповіді на запитання «Чи відчуваєте Ви тиск з боку гравців команди, у якій граєте?» були такими. З тих гандболістів, які перебували у Німеччині відповіли «Ні» 53,85%; 38,46% – «Інколи»; 7,69% – «Так». Серед гандболістів, які залишилися в Україні відповіли «Ні» 90%; «Інколи» – 10%.

Такі результати вказують на більш комфортне сприйняття командного середовища гандболістами, які залишилися в Україні.

Щодо запитання «Чи відчуваєте Ви тиск з боку адміністрації команди, у якій граєте?», відповіді респондентів розподілилися таким чином. З тих гандболістів, які перебували у Німеччині відповіли «Ні» 100%. Серед гандболістів, які залишилися в Україні відповіли «Ні» 90%; «Інколи» – 10%.

Вважаємо, що у відношенні до адміністрації команд у юних гандболістів, які перебувають у Німеччині та в Україні немає суттєвої різниці.

На запитання «Чи Ви з радістю йдете на тренування чи Вам хочеться залишитися вдома?» 46,15% юних гандболістів, які перебувають у Німеччині відповіли «Йду з радістю»; 53,85% – «Буває по-різному». Серед тих юнаків, які залишилися в Україні відповідь «Йду з радістю» дали 70% респондентів, а «Буває по-різному» вказали 30% респондентів.

При відповіді на це запитання бачимо тенденцію до того, що гандболісти, які перебувають у Німеччині, отримують дещо менше задоволення від тренувального процесу. Можливо, це пов'язано з тим, що процес адаптації у новій команді ще триває.

Суттєву різницю бачимо у відповідях респондентів на питанням «Як Ви схарактеризуєте свій настрій за останній місяць?». Так, серед

юнаків, які перебувають і Німеччині свій настрій як «Стабільний» оцінюють 23,08%; як «Мінливий» – 69,23%; як «Знижений» – 7,69%. Серед тих, хто залишився в Україні свій настрій як «Стабільний» характеризують 80% респондентів; як «Мінливий» – 20% респондентів.

Такий розподіл відповідей пов'язуємо із тим, що юнакі, які перебувають у Німеччині, знаходяться у більш напруженій обстановці, що вимагає від них значних витрат психічної енергії, а це певним чином, впливає на лабільність настрою.

Певним чином, це підтверджується відповідями на наступне запитання: «Чи були останнім місяцем у вас "вибухи емоцій"?». З гандболістів, які перебувають у Німеччині відповідь «Ні» дали 38,46% респондентів; «Інколи» – зазначили 53,85% респондентів; «Так, часто» – відповіли 7,69% юнаків. У той же час, серед юнаків, які залишилися в Україні, «Ні» відповіли 70%; «Інколи» – 30% респондентів.

Як бачимо, юнакі, які залишилися в Україні знаходяться у менш лабільному стані, що веде до зменшення афективних проявів.

Останній пункт нашої анкети передбачав оцінку респондентами ступіню своєї тривожності від 1 до 10.

За цим пунктом виявлено наступне. Серед юнаків, які перебувають у Німеччині, 53,84% вказали ступінь тривожності від 1 до 3 балів включно. При цьому 46,15% ступінь своєї тривожності оцінили від 4 до 7 балів включно.

Серед юнаків, які залишилися на Україні 90% респондентів оцінили ступінь своєї тривожності від 1 до 3 балів включно і лише 10% респондентів оцінили ступінь тривожності у 4 бали і вище.

Означений результат підтверджує припущення про те, що юнакі, які перебувають у Німеччині у порівнянні з юнаками, які залишилися в Україні, знаходяться у дещо менш комфортних психологічних умовах, які вимагають у них додаткових зусиль для адаптації у новому середовищі.

З метою перевірки уможлидних висновків ми порівняли дані анкетування гандболістів України (n=10) та Німеччини (n=13) за У критерієм Манна-Уїтні.

Результати порівняння приведені у табл. 2.

Як бачимо з табл. 2, статистично достовірні відмінності є тільки у відповідях на запитання «Як Ви схарактеризуєте свій настрій за останній місяць?», близько до прийнятого рівню значущості відмінності також відмічаємо у відповідях на запитання «Як Ви схарактеризуєте стосунки між учнями класу/групи?». У відповідях на інші питання анкети відмінності хоча й є, проте, як ми бачимо, статистично достовірними вони вважатися не можуть.

Таблиця 2 – Результати порівняння даних анкетування юних гандболістів України (n=10) та Німеччини (n=13) за U критерієм Манна-Уїтні

Запитання анкети	Сум. рангів		U	p-рів.	Z	p-рів.
	Німеччина	Україна				
Чи змінився Ваш образ життя з початком бойових дій	156,5	119,5	64,5	1,000	0,00	1,000
Стосунки із старими друзями	181,0	95,0	40,0	0,129	1,71	0,087
Плани на майбутнє	148,0	128,0	57,0	0,642	-0,48	0,628
Чи комфортно Ви себе почуваете у тому місці, де зараз живете?	169,5	106,5	51,5	0,420	1,13	0,260
Чи задоволені Ви освітнім процесом у навчальному закладі, де Ви навчаєтесь?	133,5	142,5	42,5	0,172	-1,71	0,087
Чи є у Вас друзі в класі/групі?	176,0	100,0	45,0	0,227	1,84	0,066
Як Ви схарактеризуєте стосунки між учнями класу/групи?	184,5	91,5	36,5	0,082	2,10	0,035
Чи є у Вас друзі в команді, де зараз граєте?	181,0	95,0	40,0	0,129	2,11	0,035
Як Ви схарактеризуєте стосунки у команді?	176,0	100,0	45,0	0,227	1,83	0,067
Чи бувають конфлікти у команді, де Ви граєте?	145,0	131,0	54,0	0,515	-0,74	0,460
Чи почуваете Ви тиск з боку гравців команди, у якій граєте?	180,0	96,0	41,0	0,145	1,81	0,070
Чи почуваете Ви тиск з боку адміністрації команди, у якій граєте?	149,5	126,5	58,5	0,710	-1,05	0,293
Ви з радістю йдете на тренування чи Вам хочеться залишитися вдома?	171,5	104,5	49,5	0,352	1,08	0,279
Як Ви схарактеризуєте свій настрій за останній місяць?	194,0	82,0	27,0	0,020	2,63	0,009
Чи були останнім місяцем у вас «вибухи емоцій»?	178,0	98,0	43,0	0,182	1,51	0,130
Оцініть ступінь своєї тривожності від 1 до 10	181,5	94,5	39,5	0,121	1,61	0,108

Означене дозволяє говорити про те, що різниця у відповідях на запитання анкети може вважатися лише тенденцією, яка відображає певні аспекти адаптованості юних гандболістів.

Додаткову інформацію щодо стану соціально-психологічної адаптованості юних гандболістів можна отримати, порівнявши результати Інтегративного тесту тривожності, отримані у дослідженні від юних гандболістів України (n=6) та Німеччини (n=13) за U критерієм Манна-Уїтні.

Ці результати приведені у табл. 3.

Таблиця 3 – Порівняння результатів Інтегративного тесту тривожності юних гандболістів України (n=6) та Німеччини (n=13) за U критерієм Манна-Уїтні

Шкала	Сум. рангів		U	p-рів.	Z	p-рів.
	Німеччина	Україна				
ЕД-С	134	56,0	35,0	0,76	0,43	0,67
АСТ-С	147	43,5	22,5	0,16	1,45	0,15
ФОБ-С	146	44,5	23,5	0,19	1,44	0,15
ОП-С	145	45,0	24,0	0,20	1,30	0,19
СЗ-С	129	61,0	38,0	0,97	-0,04	0,96
СТ-С	144	46,0	25,0	0,24	1,32	0,19
ЕД-Л	131	59,0	38,0	0,97	0,05	0,96
АСТ-Л	141	49,0	28,0	0,36	0,95	0,34
ФОБ-Л	146	44,5	23,5	0,19	1,41	0,16
ОП-Л	147	43,0	22,0	0,15	1,48	0,14
СЗ-Л	120	70,0	29,0	0,40	-0,85	0,39
СТ-Л	147	43,5	22,5	0,16	1,44	0,15

З табл. 3 бачимо, що у ступені тривожності за жодною із шкал між юнаками, які залишилися в Україні та перебувають зараз у Німеччині статистично достовірних відмінностей немає.

Проте, бачимо тенденцію до того, що у юнаків, які залишилися в Україні, за підсумковими шкалами СТ-С (Ситуативна тривожність – соціальна) та СТ-Л (Ситуативна тривожність – особистісна) показники дещо менші, ніж у тих гандболістів, які перебувають зараз у Німеччині. Наочніше ця тенденція відображена на рис. 1 та 2.

Як бачимо з рис 1 та 2, медіана даних, отриманих за методикою «Інтегративний тест тривожності» у юнаків, які залишилися в Україні дещо менша ніж у тих, які зараз перебувають у Німеччині.

Інтерпретуємо отримані результати, спираючись на наш досвід, а також результати педагогічного спостереження.

Отже, вважаємо, що за суб'єктивним сприйняттям респондентів, як тих, хто виїхав до Німеччини, так і тих, хто залишився в Україні, образ життя, у зв'язу із початком бойових дій, часом суттєво змінився.

При цьому ті юнаки, які залишилися в Україні, почувають себе в психологічному та соціальному аспектах дещо комфортніше, ніж ті, хто виїхав до Німеччини, не зважаючи навіть на те, що навчання проходить в дистанційному форматі. Останнє, пов'язане, на нашу думку, із такими моментами:

- у тих юнаків, які залишилися в Україні більшою мірою збереглися дружні стосунки з однолітками;

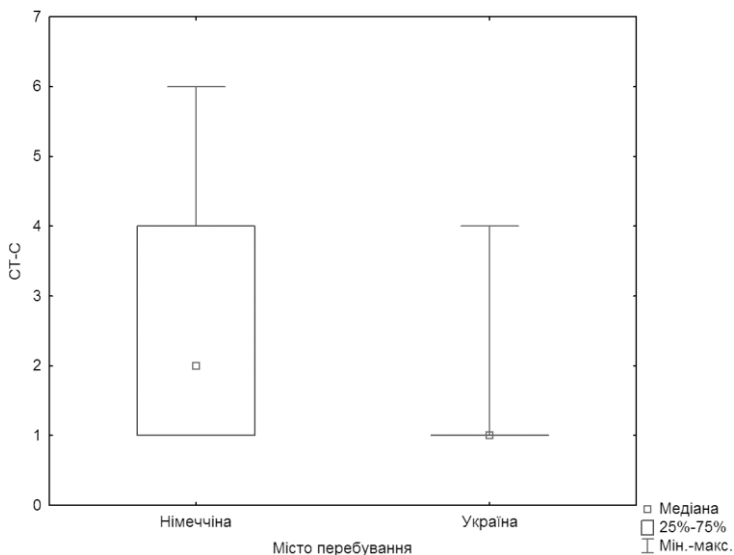


Рис. 1. Результат підсумкової шкали «Ситуативна тривожність – Соціальна» Інтегративного тесту тривожності юних гандболістів, які залишилися в Україні (n=10) та перебувають у Німеччині (n=13)

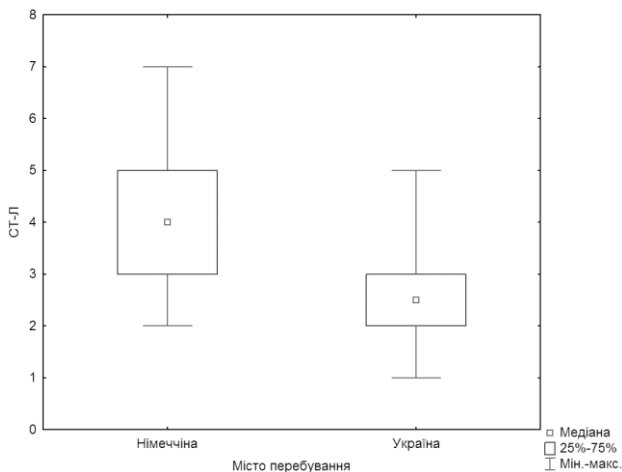


Рис. 2. Результат підсумкової шкали «Ситуативна тривожність – Особистісна» Інтегративного тесту тривожності юних гандболістів, які залишилися в Україні (n=10) та перебувають у Німеччині (n=13)

- юнаки, які перебувають у Німеччині у порівнянні з юнаками, які залишилися в Україні, знаходяться у дещо менш комфортних психологічних умовах, які вимагають у них додаткових зусиль для адаптації у новому середовищі;
- деякі гандболісти, які знаходяться у Німеччині ще не знайшли собі друзів у закладах освіти і, відповідно, процес «входження до колективу» у них ще триває;
- значна кількість гандболістів, які знаходяться у Німеччині, знаходяться у процесі входження у команду, за яку виступають. Процес адаптації у новій команді у них ще триває;
- гандболісти, які залишилися в Україні сприймають психологічне середовище у своїх командах як більш комфортне, ніж ті, хто грає у Німеччині. Також гандболісти, які перебувають у Німеччині, отримують дещо менше задоволення від тренувального процесу;
- юнаки, які перебувають у Німеччині, знаходяться у більш напруженій обстановці, що вимагає від них значних витрат психічної енергії, а це певним чином, впливає на лабільність настрою. У той же час, юнаки, які залишилися в Україні знаходяться у менш лабільному стані, що веде до зменшення афективних проявів.

Вважаємо, що отримані результати пов'язані, у першу, чергу з тим, що адаптація до нового місця перебування у них ще триває.

Вважаємо також, що очний режим, у якому навчаються юнаки, що знаходяться у Німеччині, є більш прийнятним для спілкування налагодження стосунків, побудови соціальних зв'язків. Останнє може стати дійовим чинником адаптації у новому соціумі.

Разом з тим, слід зазначити, що статистично достовірна відмінність є тільки у відповідях на запитання анкети «Як Ви схарактеризуєте свій настрій за останній місяць?». Також, близькою до прийнятого рівню значущості і відмінність у відповідях на запитання «Як Ви схарактеризуєте стосунки між учнями класу/групи?». У відповідях на інші питання анкети відмінності хоча й є, проте вони не можуть вважатися статистично достовірними.

Зважаючи на останнє, вважаємо, що виявлені у дослідженні особливості процесу соціально-психологічної адаптації юних гандболістів (як тих, які перебувають у Німеччині, так і тих, які залишилися в Україні) в умовах стрімких соціальних змін, викликаних військовими діями, можуть вважатися лише тенденцією, яка відображає певні закономірності входження юних гандболістів у реалії нового для них соціуму.

Отже, проведене дослідження дозволило зробити такі висновки.

За суб'єктивним сприйняттям респондентів, як тих, хто виїхав до Німеччини, так і тих, хто залишився в Україні, образ життя, у зв'язу із початком бойових дій, суттєво змінився.

При цьому, ті юнаки, які залишилися в Україні, відчувають себе в психологічному та соціальному аспектах дещо комфортніше, ніж ті, хто виїхав до Німеччини, не зважаючи навіть на те, що навчання проходить в дистанційному форматі. Останнє, пов'язане, на нашу думку, із такими моментами:

- у тих юнаків, які залишилися в Україні більшою мірою збереглися дружні стосунки з однолітками;
- юнаки, які перебувають у Німеччині у порівнянні з юнаками, які залишилися в Україні, знаходяться у дещо менш комфортних психологічних умовах, які вимагають у них додаткових зусиль для адаптації у новому середовищі;
- деякі гандболісти, які знаходяться у Німеччині ще не знайшли собі друзів у закладах освіти і, відповідно, процес «входження до колективу» у них ще триває;
- значна кількість гандболістів, які знаходяться у Німеччині, знаходяться у процесі входження у команду, за яку виступають. Процес адаптації у новій команді у них ще триває;
- гандболісти, які залишилися в Україні сприймають психологічне середовище у своїх командах як більш комфортне, ніж ті, хто грає у Німеччині. Також гандболісти, які перебувають у Німеччині, отримують дещо менше задоволення від тренувального процесу;
- юнаки, які перебувають у Німеччині, знаходяться у більш напруженій обстановці, що вимагає від них значних витрат психічної енергії, а це певним чином, впливає на лабільність настрою. У той же час, юнаки, які залишилися в Україні знаходяться у більш лабільному стані, що веде до зменшення афективних проявів.

Вважаємо, що отримані результати пов'язані, у першу чергу, з тим, що адаптація до нового місця перебування у них ще триває.

Вважаємо також, що очний режим, у якому навчаються юнаки, що знаходяться у Німеччині, є більш прийнятним для спілкування, налагодження стосунків, побудови соціальних зв'язків. Останнє може стати дійовим чинником адаптації у новому соціумі.

У загалі ж, зважаючи на отримані у дослідженні дані, ми можемо зробити висновок про те, що юні українські гандболісти, незалежно від того, виїхали вони чи ні з країни у зв'язку із початком бойових дій, на сьогодні мають достатній рівень соціально-психологічної адаптації у середовищі, де знаходяться.

Список використаних джерел:

1. Балл Г.А. Понятие адаптации и его значение для психологи личности. *Вопросы психологии*. 1989. № 1. С. 92–101.
2. Блажківський М. Поняття адаптації у сучасній науковій літературі. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. 2014. Вип.1. С. 233–242.
3. Бондаренко О. М. Соціальна адаптація: сутність та її складники. *Наукове пізнання: методологія та технологія*. 2002. №10. С.23-25.
4. Городняк І.В. Соціальна адаптація учнівської молоді в умовах суспільної трансформації (регіональний аспект). *Соціологічні дослідження. Збірник наукових праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля*. Луганськ. 2003. №3. С.181-188.
5. Интегративный тест тревожности. Сайт: Психологические тесты онлайн. URL: <https://psytests.org/anxiety/itt.html> (дата звернення: 17.09.2022).
6. Коробка Л. М. Соціально-психологічна адаптація спільноти до умов і наслідків воєнного конфлікту: теоретичні засади дослідження. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2015. № 4. С. 76-82. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/apspp_2015_4_15 (дата звернення: 17.09.2022).
7. Лунева О. Адаптация социальная. *Znanie. Poniimanie. Umenie*. 2018. DOI: 10.17805/zpu.2018.3.22.
8. Татяничков А. Соціально-психологічна адаптація підлітків на етапі переходу до навчання в основній школі. *Наукові записки УКУ*. 2017. Ч. 9: Педагогіка. Психологія, вип. 2. С. 83-91.
9. Ходорівська Н. Групова адаптація в умовах соціальних змін. *Соціальні виміри суспільства*. К.: Інститут соціології НАНУ, 1999. Вип. 3. С. 92-104.
10. Шклярська О. Психологічна пружність – запорука виживання під час війни. URL: http://www.aratta-ukraine.com/text_ua.php?id=3373 (дата обращения: 17.09.2022).
11. Штомпка П. Социальное изменение как травма. *Социологические исследования*. 2001. № 1. С. 6-16.
12. Brandt R., Beek P. J., Pinder R. A. Age differences in the cognitive-motor performance of youth handball players. *European Journal of Sport Science*. 2019. 19(5). P. 627-634.
13. Bursnall P. The relationship between physical activity and depressive symptoms in adolescents: a systematic review. *Worldviews Evid. Based Nurs*. 2014. 11(6). P. 376-82. DOI: 10.1111/wvn.12064.

14. Chen X., Wang L., Liu H. Social competence and adjustment in Chinese children: The role of social competence enhancement programs. *Child development perspectives*. 2015 9(4). P. 236-241.
15. Fessell M. D. Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) and Beyond: Micropractices for Burnout Prevention and Emotional Wellness. *Journal of the American College of Radiology*. URL: [https://www.jacr.org/article/S1546-1440\(20\)30290-8/fulltext](https://www.jacr.org/article/S1546-1440(20)30290-8/fulltext). (Date of access : 12.04.2020).
16. Greco P. J., Freeman T. P. Youth handball participation and its effects on physical fitness, psychosocial well-being, and social connectedness. *Journal of Sports Sciences*. 2018. 36(12). P. 1403-1411.
17. Häger C. K., Völker K. (2017). The effectiveness of a balance training program in young handball players. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*. 2017. 57(3).P. 279-287.
18. Kokstejn J., Petr M., Stastny P., Stejskal P. Anthropometric and physical performance profiles of elite handball players in relation to playing positions. *Journal of Human Kinetics*. 2017. 56(1). P. 141-149.
19. Murberg T. A., Bru E., Stephens P. Academic stress and health among adolescents: The role of family cohesion and adaptability. *Journal of adolescence*. 2010. 33(1). P. 1-10.
20. Ziv G., Lidor R. Physical attributes, physiological characteristics, on-court performances and nutritional strategies of female and male handball players. *Sports Medicine*. 2010. 40(9). P. 763-782.

РОЗДІЛ 3

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

3.1 Формування здоров'язберезувальних компетентностей у фахівців фізичної культури і спорту в коледжах та закладах вищої освіти

Захарова Олена Миколаївна

*старший викладач кафедри управління фізичною культурою та спортом НУ «Запорізька політехніка»
0000-0002-7638-8203*

Сметанін Сергій Валентинович

*старший викладач кафедри управління фізичною культурою та спортом
НУ «Запорізька політехніка»
0000-0003-3635-9210*

На сьогоднішній день факторами, що визначають актуальність розробки та впровадження компетентнісного підходу в систему вищої професійної освіти виступають з одного боку спрямованість державної стратегії розвитку освіти, що передбачає підвищення конкурентоспроможності нашої країни на світовому ринку освітніх послуг за умов проектування і реалізація державних освітніх стандартів вищої професійної освіти нового покоління, а з іншого боку – помітна криза світової і вітчизняної системи освіти, що викликана недостатньою її ефективністю в сфері підготовки фахівців галузі фізичної культури та спорту.

В доступних для аналізу наукових джерелах зазначається, що задля зміни освітньої парадигми та можливості здійснення переходу до компетентнісної освіти потрібно переосмислення та розробка нових цінностей, цілей, змісту, форм, методів і засобів навчання. Одночасно, багатьма вітчизняними фахівцями, що досліджували зазначену проблему, відзначається існування так званої «технократичної дисфункції» системи фізичної культури і спорту, пов'язаної зі специфічною спрямованістю її ключового елементу, а саме системи вищої професійної фізкультурно-спортивної освіти, на підготовку студентів переважно до здійснення тренерської діяльності, пов'язаної з досягненням високих спортивних результатів, а не на виконання місії оздоровлення нації [1; 2].

У твердженні, що вільний і гармонійний розвиток людської особистості неможливий без реалізації одного з основних компонентів прав людини – права на охорону здоров'я та оздоровлення як міжнародна

наукова спільнота, так і вітчизняні фахівці галузі одностайні. В межах пошуку нових напрямків і методів вдосконалення підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури дослідження вітчизняних вчених можна розподілити на декілька кардинальних напрямків: роль здоров'язбереження, формування культури здоров'я у фахівців з фізичної культури і спорту (Ахвердова О.А., Барашков С.А., Башавець Н.А., Воронін Д.Є.); формування професійної компетентності (Вільчковський Е.С., Кузін В.В., Джуринський П.Б., Свищев І.Д.); формування готовності майбутніх педагогів до діяльності в сучасних соціально-економічних умовах (Бібік Н.М., Захаріна Є.А.) підготовка майбутнього вчителя до формування здорового способу життя засобами фізичної культури і спорту (Бабич В.М., Іванова Л.І., Оглоблін К.А.), тощо.

У наукових дослідженнях таких фахівців як І. Бех, Р. Гуревич, І. Зязюн, О. Коберник, В. Майбороди та ін. було обгрунтовано питання неперервної освіти. Зокрема, вказані автори акцентували увагу на тому факті, що необхідні умови для отримання високого рівня знань та формування необхідних компетентностей, зокрема здоров'язбережувальної може забезпечити саме безперервна система освіти.

Л. Безкоровайна, Є. Захаріна, І. Зимня, С. Мамрич, Г. Маркова, С. Сисоева, Л. Сущенко та інші знані вітчизняні науковці у своїх роботах приділяли значну увагу вивченню питань основних особливостей та значення у вищій професійній освіті компетентнісного підходу.

З огляду на загальнодержавну важливість розвитку оздоровчих фізкультурно-спортивних напрямків і, в тому числі, спорту всіх рівнів, існує потреба модернізації і гуманізації підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання [3]. Одним із важливих напрямків цього процесу, на наш погляд, повинно стати взаємне посилення і доповнення програм професійної підготовки кадрів галузі «Фізичне виховання і спорт», зокрема в системі взаємозв'язків коледжів та закладів вищої освіти.

Розроблена нами з метою вирішення зазначеної проблеми модель формування здоров'язбережувальної компетентності у майбутніх фахівців фізичного виховання і спорту охоплює систему коледжів і ЗВО, та сприяє підвищенню ефективності процесу професійної підготовки випускників навчальних закладів.

На підставі аналізу сьогоденних реалій можна зі значною вірогідністю стверджувати, що успішна реалізація безперервної освіти відбувається за допомогою освітніх систем, у тому числі системи взаємозв'язків коледжів та-закладів вищої освіти, оскільки в них створені соціально-організаційні та психолого-педагогічні умови забезпечення цього процесу.

Однак, згадані навчальні заклади, що мають певним чином спільні цілі і завдання, в той самий час демонструють і принципові відмінності, які неодмінно мають вносити власні особливості в процес освіти. Треба відзначити, що і коледжі, і заклади вищої освіти об'єднують головна мета – отримання професійної освіти. При цьому, у зазначеній системі зміна рівнів освіти більш плавно відбувається на стику систем коледжів і закладів вищої освіти, ніж на стику шкільної системи та безпосередньо системи закладів вищої освіти, оскільки саме рівні коледжів та ЗВО дуже близькі за методами організації процесу навчання, використання педагогічних інновацій і технологій, за складністю освітніх програм та професійної компетентності педагогічних кадрів. Таким чином, у зазначеній комбінації більш надійно забезпечується принцип спадкоємності в освіті.

У процесі підготовки майбутніх вчителів фізичної культури в системі взаємозв'язків коледжів та закладів вищої освіти істотну роль відіграє міждисциплінарний підхід до освіти, що, у свою чергу, сприяє формуванню системних та узагальнених фундаментальних знань, необхідних для подальшого професійного розвитку і самовдосконалення. Так само, у якості характерної особливості кваліфікаційного рівня «молодший спеціаліст» варто відзначити наявність на цьому етапі потенційних можливостей і необхідних ресурсів для успішного формування у студентів низки професійних компетентностей, зокрема здоров'язбережувальної компетентності, що повністю відповідає вимогам до майбутніх професіоналів галузі фізичного виховання і спорту та робить майбутнього фахівця конкурентоспроможним на вітчизняному та міжнародних ринках праці [4; 5].

Можна помітити, що найбільш універсальні, ключові компетентності, до яких відноситься здоров'язбережувальна компетентність, яка в залежності від термінології, що використовується конкретним автором, може в окремих наукових розробках зустрічатися в тому, чи іншому формулюванні, виявляється результатом не тільки загальної, а й професійної освіти і в цьому сенсі можуть бути презентовані як результат освітнього досвіду людини в цілому [6]. Зокрема, на таку особливість звертає увагу у своїх працях Сисоєва С.О., відзначаючи, що компетентність як інтегрована здатність особистості, формується у процесі навчання, але її становлення і розвиток відбувається у процесі практичної діяльності та неперервного навчання упродовж життя [7].

Отже, за такого розуміння сутності компетентностей, вони набувають системоутворюючий інтеграційний характер для всієї системи безперервної освіти. У цьому випадку стає очевидною роль

ключових компетентностей як інваріантного компоненту цілей, змісту і результатів навчання всіх ланок освіти, включаючи коледжі та заклади вищої освіти.

В науковій та спеціальній літературі на сьогодні роль компетентнісного підходу у формуванні уявлень про цілепокладання та результати навчання може вважатися певним чином розкритою [8]. Однак, досі недостатньо, на нашу думку, проаналізовані його можливості у формуванні змісту освіти. Проте окремі науковці зауважують, що засвоєння і оцінка компетенцій неподільні з конкретними ситуаціями, за яких вони проявляються [9].

Отже, можна стверджувати, що не можливо ізолювати безпосередньо самі компетенції від конкретних умов їх реалізації. Як в коледжах, так і у закладах вищої освіти існуючі на сьогоднішній день форми і методи навчання не завжди дозволяють створювати подібні умови і ситуації. Між формами навчальної діяльності в рамках компетентнісного підходу можуть виникнути певні розбіжності і навіть суперечки із сталими традиційними формами організації навчального процесу, особливо в коледжах, де програми професійної підготовки викладаються паралельно із загальноосвітніми програмами повної середньої освіти. Зазначене протиріччя вказує на необхідність подальшого пошуку нових форм і методів підготовки майбутніх фахівців, багато в чому єдиних як для коледжів, так і для вищих навчальних закладів, що в результаті має сприяти зближенню цих ланок безперервного освітнього процесу.

В цей самий же час, реалізація в практичній діяльності фахівців галузі фізичної культури і спорту принципів здоров'язбереження вимагає підготовлених фізкультурно-спортивних кадрів, що мають вже сформовану здоров'язбережувальну компетентність. Проте, в існуючих умовах питання підготовки фахівців, здатних ефективно впроваджувати здоров'язбережувальні технології в процесі професійної діяльності досі не вирішується належним чином, про що свідчать в тому числі і матеріали численних досліджень вітчизняних науковців.

Помітно, що на сьогодні у дисциплінах, представлених в навчальних планах підготовки як молодших спеціалістів, так і бакалаврів з фізичного виховання і спорту, матеріалів, що в повному обсязі розкривають питання здоров'язбережувальної спрямованості, за змістом та обсягом не достатньо.

Розроблена нами задля вирішення зазначеної проблеми модель формування здоров'язбережувальної компетентності в майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту у системі взаємозв'язку коледжів та закладів вищої освіти представляє собою сукупність певних компонентів.

Структурно розроблена нами модель представлена п'ятьма основними блоками: цільовим, змістовним, процесуальним, результативним і діагностичним. Кожний із перерахованих модулів має власні характеристики, завдання, особливості та інструментарій.

В наукових джерелах стверджується, що моделювання, як специфічний метод наукового дослідження, створює можливість більш глибоко проникнути в сутність об'єкта дослідження. Специфічними особливостями моделювання можна вважати цілісність вивчення процесу, тому що відображаються не тільки елементи, але і зв'язки між ними. Також, при використанні методу моделювання існує можливість вивчення певного процесу до його безпосереднього здійснення.

Проектування моделі було здійснене на основі системного аналізу структури, змісту та власне процесу функціонування фізкультурно-оздоровчої діяльності майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту – молодших спеціалістів і бакалаврів, що проходять навчання на базі Запорізького гуманітарного коледжу та Національного університету «Запорізька політехніка».

При створенні моделі були визначені два блоки дисциплін, що включають: цикли дисциплін загально-професійної підготовки та дисциплін професійної і практичної спрямованості (відповідно навчальному плану підготовки молодших спеціалістів) і цикл дисциплін професійної і практичної підготовки (відповідно навчальному плану підготовки бакалаврів) з урахуванням спадкових зв'язків у системі коледжів та закладів вищої освіти.

При розробці моделі були враховані наступні фактори, значимі для формування здоров'язбережувальної компетентності у майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту в системі коледжів та закладів вищої освіти:

- відповідність компетентностям, які висуваються до випускника відповідного освітнього рівня спеціальності «Фізична культура і спорт» в коледжах та закладах вищої освіти;

- існуючі на сучасному етапі в галузі «Фізичне виховання і спорт» кваліфікаційні вимоги до молодшого спеціаліста і бакалавра, що обумовлені соціальним замовленням та специфікою функціонування галузі в цілому і здійснення в ній професійної діяльності;

- зміст підготовки майбутніх фахівців, необхідний для реалізації здоров'язбережувальної компетентності;

- зміст професійної діяльності майбутніх фахівців галузі «Фізична культура і спорт» відповідно до обраної спеціалізації, місця роботи, та посади.

У процесуальному блоці нами розглядалися методи, форми та засоби, за рахунок яких має реалізовуватися процес формування здоров'язбережувальної компетентності у майбутніх вчителів фізичного виховання та інших фахівців галузі фізичного виховання та спорту. Особливо важливе значення в межах процесуального блоку відводиться методологічним аспектам впровадження здоров'язбережувальних технологій як в процес підготовки майбутніх фахівців галузі фізичної культури та спорту, так і в саму структуру їх професійної діяльності, як відповіді на актуальну потреба суспільства.

Результативний блок включав компоненти готовності фахівця до здоров'язбережувальної діяльності. Такими компонентами, на наш погляд, з урахуванням специфіки майбутньої професійної діяльності, є: гностичний, практично-діяльнісний, особистісний та психомоторний.

Критерії оцінки готовності майбутнього фахівця фізичної культури і спорту до здоров'язбережувальної діяльності склали діагностичний блок.

Передбачалося, що системний підхід при побудові цієї моделі забезпечить цілісність навчально-виховного процесу та сприятиме його оптимізації. Також це дозволить розглядати процес формування здоров'язбережувальної компетентності у майбутніх вчителів фізичної культури як єдину систему з наявністю спадкоємних зв'язків між коледжем і вищим навчальним закладом.

Практичну цінність такої моделі ми бачимо в адекватності і повноті відображення основних вимог, що пред'являються до сучасного фахівця (молодшого спеціаліста і бакалавра) галузі «Фізичне виховання і спорт» в площині його здоров'язбережувальної компетентності.

Отже, представлена модель розглядається нами як ефективний інструментарій організації процесу формування здоров'язбережувальної компетентності у майбутніх вчителів фізичного виховання в системі «коледж-ВНЗ». На даному етапі модель носить відкритий характер, постійно розвивається і при необхідності може доповнюватися новими компонентами.

Список використаних джерел

1. Ашанін В. С., Філенко Л. В. Формування професійних компетентностей інформаційної спрямованості у майбутніх фахівців фізичної культури та спорту. *Актуальні проблеми і перспективи розвитку фізичного виховання та спорту в закладах освіти : матеріали II Всеукраїнської інтернет-конференції*. 16 квітня 2021 року. Кременчук, 2021. С. 6–10.

2. Бойко Ю. Шляхи формування ціннісного ставлення до здоров'я та здорового способу життя у студентської молоді. *Збірник наукових праць Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини*.

2014. Вип. 3. С. 50-56. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/znpudpu_2014_3_9 (дата звернення 22.02.2023).

3. Гончар Г., Безверхня Г. Проблеми вдосконалення підготовки фахівців у галузі фізичної культури й спорту. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2015. № 4. С. 9–14

4. Кисельов В. О. Готовність майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності. *Сучасні виклики і актуальні проблеми науки, освіти та виробництва: міжгалузеві диспути*: зб. наук. пр.: матеріали X міжнародної науково-практичної інтернет-конференції. 13 листопада 2020 р. Київ, 2020. С. 368–373.

5. Котова О. В., Сопотницька О. В. Теоретичні та методичні засади системи професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до педагогічної діяльності. *Вісник Луганського національного університету ім. Тараса Шевченка. Серія: Педагогічні науки*. 2020. Вип. 332, Т. 1. С. 237–247.

6. Кутек Т. Особливості освітнього процесу майбутніх фахівців галузі «Фізична культура і спорт». URL : <http://eprints.zu.edu.ua/7618/1/Львів%20нова.pdf>. (дата звернення 12.01.2020).

7. Отравенко О. В. Педагогічні умови формування компетентності учнівської та студентської молоді в умовах ступеневої освіти. *Здоров'я, спорт, реабілітація*. 2016. № 4. С. 47–50.

8. Павлюк Є., Скалій О. До проблеми формування професійної компетентності майбутніх фахівців з фізичної культури та спорту у процесі фахової підготовки. *Physical Culture and Sport: Scientific Perspective*. 2022. № 1. С. 27–35. URL: <https://doi.org/10.31891/pcs.2022.1.4>.

9. Семененко В., Бричук М., Пальчук М., Трачук С. Диагностика сформированности профессиональной компетентности будущего учителя физического воспитания. In: *Formarea continuă a specialistului de cultură fizică în conceptul acmeologic modern*. Ediția 2, 2 decembrie 2021, Chișinău. Chișinău, Republica Moldova: Catedra de Gimnastică a USEFS, 2021, pp. 169-173. ISBN 978-9975-68-440-8.

10. Сивохоп Е. М., Марюнда І. І. Особливості навчального процесу майбутніх фахівців в галузі фізична культура і спорт. *Науковий вісник Ужгородського університету. Сер: Педагогіка і соціальна робота*. 2017. Вип. 2(41). С. 231–233.

11. Стандарт вищої освіти України: перший (бакалаврський) рівень вищої освіти, галузь знань 01 Освіта/Педагогіка, спеціальність 017 Фізична культура і спорт. Затверджено та введено в дію наказом Міністерства освіти науки України від 24.04.2019 р. № 567.

12. Степанченко Н. І. Система професійної підготовки майбутніх учителів фізичного виховання у вищих навчальних закладах : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04. Вінниця, 2017. 630 с.

13. Цигура Г. Специфіка організаційно-педагогічних умов підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту до освітньої діяльності для сталого розвитку. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2022. Вип 51. С. 711-716.

14. Черненко О. Ю., Білаш Є. В. Формування професійних компетенцій фахівців фізичної культури та спорту. *Актуальні проблеми і перспективи розвитку фізичного виховання та спорту в закладах освіти: матеріали II Всеукраїнської інтернет-конференції*. 16 квітня 2021 року. Кременчук, 2021. С. 44–48.

15. Caestine J., Bopp M., Bopp C. H., Papalia Z. College Student Work Habits are Related to Physical Activity and Fitness. *Int J Exerc Sci*. 2017. № 10 (7), P. 1009-1017.

16. Gaetano A. Relationship between physical inactivity and effects on individual health status. *Journal of Physical Education and Sport*. 2016. 16 (2). P. 1069-1074. doi:10.7752/jpes.2016.s 2170.

17. Kabatska O. V., Shuba L. V., Shuba V. V. The health saving educational environment at the institutional higher educational. *Scientific journal of the National Pedagogical Dragomanov University. Series № 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports)*. 2020. № 5 (125) 20. P. 85-89. DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2020.5(125).16

Kotova O. V., Sopotnytska O. V., Nepsha O. V. The use of fitness technologies as a motivating factor for physical education classes in institutions of higher education. *Development of physical culture and sports amidst martial law : International scientific conference (October 5–6, 2022)*. Czestochowa : Baltija Publishing, 2022. P. 69-73. DOI : <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-253-1-16>.

3.2 Фізкультурно-оздоровчої діяльності у вищих навчальних закладах в умовах дистанційного навчання під час воєнного стану: види, форми, можливість здійснення

Курта Євген Олександрович

кандидат юридичних наук, доцент

доцент кафедри управління фізичною культурою

та спортом НУ «Запорізька політехніка»

0000-0002-9513-5121

У відповідності до Конституції України життя і здоров'я людини визначаються найвищими цінностями, є показниками цивілізованості і відображають рівень соціально-економічного розвитку держави.

Нажаль, у зв'язку з особливими умовами функціонування суспільства починаючи з 2020 року, проглядаються тенденції зниження загального стану здоров'я у всьому світі, зокрема в Україні. В першу чергу це пов'язано з ускладненням після перенесеної хвороби (COVID-19). Крім того, необхідно відзначити загальну тенденцію вимушеного зниження рівня фізичної активності людей, пов'язаної з особливостями здійснення життєдіяльності, що також впливає на зниження стану здоров'я людей у всьому світі.

Починаючи з 24 лютого 2022, повномасштабне вторгнення російських окупаційних військ на територію України внесло додаткові негативні чинники, які є загрозою для життя людей та негативно впливають на загальний стан фізичного та психологічного здоров'я суспільства.

Не дивлячись на все, українці намагаються пристосуватись до сучасних реалій життя. Зокрема, велике значення має те, що навчальні заклади, попре все, продовжують здійснювати освітню діяльність. Майже у всіх регіонах України навчання відбувається у дистанційному або змішаному форматі. Крім того, у зв'язку з постійною загрозою ракетних обстрілів, навіть ті студенти яки навчаються в очному форматі, періодично вимушені знаходитись в укриттях, що значно обмежує їх фізичну активність. Таким чином, формування відповідального ставлення до здоров'я у студентської молоді шляхом оптимізації фізкультурно-оздоровчої діяльності в умовах дистанційного навчання у період воєнного стану має бути першочерговим завданням сучасних освітніх закладів.

Фізична культура – складова частина загальної культури суспільства, що спрямована на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних, моральноволевих та інтелектуальних здібностей людини з метою гармонійного формування її особистості.

Фізична культура є важливим засобом підвищення соціальної і трудової активності людей, задоволення їх моральних, естетичних та творчих запитів, життєво важливої потреби взаємного спілкування, розвитку дружніх стосунків між народами і зміцнення миру. Спорт є органічною частиною фізичної культури, особливою сферою виявлення та уніфікованого порівняння досягнень людей у певних видах фізичних вправ, технічної, інтелектуальної та іншої підготовки шляхом змагальної діяльності.

Соціальна цінність спорту визначається його дійовим стимулюючим впливом на поширення фізичної культури серед різних верств населення. Основними завданнями фізичної культури і спорту є постійне підвищення рівня здоров'я, фізичного та духовного розвитку населення, сприяння економічному і соціальному прогресу суспільства, а також утвердження міжнародного авторитету України у світовому співтоваристві.

Сферами впровадження фізичної культури є виробнича, навчально-виховна, соціально-побутова сфери. 16 Держава створює необхідні умови для підготовки наукових та викладацьких кадрів, розвитку наукових досліджень у галузі фізичної культури та стимулює впровадження їх у суспільну практику.

Основними напрямками впровадження фізичної культури є фізкультурно-оздоровча діяльність, фізичне виховання та розвиток масового фізкультурно-спортивного руху.

Основні напрями щодо організації фізкультурно-оздоровчої діяльності у соціально-побутовій сфері визначаються в державній програмі розвитку фізичної культури і спорту в Україні.

Кабінет Міністрів України за участю громадських організацій розробляє систему заходів щодо підтримання та зміцнення здоров'я різних категорій населення в соціально-побутовій сфері та забезпечує умови для її впровадження в життя, використання фізичної культури і спорту як засобу профілактики і лікування захворювань. Створення умов для занять фізичною культурою населення за місцем проживання та в місцях масового відпочинку населення покладається на місцеві органи виконавчої влади та органи місцевого самоврядування за рахунок коштів відповідних бюджетів на основі державних нормативів фінансування фізкультурно-оздоровчих програм.

Вони надають громадським організаціям фізкультурно-спортивної спрямованості та фізкультурно-спортивним закладам допомогу у виділенні місць для фізкультурно-оздоровчих занять в жилих районах, в парках культури і відпочинку, використанні для цих цілей спортивних споруд незалежно від їх належності.

У навчально-виховній сфері (дошкільних виховних закладах, середніх загальноосвітніх, професійних навчально-виховних, вищих навчальних закладах) фізкультурно-оздоровча робота здійснюється в поєднанні з фізичним вихованням дітей та молоді, з урахуванням стану здоров'я, рівня фізичного та психічного розвитку.

У складі педагогічних колективів дошкільних виховних та інших закладів освіти обов'язково передбачаються посади фахівців з фізичного виховання.

Органи виконавчої влади, підприємства, установи та організації, у віданні яких перебувають дошкільні виховні заклади, забезпечують необхідні умови для проведення щоденних фізкультурно-оздоровчих занять з дітьми, морально і матеріально заохочують педагогічні колективи та фахівців фізичного виховання, які досягли успіхів у збереженні і зміцненні здоров'я дітей.

Фізичне виховання є головним напрямом впровадження фізичної культури і становить органічну частину загального виховання, покликану забезпечувати розвиток фізичних, морально-вольових, розумових здібностей та професійно-прикладних навичок людини.

Фізичне виховання шляхом проведення обов'язкових занять здійснюється в дошкільних виховних, середніх загальноосвітніх, професійних навчально-виховних та вищих навчальних закладах відповідно до навчальних програм, затверджуваних у встановленому порядку.

В середніх загальноосвітніх навчально-виховних закладах уроки з фізичної культури є обов'язковими і проводяться не менше трьох разів на тиждень. Періодичність проведення занять з фізичної культури, вимоги до складання заліків з фізичного виховання встановлюються за погодженням з центральним органом виконавчої влади з фізичної культури і спорту.

Середні загальноосвітні та професійні навчально-виховні заклади з урахуванням місцевих умов, інтересів і запитів учнів самостійно визначають зміст, форми і засоби їх рухової активності, методи проведення занять з фізичної культури, а також організують позанавчальну фізкультурно-спортивну роботу за участю позашкільних навчально-виховних закладів, громадських організацій фізкультурно-спортивної спрямованості. Місцеві органи виконавчої влади можуть вводити додаткові уроки фізичної культури за умови виділення коштів відповідних бюджетів.

Фізичне виховання військовослужбовців є складовою частиною загальної системи навчання та виховання особового складу Збройних Сил України, органів внутрішніх справ, інших військових формувань і здійснюється у формі спеціальної фізичної підготовки. Заняття фізичною культурою і спортом інвалідів є складовою частиною їх дозвілля, фізичної реабілітації та соціально-трудової адаптації.

Організація занять фізичною культурою і спортом у системі безперервної реабілітації інвалідів (включаючи дітей з фізичними і розумовими вадами), підготовка кадрів, методичне забезпечення, лікарський контроль здійснюються органами охорони здоров'я, фізичної культури і спорту, освіти, соціального захисту населення та організаціями інвалідів.

Місцеві органи виконавчої влади, органи місцевого самоврядування, громадські організації фізкультурно-спортивної спрямованості та організації інвалідів створюють спеціалізовані фізкультурно-оздоровчі заклади (клуби і центри), забезпечують їх спеціальним обладнанням, сприяють участі інвалідів у спортивних змаганнях.

Фізкультурно-оздоровча діяльність забезпечує не лише гармонійний фізичний розвиток особистості, а й зміцнення фізичного та психічного здоров'я засобами фізичної культури та спорту. Задля формування, зміцнення й збереження здоров'я потрібне постійне посилення та неперервне фізичне навантаження.

Основними завданнями фізкультурно-оздоровчої діяльності в загальноосвітніх навчальних закладах є:

- зміцнення та збереження здоров'я студентів;
- всебічний розвиток фізичних здібностей;
- поглиблення фізкультурних знань, необхідних для використання в повсякденному житті;
- формування свідомої мотивації до систематичних занять фізичною культурою.

Фізкультурно-оздоровча діяльність здійснюється шляхом впровадження окремих фізкультурно-оздоровчих заходів в процес дистанційного навчання в умовах воєнного стану, які сприяють:

- активізації рухового режиму студентів впродовж дня;
- покращенню здоров'я студентів та вдосконалення рухової діяльності;
- забезпеченню гігієни розумової праці й підтриманню оптимального рівня працездатності в навчальній діяльності;
- формуванню організованості та відповідальності [1].

Таким чином, з метою забезпечення ефективності процесу формування, зміцнення та збереження здоров'я студентської молоді необхідно оптимізувати фізкультурно-оздоровчу діяльність у освітніх закладах.

Найкращі умови для оздоровчого тренування мають спортивні секції, а для активного відпочинку – руханки, спортивні змагання на природі, які у сучасних реаліях недоступні для більшості студентів вищих навчальних закладів України.

Особливість навчальної діяльності студентів в умовах дистанційного навчання під час воєнного стану проявляється в тому, що вони змушені більше працювати самостійно, виконувати більше особистих завдань і майже весь час проводити за комп'ютером. Для досягнення поставленої мети, необхідно шукати шляхи раціональної організації їх пересування з метою попередження погіршення фізичного стану, фізичної та розумової працездатності учнів, профілактики захворювань [2].

Вирішенню цієї проблеми може сприяти комплексне використання різноманітних форм занять фізичною культурою,

покращення їх фізичного стану та показників здоров'я. Для цього вважаємо за необхідно використовувати спеціально розроблений комплекс фізичних вправ з урахуванням особливостей місцезнаходження студентів. Привертає увагу запропонована В. Агалковим та Д. Петросян модель тижневої спеціально організованої фізичної активності здобувачів вищої освіти в умовах дистанційного навчання під час бойових дій [3].

Добираючи вправи для фізкультурної хвилинки, слід керуватися такими вимогами: вправи мають відповідати віковим особливостям дітей, бути їм відомими і охоплювати великі м'язові групи (А.Ф. Борисенком, С.Ф. Цвек). Щоб активізувати функції дихання і серцево-судинної системи, доцільно виконувати вправи типу потягування і розслаблення м'язів.

Рухи під 18 час фізкультурної хвилинки за своїм характером мають відрізнятися від тих, які діти виконують на заняттях. Наприклад, якщо в процесі малорухомих занять у дітей втомлюються м'язи ніг, спини, шиї, то під час фізкультурної хвилинки доцільно давати вправи з випрямленням ніг і тулуба, розведенням рук у сторони, нахилами голови, розслабленням м'язів кисті, а якщо втомлюються очі - виконувати вправи для очей. Момент проведення фізкультхвилинки на тому або іншому уроці визначає вчитель.

Сигналом до виконання фізкультхвилинки є послаблення уваги учнів. Комплекси вправ змінюють через два-три тижні, причому можна змінювати не комплекс, а тільки окремі вправи, вихідні положення. Все це створює враження новизни. Перед проведенням фізкультурної хвилинки дітям пропонують приготуватися до виконання вправ. Пояснення слід давати спокійним тоном, щоб не викликати зайвого збудження і не відвертати увагу дітей від навчального процесу. Кожна вправа фізкультхвилинки повторюється 4–6 разів. Під час фізкультхвилинки бажано відчиняти кватирки або вікна, якщо дозволяє погода.

Вправи виконуються з різних вихідних положень: сидячи за столом, стоячи за столом, стоячи біля стола. До комплексів треба вводити вправи, які вже вивчалися на заняттях з фізичної культури. Це зекономить час, який довелося б витратити на пояснювання виконання вправи. Вправи слід погоджувати з характером занять.

Наприклад, на заняттях з ліплення та малювання від одноманітних напружень у дітей стомлюються м'язи рук.

Крім того, вони досить часто перебувають у зігнутому положенні. З огляду на це під час фізкультурних хвилинки на цих заняттях використовують вправи на інтенсивне потягування,

виправлення та вигинання хребта, на розправлення грудної клітки, їх виконують одночасно з рухами рук. Такі вправи запобігають викривленню хребта.

У комплекси фізкультурних хвилинки слід вводити вправи для ніг, особливо коли діти виконують комплекс у положенні стоячи за столом або біля стола. Такі вправи стимулюють кровообіг у нижніх кінцівках, у ділянках тазу і живота дитини. Під час проведення фізкультурної хвилини треба стежити за тим як діти виконують вправи і робити потрібні зауваження. Особливу увагу слід приділяти диханню.

Важливо, щоб діти дихали глибоко (вдихали через ніс, а видихали ротом), поєднуючи дихання з рухами. Якщо у вправах немає чітко обумовлених фаз вдиху та видиху дихати треба рівномірно в довільному темпі. Один комплекс вправ фізкультхвилинки виконується протягом 2–3 тижнів, після чого вводиться новий.

Фізкультурні хвилини можуть бути повними й скороченими. Скорочені складаються з однієї вправи (ритмічне стискування і розслаблення пальців, трясіння кистями рук тощо) і застосовуються під час письмових робіт, їх можна виконувати, сидячи за партою. Рекомендується також проводити фізкультурні хвилини Імітаційні, віршовані, ігрові

Повністю погоджуючись з авторами, пропонуємо наступний комплекс фізичних вправ, який необхідно рекомендувати для використання студентам які навчаються в умовах дистанційного навчання під час воєнного стану:

- ранкова гігієнічна гімнастика (ходьба, біг на місці, дихальні вправи);
- фізкультурна пауза (гімнастика для очей, ходьба, біг на місці, загальноорозви ваючі, дихальні вправи);
- навчальні академічні заняття з фізичного виховання (загальноорозви ваючі, силові вправи, вправи на розтягування, ходьба, біг на місці, дихальні вправи);
- самостійні тренувальні заняття (циклічні вправи аеробної спрямованості, силові вправи, вправи на розтягування, загартувальні процедури).

Виконання наведеного комплексу фізичних вправ, який рекомендується для виконання студентам які навчаються в умовах дистанційного навчання під час воєнного стану дає змогу досягти відповідних норм фізичної активності, покращити показники фізичного стану та самопочуття студентів. Але головною проблемою реалізації вказаної методики є добросовісність студентів та самостійна відповідальність за сумлінне виконання цього комплексу.

Список використаних джерел

1. Бабюк С. Рухова активність та її вплив на фізичний та психічний розвиток дітей старшого дошкільного віку у підготовці до навчання. *Молода спортивна наука України: Зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту*. Вип. 8. Львів: НВФ «Українські технології», 2004. Т. 3. С. 10-14.

2. Дзензелюк Д.О., Грибан Г.П., Денисовець А.П. Рухова активність студентів під час навчання у вищих навчальних закладах. *Актуальні проблеми фізичного виховання студентів в умовах кредитно-модульної системи навчання: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції*. Дніпро, 2014. С. 112– 116.

3. Агалаков В.С., Петросян Д.А. Фізична активність під час бойових дій для студентів вищих навчальних закладів. *Актуальні проблеми фізичного виховання та спорту в сучасних умовах: матеріали Регіональної наукової інтернет-конференції*. Дніпро, 2022. С. 7-11.

3.3 Перспективні шляхи впровадження європейського досвіду цифровізації фізичної культури і спорту в українському освітньому просторі

Мазін Василь Миколайович

*доктор пед. наук, професор
в.о. завідувача кафедрою управління фізичною культурою
та спортом НУ «Запорізька політехніка»
0000-0001-5247-1507*

Шуба Людмила Вікторівна

*кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри управління фізичною культурою та спортом
Національний університет «Запорізька політехніка»
0000-0002-8037-4218*

Бурка Олена Миколаївна

*кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри фізичної терапії та ерготерапії
Національний університет «Запорізька політехніка»
0000-0003-2642-2431*

Зайцева Ольга Леонідівна

*кандидат педагогічних наук,
старший викладач кафедри спеціальної освіти
Національний університет «Запорізька політехніка»
0000-0003-4254-2433*

Цифрова трансформація – це процес переходу від традиційних методів та технологій до використання цифрових технологій в різних

сферах життя, включаючи бізнес, освіту, медицину, культуру, туризм і багато інших. Цифрова трансформація відбувається в результаті стрімкого розвитку інформаційних технологій, зокрема, хмарних технологій, машинного навчання, Інтернету та ін.

Протягом останніх років в Європі цифровізація економіки та суспільства стала одним із пріоритетів сталого розвитку. Сьогодні питання цифрової трансформації продовжують утримувати увагу основних стейкхолдерів як з боку ЄС, так і в країнах Східного партнерства, до числа яких належить Україна. Цифрова трансформація є невід'ємною частиною розвитку сучасного світу та має великий потенціал для забезпечення стійкого розвитку та покращення якості життя людей. Вона вимагає змін у менталітеті та поведінці людей, а також у суспільстві загалом. Необхідно навчитися працювати з новими технологіями, вирішувати проблеми, які виникають у зв'язку зі зміною, та забезпечувати кібербезпеку. Однак, її впровадження потребує комплексного підходу.

Враховуючи, що однією з найважливіших сфер суспільного життя є галузь фізичної культури і спорту яка поєднує в собі велику кількість аспектів та якостей життя, то ми спрямували наш проєкт на цифрову модернізацію саме цієї галузі. На цифрову трансформацію цієї галузі сьогодні спрямовані зусилля науковців, політиків, бізнесменів та фахівців-практиків різних країн світу, Україна не є виключенням.

Цифровий перехід у галузі фізичної культури і спорту неможливий без якісної підготовки майбутніх спеціалістів, обміну досвідом цифрового переходу між стейкхолдерами, а також формування передових цифрових навичок у широких верств населення. Саме на це спрямований проєкт.

Erasmus+ – це програма Європейського Союзу, яка фінансує міжнародні освітні проєкти, сприяє міжкультурному діалогу та підтримує співпрацю між установами в галузі освіти, підтримки молоді та спорту. Програма надає можливість студентам, викладачам та іншим працівникам освітніх установ здобувати нові знання та досвід, вдосконалювати мовні навички, а також поглиблювати розуміння міжкультурних відмінностей. Ця унікальна програма допомагає зробити освіту та навчання більш доступними та різноманітними, сприяє розвитку відкритого та толерантного суспільства, а також сприяє зміцненню співпраці між країнами.

Цифрова трансформація та програма Erasmus+ можуть взаємодіяти у багатьох аспектах.

З одного боку, цифрові технології можуть бути використані в рамках програми Erasmus+ для покращення процесу навчання та підвищення якості освіти.

З іншого боку, програма Erasmus+ може сприяти цифровій трансформації установ освіти. Програма надає фінансування для співпраці між установами з різних країн, що дозволяє розробляти та впроваджувати нові технології в освітній процес, що є дуже важливим в умовах сучасної України.

Враховуючи сьогоднішня наша країна особливо важливою є робота із незахищеними верствами населення, серед яких, внутрішньо переміщені особи з тимчасово окупованої території. Внутрішньо переміщені особи (ВПО) – це люди, які були змушені залишити свої домівки внаслідок конфліктів, насильства, природних катастроф або інших подій, що порушують їхні права та безпеку. Вони переселяються в межах своєї країни, зазвичай з одного регіону до іншого, і не знаходяться під міжнародним захистом. За даними Організації Об'єднаних Націй (ООН), на початок 2020 року у світі було більше 50 мільйонів ВПО. Вони зазвичай перебувають у складних соціально-економічних та правових умовах, і мають обмежений доступ до основних послуг, таких як освіта, медична допомога, працевлаштування та навчання. На наш погляд дуже важливо забезпечити підтримку та допомогу ВПО, оскільки вони знаходяться в надзвичайно вразливому стані та потребують підтримки та захисту. Проєктом передбачено розповсюдження серед таких осіб європейського досвіду використання інформаційних технологій з метою підвищення якості їхнього життя за рахунок організації рухової активності та нівелювання негативних впливів «попереднього» досвіду середовища, що оточує.

Проєкт розрахований на три роки (36 місяців) і включає проведення різноманітних заходів (конференції, воркшопу, літньої школи тощо) у сфері студій Європейського Союзу, а також 120 годин прямого контакту зі студентами у формі групових лекцій та практичних занять у рамках навчальних дисциплін, які викладаються три семестри поспіль для однієї навчальної групи, що, у сукупності, повністю відповідає вимогам конкурсу Жана Моне за напрямком «Модуль».

Проєкт лежить у руслі загальних цілей напряму Жана Моне програми Erasmus+, серед яких:

- активізація євроінтеграційного дискурсу;
- сприяння досконалості євроінтеграційних студій;
- залучення ЗВО до дослідження євроінтеграційних процесів;

– поширення ідей Об'єднаної Європи, знань про ЄС у суспільстві (за межами наукових кіл та спеціалізованої аудиторії), а також наближення ЄС до громадськості.

Проект сприяє стимулюванню фахової освіти, досліджень та відображенню в науковій сфері досвіду Європейського союзу у галузі цифрової трансформації фізичної культури і спорту. Також він сприяє поширенню цінностей ЄС в академічному середовищі та суспільстві за рахунок візуалізації того, за що виступає Європейський Союз і чого він має намір досягти.

Реалізація Проекту сприятиме цифровій трансформації галузі фізичної культури і спорту в Україні, включенню її в європейський простір як на регіональному, так і на державному рівні.

Особливо відмічаємо, що Проект дає змогу охопити широку громадськість та поширити знання про ЄС у найширших колах суспільства, включаючи населення територіальних громад, віднесених до зон бойових дій.

Мета проекту: підвищення поінформованості українського суспільства щодо процесів цифрової трансформації галузі фізичної культури і спорту в країнах ЄС та її ролі у забезпеченні сталого розвитку Запорізького регіону. Розповсюдження європейських цінностей.

Цілі проекту:

– вивчення досвіду ЄС щодо цифрової трансформації галузі фізичної культури і спорту;

– розповсюдження цього досвіду серед студентів, наукової спільноти та різних верств населення України з метою формування позитивного іміджу євроінтеграційної перспективи;

– підвищення рівню професійно-прикладних цифрових навичок майбутніх фахівців фізичної культури і спорту;

Проект розрахований на 3 роки і включас:

– вивчення і узагальнення досвіду цифровізації галузі фізичної культури і спорту в ЄС, а також розробку на цій основі низки навчальних дисциплін з наступною їх апробацією, що підійме якість навчання на вищій рівень;

– впровадження у навчальний процес бакалаврів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» блоку дисциплін обсягом 9 ECTS, що дасть змогу студентам після закінчення навчання бути конкурентоспроможними у Європі та реалізувати свій потенціал не відчувачи себе спеціалістом «другого сорту»;

– організацію та проведення як Всеукраїнських так і з Міжнародною участю науково-практичних заходів (круглого столу,

воркшопу, конкурсу наукових робіт студентів і молодих науковців, Міжнародної онлайн конференції);

– організацію та проведення літніх шкіл для учителів та викладачів фізичної культури, а також для переміщених осіб, які знаходяться на території Запоріжжя. Організація літніх шкіл має кілька позитивних аспектів. По-перше, вони дають можливість учасникам зануритися в нову культуру та навчатися новим навичкам. По-друге, літні школи забезпечують можливість зустріти нових людей та збільшити свої соціальні мережі. По-третє, літні школи можуть підвищити мотивацію учасників до навчання та розвитку. Крім того, літні школи можуть бути корисними для підвищення рівня освіти та професійної підготовки учасників, покращення їхніх навичок та здібностей, а також сприяння їхньому культурному розвитку та розвитку міжнародної співпраці.

Вигоди від реалізації проекту:

Для ЄС:

I. Розповсюдження європейських цінностей у Запорізькому регіоні. Європейські цінності – це набір ідей, принципів і норм, які є основою європейської культури та спільної ідентичності. Ці цінності визначаються різними факторами, такими як історія, релігія, філософія, політика та соціальні проблеми.

Основні європейські цінності включають:

1. Демократію: громадянські свободи, право на участь у виборах та владному процесі.

2. Рівність: всі люди мають рівні права та можливості незалежно від статі, раси, національності, релігії, соціального статусу тощо.

3. Толерантність: повага до різних культур, поглядів та ставлення до людей, які відрізняються від нас.

4. Людські права: захист прав людини, включаючи право на життя, свободу висловлювання, свободу думки, релігії та переконань.

5. Соціальну справедливість: рівні можливості для всіх, доступ до освіти, охорони здоров'я та соціального захисту.

6. Європейську орієнтацію: розвиток співпраці та взаємодії між країнами Європи, підтримка європейської ідентичності та спільних цілей.

7. Свободу слова та інформації: свобода вираження своїх поглядів та інформаційна свобода, включаючи доступ до незалежних ЗМІ та інтернету.

8. Екологічну обізнаність: збереження навколишнього середовища та природних ресурсів для майбутніх поколінь.

II. Розповсюдження знань про процеси цифрової трансформації суспільства у країнах ЄС взагалі, і, галузі фізичної культури і спорту,

зокрема. Цифрова трансформація є однією з головних тенденцій розвитку суспільства в країнах Європейського Союзу. Це процес впровадження цифрових технологій та інтернет-рішень у всі сфери життя, що має на меті підвищення ефективності, зменшення витрат та поліпшення якості послуг та продуктів. У галузі фізичної культури і спорту цифрова трансформація має великий потенціал. За допомогою цифрових технологій можна покращити якість навчання, тренувань та змагань, а також забезпечити зв'язок між вчителями, тренерами, спортсменами та батьками.

III. Підготовка галузі фізичної культури і спорту України до переходу на стандарти ЄС – є важливою та актуальною темою. Це пов'язано з тим, що Україна прагне до інтеграції з Європейським Союзом і повинна відповідати вимогам та стандартам, які діють у країнах ЄС. Одним із ключових напрямків підготовки галузі фізичної культури і спорту України до переходу на стандарти ЄС є підвищення кваліфікації тренерів та інших фахівців. Вони повинні знати сучасні методики тренувань, технології моніторингу та аналізу фізичної активності, а також бути ознайомленими з міжнародними стандартами та принципами роботи у галузі фізичної культури і спорту.

IV. Візуалізація образу життя ЄС, формування привабливих євроінтеграційних орієнтирів для різних верств населення України. Наприклад:

1. Підтримка студентської та викладацької мобільності та обмінів між країнами ЄС та Україною, що сприяє розвитку міжкультурного спілкування та взаєморозуміння.

2. Використання соціальних мереж та онлайн-платформ для поширення інформації про життя у країнах ЄС та сприяння обміну ідеями між молоддю, активними громадянами та експертами

Для України

I. Підвищення якості фахової освіти майбутніх фахівців галузі фізичної культури і спорту за рахунок формування у них сучасних цифрових компетенцій. Сьогодні цифрові технології стають все більш важливими в сфері фізичної культури і спорту, зокрема в області аналізу даних, тренування та реабілітації спортсменів, організації змагань, маркетингу та комунікації.

II. Підтримка діалогу між академічною спільнотою та регіональною адміністрацією з питань передового досвіду ЄС цифрового переходу галузі фізичної культури і спорту;

III. Підвищення якості життя верств населення прифронтової зони, до якої віднесено Запоріжжя – забезпечення людей необхідними ресурсами та можливостями для того, щоб вони могли розвиватися і

здобувати нові знання, навички та досвід. Це постійний процес, який потребує спільних зусиль уряду, громадських організацій та індивідів.

Проект спрямований на вирішення таких проблем та недоліків:

- замалої обізнаності фахівців фізичної культури і спорту України про сучасний передовий досвід цифровізації галузі в ЄС;

- недостатнього розвитку прикладних цифрових компетенцій у студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт», які відповідали б умовам цифрового переходу;

- недостатньої інформованості суспільства України про тенденції цифрової трансформації галузі фізичної культури і спорту у ЄС;

- низької якості життя населення територій, віднесених до зон бойових дій (зокрема, внутрішньо переміщених осіб з тимчасово окупованої території).

Конкретні цілі:

- вивчення досвіду ЄС у галузі цифровізації фізичної культури і спорту;

- розробка і апробація навчальних дисциплін, які б узагальнювали і відображали досвід ЄС у галузі цифровізації фізичної культури і спорту;

- впровадження у програму підготовки бакалаврів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» модулю дисциплін «Цифрова трансформація фізичної культури і спорту – європейський вимір» обсягом 9 ЕСТС;

- проведення науково-практичних заходів (круглого столу, воркшопу, конференції, конкурсу наукових робіт), спрямованих на розповсюдження досвіду ЄС у галузі цифровізації фізичної культури і спорту серед наукової і спортивної спільноти, а також громадськості України;

- розповсюдження цінностей ЄС серед верств населення, зокрема, серед внутрішньо переміщених осіб з тимчасово окупованої території.

Проект ґрунтується на 15-ти річному досвіді організації освітнього процесу і розробки освітньо-професійних програм, навчальних планів та змісту навчальних дисциплін кафедри управління фізичною культурою і спортом НУ «Запорізька політехніка» за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт».

Також він спирається на досвід співпраці із партнерами в сфері освіти, професійної підготовки, що охоплює як внутрішньо-українське (з Національним університетом фізичного виховання і спорту України, Луганським національним університетом імені Тараса Шевченка та ін.),

так і міжнародне співробітництво (Wyższa Szkoła Gospodarki (Польща), Uniwersytet Humanistyczno-Przyrodniczy im. Jana Długosza w Częstochowie (Польща)).

Інноваційним моментом Проєкту є те, що він враховує реалії соціально-економічного стану в Україні, пов'язані з бойовими діями і забезпечує проведення заходів і впровадження європейських студій в освітній процес студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» з урахуванням всіх цих обставин.

Зміст Проєкту відповідає пріоритетам Erasmus+ напряму Жана Моне, а також лежить у руслі завдань, визначених у таких документах: Угодою про Асоціацію між Україною та ЄС з питань співробітництва у сферах науки та технологій, освіти, молоді, спорту та громадського суспільства; Молодіжною стратегією ЄС на 2019–2027 роки; Національною доповіддю «Цілі Сталого Розвитку: Україна»; Законах України «Про освіту» та «Вищу освіту». Також Проєкт підтримує пріоритети Національної програми інформатизації України на 2022–2024 роки, перспективні напрямки роботи Міністерства Молоді та спорту України, а також регіональну концепцію «Цифрова стратегія Запоріжжя-2030».

Синергія впливів Проєкту та вже здійснених заходів і програм сприятиме досягненню таких кумулятивних ефектів:

- на міжнародному рівні – об'єднанню та взаємопроникненню цифрових екосистем, що сприятиме транскордонному співробітництву між країнами Європи, а також цифровій трансформації їх економік;

- на рівні країни – приведення процесів цифрової трансформації галузі фізичної культури і спорту до єдиного стандарту дозволить Україні наблизитися до створення єдиного правового, економічного, методичного та інформаційного простору з ЄС;

- на особистому рівні учасників Проєкту – забезпечення «освіти продовж життя», інтеріоризація цінностей ЄС, а також формування передових цифрових навичок.

За нашим **концептуальним задумом**, реалізація завдань Проєкту «Цифрова трансформація фізичної культури і спорту: європейський вимір» забезпечується створенням наступних умов:

- вивчення досвіду цифровізації галузі фізичної культури і спорту в ЄС;

- розроблення блоку дисциплін «Цифрова трансформація фізичної культури і спорту – європейський вимір» обсягом 9 ECTS;

- впровадження та апробацію навчальних дисциплін «Передові технології цифровізації фізичної культури: Європейський досвід» (3 ECTS), «Передові технології цифровізації спорту: Європейський досвід»

(3 ECTS), «Цифрові екосистеми фізичної культури і спорту ЄС у глобальному контексті» (3 ECTS);

– організацію та проведення на базі НУ «Запорізька політехніка» науково-практичних заходів для студентів, науковців і фахівців фізичної культури і спорту (круглого столу «Цифрові екосистеми у галузі фізичної культури і спорту: європейський досвід»; воркшопу «Інформаційні технології в управлінні спортивною організацією: європейський досвід»; конкурсу наукових робіт студентів і молодих науковців «Цифрові платформи у фізичній культурі і спорті»; Міжнародної онлайн конференції «Цифровізація спорту: європейський досвід, стратегічні орієнтири для України»; тренінгу «Цифрові інструменти організації фізичного виховання: європейський досвід» для учителів та викладачів фізичної культури Запорізького регіону); літньої школи «Цифрові інструменти організації особистої рухової активності: європейські підходи» для переміщених осіб, які знаходяться на території Запоріжжя);

– узагальнення досвіду ЄС з цифрової трансформації галузі фізичної культури і спорту і формування обґрунтованих пропозицій щодо цифрової трансформації галузі фізичної культури і спорту в Україні.

Проект спирається на **таке методологічне підґрунтя:**

– концепцію безперервного навчання (навчання протягом життя);
– кредитно-модульний підхід, виражений в Європейській системі переведення і накопичення кредитів (ECTS);

– контекстний підхід, відповідно якому освітній процес має передбачати включення навчальних дій у контекст майбутньої професійної діяльності;

– тренінговий підхід, який передбачає опору на методи активного навчання, спрямовані на розвиток знань, умінь та навичок, а також соціальних установок;

– звід знань з управління проектами (РМВОК).

Керівними у Проекті є такі **принципи:**

– принцип активності, який передбачає долучення усіх учасників Проекту до активного спілкування, обговорення і вирішення освітніх задач;

– принцип зворотного зв'язку, за яким обов'язковим є урахування потреб і інтересів здобувачів освіти і стейкхолдерів;

– принцип відкритості, відповідно якому всі дії у рамках Проекту мають підтримувати спрямованість на розповсюдження інформації про зміст і результати освітнього процесу, а також про результати аналізу досвіду країн ЄС у сфері цифровізації фізичної культури і спорту.

Проект включає такі **етапи.**

Перший етап – формування у виконавців необхідних компетенцій в галузі цифровізації фізичної культури та спорту в європейському контексті;

Другий етап – розробка модулю «Цифрова трансформація фізичної культури і спорту – європейський вимір» обсягом 9 ECTS;

Третій етап – апробація та впровадження модулю «Цифрова трансформація фізичної культури і спорту – європейський вимір» в освітній процес бакалаврів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» НУ «Запорізька політехніка».

На кожному з етапів передбачені заходи, спрямовані на розповсюдження виконавцями Проєкту набутого у сфері цифрової трансформації європейського спорту і фізичної культури досвіду із студентською та науковою громадськістю, а також іншими верствами населення. Визначені етапи виступають орієнтиром при конструюванні робочих пакетів Проєкту.

Вважаємо, що визначене наукове підґрунтя і принципи дозволять виконати поставлені завдання, оскільки вони дають змогу спиратися на перевірені форми наукового знання та багаторічний досвід системи формальної, неформальної та інформальної європейської освіти.

Список використаних джерел

1. Сайт Європейського парламенту. URL: <https://www.europarl.europa.eu/news/en/headlines/eu-affairs/20181204STO20919/european-values-and-the-eu> (дата звернення: 1.03.2023).
2. Сайт Європейського центру захисту прав людини. URL: <https://www.coe.int/en/web/portal/european-values> (дата звернення: 28.02.2023).
3. Сайт Європейської агенції з основних прав. URL: <https://fra.europa.eu/en/theme/eu-charter/eu-fundamental-rights-underpin-eu-citizenship-and-european-values> (дата звернення: 21.02.2023).
4. Сайт Європейської комісії. URL: https://ec.europa.eu/info/about-european-commission/european-union/eu-policies/european-values_en
5. Сайт Європейської ради. URL: <https://www.coe.int/en/web/portal/european-values> (дата звернення: 12.02.2023).
6. Accenture: «The New Dynamics of Digital Transformation: Reinventing the Business DNA». URL: <https://www.accenture.com/us-en/insights/digital/dynamics-of-digital-transformation> (дата звернення: 1.03.2023).
7. Deloitte: «The Digital DNA of High-Performing Companies». URL: <https://www2.deloitte.com/us/en/insights/deloitte-review/issue-20/digital-transformation-high-performing-companies.html> (дата звернення: 16.02.2023).
8. European Commission: «Boosting the competitiveness of the European sport industry». URL: <https://ec.europa.eu/sport/policy/strategy/> documents

/boosting-the-competitiveness -of-the-european-sport-industry_en.pdf (дата звернення: 2.03.2023).

9. European Commission: «Shaping Europe's digital future». URL: <https://ec.europa.eu/digital-single-market/en/shaping-europes-digital-future> (дата звернення: 1.03.2023).

10. Harvard Business Review: «Digital Transformation Is Not About Technology». URL: <https://hbr.org/2019/03/digital-transformation-is-not-about-technology> (дата звернення: 25.02.2023).

11. International Journal of Computer Science in Sport: «The Role of Digital Technologies in Enhancing the Fan Experience in Sports». URL: <https://content.sciendo.com/view/journals/ijcss/19/2/article-p1.xml> (дата звернення: 22.02.2023).

12. Journal of Physical Education, Recreation & Dance: «Digital Technology and Physical Education: New Tools for a New Era». URL: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1080/07303084.2017.1283352> (дата звернення: 13.02.2023).

13. McKinsey & Company: «The age of analytics: Competing in a data-driven world». URL: <https://www.mckinsey.com/business-functions/mckinsey-analytics/our-insights/the-age-of-analytics-competing-in-a-data-driven-world> (дата звернення: 26.02.2023).

14. SportBusiness: «Digital Transformation in Sport: The Role of Data and Analytics». URL: <https://www.sportbusiness.com/2019/12/digital-transformation-in-sport-the-role-of-data-and-analytics/> (дата звернення: 1.03.2023).

15. The International Journal of Sport Policy and Politics: «The potential of digital technologies in sport policy and governance». URL: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/19406940.2019.1686637> (дата звернення: 2.03.2023).

16. World Economic Forum (WEF): «The Global Competitiveness Report 2019». URL: <https://www.weforum.org/reports/the-global-competitiveness-report-2019> (дата звернення: 12.02.2023).

3.4 Soft skills як необхідна складова курсу «Спортивний менеджмент»

Порада Оксана Володимирівна
*старший викладач кафедри управління фізичною культурою
та спортом НУ «Запорізька політехніка»
0000-0003-2242-0316*

Постановка проблеми. У сучасному світі розвиток «м'яких навичок» (або soft skills) стає нагальною потребою, оскільки професії

постійно змінюються, а професійні компетентності мають відповідати ринковим вимогам. Дослідження на ринку праці підтверджують важливість «м'яких навичок» для роботодавців. Вміння ефективно висловлювати думки, ввічливо спілкуватися, виявляти емпатію, розуміти різні погляди та адекватно реагувати на різні ситуації, зберігаючи взаємну повагу й уникати образливих висловлювань, є особливо цінними для серйозних компаній. Однак, професії зазнають змін з плином часу, межі між ними стають менш чіткими. Тому, відповідно до провідних фахівців та науковців, «м'які навички» допомагають професіоналам адаптуватися до вимог роботодавців.

Саме потреба ринку праці у фахівцях новітнього формату, озброєних «soft skills», знайшла наукову рефлексію у роботах багатьох дослідників, як українських, так і зарубіжних. Зокрема дослідження «soft skills» в освітньому середовищі висвітлені в роботах А. Малік, В. Ахмад, зокрема у практиці підготовки майбутніх фахівців освіти: А. Бобро, О. Біляковської, Л. Верченко, О. Муц, С. Наход, Л. Прокопів, В. Стинської, у практиці підготовки майбутніх галузевих фахівців – Г. Мозгової, І. Мендела, С. Мендела, Д. де Кампос, Л. де Резенде, О. Фагундес, С. Криштанович. Зазначимо, що С. Криштанович досліджує професійну компетентність менеджерів фізичної культури й спорту.

Присвячені навчальним технологіям розвитку «soft skills» праці Н. Волкової, Е. Делл'Акуїла, Д. Діокно, Д. Марокко, М. Коельо, О. Дубініної, Л. Колот, Л. Кушмар, Х. Мартінс.

Теорії емоційного інтелекту висвітлені у працях Д. Гоулмена, Дж. Майєра, множинного інтелекту – Х. Гарднера, В. Ширєра.

Роль «soft skills» у працевлаштуванні відображено у дослідженнях К. Коваля, Р. Бейкер, Ф. Бейкер, М. Істманя, М. Хірудайараджи та ін.

«Soft skills» в менеджменті та управлінській діяльності присутні у науковому доробку Н. Длугунович, П. Друкера, С. Кові, К. Коупленда, Дж. Нейсбіта, у загальному та галузевому контексті – Л. Андерсона, Д. Біркіншоу, К. Бойдена, Д. Манктелоу, М. Маттесона.

Ключові «soft skills» в менеджменті та управлінській діяльності представлені на онлайн-платформах приватних консалтингових агенцій та коучингових платформах, таких як Forbes, PowerToFly, Risely, One Education, Alpha Academy, Simplex.ua, чий досвід ми розглянемо.

Невпинний розвиток технологій вимагає від працівників та керівників компаній постійного вдосконалення, опанування нових умінь та здобуття навичок [29]. Експерти підкреслюють, що бути технічним або обізнаним на робочому місці вже недостатньо і працівники повинні набути навичок спілкування та досягти успіху у відображенні цих

навичок у щоденних подіях. [34]. Провідні коучі зазначають, що постійний розвиток інформаційних технологій, дозволяє більшій кількості людей отримувати нові знання і набувати сучасних професій [12] і більшість нинішньої робочої сили не тільки спеціалізуються на певних навичках, але й підвищують кваліфікацію та змінюють роботу протягом своєї кар'єри [33].

Роботодавці шукають поєднання жорстких і м'яких навичок [24], проте останні дослідження ринку праці відображають помітну тенденцію значної зацікавленості працедавців саме до «soft skills» у роботошукачів, тому що більшість роботодавців вважають їх не менш важливими, ніж професійні знання та вміння [6]. Також слід зауважити, що професії з часом змінюються і трансформуються [12]. Відповідно до робочого середовища та вимог ринку постійно змінюються й академічна освіта та «soft skills». Водночас час бізнес-організації скаржаться на випускників університетів через відсутність навчання «soft skills» [26].

Звісно, що заклади вищої освіти відіграють ключову роль у розвитку сучасних стандартів освіти і несуть відповідальність за розробку та підтримку високого рівня навчальної програми, оснащеної найсучаснішими засобами навчання та навичками [26]. У зв'язку з цим кожен освітній заклад має надати умови та можливості задля того, щоб його випускники мали попит та готовими зіткнутися зі світом реальності після закінчення навчання [20], визначити та розробити набір важливих навичок та атрибутів для інтеграції в академічну навчальну програму різних галузей навчання у секторі вищої освіти [1, 26].

Через притаманну конкурентному світу бізнесу професіонали, яких готують заклади вищої освіти, повинні бути в курсі навичок, необхідних для підготовки їх до високих вимог бізнес-арени [20]. Як слушно підкреслює К. Коваль – професійні вміння та навички застарівають, а «soft skills» є актуальними завжди [6].

Випускники повинні розуміти, що розвиток та напрацювання «soft skills» для студентів – об'єктивна вимога ринку праці та ефективно вивчати знання м'яких навичок, щоб підготуватися до працевлаштування та побудови успішної кар'єри [6, 10, 26].

Отже, розгляд питання формування та розвитку «soft skills» у студентів під час їх навчання в університеті є дуже важливим, що зумовлює актуальність цього дослідження, тому мета статті – висвітлити ефективність «soft skills» під час аналізу доробку сучасних фахівців, експертів та науковців у галузі освіти, управлінської діяльності, лідерства та менеджменту та значення цієї складової у курсі «Спортивний менеджмент».

Методи дослідження: аналіз, узагальнення, систематизація – для вивчення філософської, психолого-педагогічної, методичної літератури, дисертаційних робіт для вивчення стану розробленості досліджуваної проблеми; термінологічний аналіз, систематизація та узагальнення наукових результатів для характеристики ключових дефініцій дослідження; структурно-логічний аналіз задля визначення ключових «soft skills» в межах курсу «Спортивний менеджмент»

Виклад основного матеріалу. Університетська освіта – це постійний процес розвитку та підготовки випускників університету до конкурентного ринку праці [26]. На сучасному етапі українська система освіти проходить відповідальний та особливий етап свого розвитку який характеризується кардинальним переглядом сформованих у свідомості педагогів професійних стереотипів [3]. Головний тренд у сучасній освіті – це зміна людей, які починають працювати вчителями та зміна ролей, які вони виконують в суспільстві [14]. Парадигма законодавства України у сфері освіти орієнтована на всебічний розвиток людини як особистості та найвищої цінності суспільства, її талантів, інтелектуальних, творчих і фізичних здібностей, формування цінностей і необхідних для успішної самореалізації компетентностей, виховання відповідальних громадян, які здатні до свідомого суспільного вибору та спрямування своєї діяльності на користь іншим людям і суспільству, збагаченні на цій основі інтелектуального, економічного, творчого, культурного потенціалу українського народу, підвищення освітнього рівня громадян задля забезпечення сталого розвитку України та її європейського вибору [11].

Отже, зміна пріоритетів у завданнях освіти, компетентнісний підхід до навчання, формування здобувача освіти нової якості, ставлять певні вимоги до компетентностей освітян і одночасно розкривають широкі можливості для реалізації педагогічної автономії [10]. Серед основних вимог до професійної кваліфікації викладача ЗВО, задекларованих Європейською комісією [22], виокремлено: міжособистісні компетентності для створення доброзичливої, безпечної атмосфери в аудиторії; компетентність, орієнтовану на забезпечення плідної співпраці з колегами і сприяння належній організації та функціонуванню освітнього процесу; компетентність, що дозволяє співпрацювати з тими, хто відіграє важливу роль в освітньому середовищі, студентському оточенні і розвитку взаємовідносин з батьками або опікунами студентів, колегами в освітніх та юнацьких установах, сферах соціального забезпечення [2].

Ми суголосні з думкою Н. Длугуновича про те, що фахівець будь-якої професії повинен володіти двома типами навичок – це «hard

skills» та «soft skills» [4]. Як жорсткі, так і м'які навички є значущими з погляду вимог до працевлаштування на сучасному ринку праці [17]. Проте, Н. Длугунович зауважує, що чим вище людина підіймається кар'єрним сходинкам, тим менша вага «hard skills» і більша «soft skills», а професійну успішність визначають саме «soft skills»[4].

Жорсткі навички, або «hard skills» – це вміння та знання, необхідні для певної посади та конкретної роботи [14] і набуваються через формальну освіту або програми навчання в академічному середовищі або навчання на роботі в якості учня [24].

Базове визначення терміну «soft skills» подати доволі складно, оскільки дослідження із зазначеної проблематики існують у різних галузях, зокрема в економіці праці; працевлаштуванні; розвитку робочої сили та розвитку людських ресурсів; управлінні та комунікації, в галузевій або предметній літературі тощо [25, 28].

Ключова різниця в опануванні «soft skills» і «hard skills» полягає в тому, що «м'яким» навичкам складно навчитися з книжок або просто виконуючи свої функціональні обов'язки [6]. Проте, все більше літератури пропонує докази та рішення для подолання перешкод і сприяння використанню цифрових технологій у навчанні м'яких навичок. [17].

Термінологія «hard» та «soft» skills не є новою і виникла в армії Сполучених Штатів Америки в середині 60-х рр. XX ст. За допомогою такого розмежування вмінь та знань командування намагалося підвищити рівень підготовки військовослужбовців. Згодом, практика оцінювання професійних навичок на основі цих категорій була успішною і розповсюдилася на інші галузі.

Перші дослідження «soft skills» розпочалися у 1960–1970 рр. XX ст. [12] і включали як безпосереднє дослідження м'яких навичок у певному середовищі, так і визначення загальних компетентностей на робочому місці, у яких «soft skills» є важливими для високої продуктивності [27]. Спочатку наявність таких навичок і вмінь вимагали від менеджерів і керівників. Але з кінця XX ст. рекрутери стали відзначати важливість «soft skills», в іншій мірі, у працівників усіх рівнів і посад [12]. Термін «м'які навички» виник у середині 1970-х рр. і був уперше використаний Дж. Нейсбітом, американським автором та консультантом у галузі мегатрендів, в книзі «Мегатренди: десять нових напрямків, що змінюють наше життя».

Інші авторитетні джерела такі як П. Друкер, Д. Гоулмен, К. Коупленд та С. Кові по-різному описують «soft skills», а саме як навички, які допомагають людям ефективно спілкуватися з іншими людьми, працювати з ними та досягати спільних цілей. Зокрема,

П. Друкер вважає, що «soft skills» охоплюють особистісні навички (personal skills) та лідерські якості (leadership qualities), які потрібні для успішної роботи в команді [30]. С. Кові вказує на те, що це навички міжособистісного спілкування, пов'язані з емпатією, співчуттям та співробітництвом [18]. Д. Гоулмен називає їх «емоційним інтелектом» і вказує на важливість таких навичок, як емпатія та соціальна компетентність [23]. Деякі фахівці визначають «soft skills» як комплекс загальних, неспецифічних для конкретної професії якостей і навичок [12], тобто вони є універсальними або функціональними компетентностями, а факт володіння ними – функціональною грамотністю [1]. Частина дослідників вважає, що до даної групи належать комунікативні та управлінські навички і їх прояв складно відстежити й наочно продемонструвати [4, 24, 29].

Інші тлумачать поняття «soft skills» як особистісні якості учасників економічного процесу, що забезпечують їх ефективне функціонування та взаємодію в команді, і, оскільки вони визначають рівень психосоціального розвитку [9].

Н. Длугунович розглядає «soft skills» як навички, вміння та характеристики, які дозволяють бути успішними незалежно від компанії, її специфіки діяльності та направлення бізнесу [4].

Експерти коучингових компаній, онлайн-платформ характеризують «soft skills» як особисті атрибути, риси особистості, притаманні соціальні сигнали та комунікативні здібності, є неоціненними для успіху на роботі і у бізнесі, що характеризують, як людина взаємодіє з іншими [12, 29, 34].

На нашу думку, розлогим тлумаченням означеного терміну є наступне: «soft skills» – це набір особистісних навичок, що допомагають людям ефективно спілкуватися з іншими, розв'язувати проблеми, працювати в команді та керувати своїми емоціями. Ці навички доповнюють технічні знання та вміння, і є дуже дієвими для успішного функціонування в сучасному світі [1, 6]. Складовими «soft skills» є індивідуальні якості, соціальні навички, навички комунікації та співпраці, керування емоціями тощо. Це загальні категорії, що описують різні аспекти «soft skills» [25]. Слід зауважити, що комплекс «soft skills» має риси емерджентності та синергетичності [14]. Ми суголосні з групою науковців, які його визначають як макротермін, який має різні можливості [16].

К. Коваль розглядає індивідуальні якості як вміння прийняти рішення та розв'язувати проблеми, чітко поставити завдання та формулювати цілі, позитивне мислення та оптимізм, орієнтація на клієнта та кінцевий результат; комунікативні якості – як вміння

зрозуміло формулювати думку, вміння взаємодіяти з іншими типами людей, структурувати й модерувати наради, відповідати аргументовано, зрозуміло, вчасно і ввічливо, готувати та робити якісні презентації, отримати культурні та міжнаціональні особливості; вміння «грати» в команді, об'єднувати та мотивувати команду, навчати та розвивати членів команди, передбачати та запобігати ризикам, чітко планувати та керувати часом – як управлінські якості [6]. Зазначимо, що перелік основних компетентностей, які можна віднести до «м'яких навичок», значною мірою залежить від сфери діяльності учасників економічного процесу та визначатиметься ними [9].

Попри те, що в деяких емпіричних дослідженнях застосовувалися наукові методи для прояснення концепції навичок м'якого спілкування, в одній галузі мало досягнуто успіху, і, звичайно, жодного в різних галузях дослідження [27]. Так, Д. де Кампос, досліджуючи найважливіші м'які навички для працевлаштування інженерів, згрупувала «soft skills» в шість основних груп: розв'язання проблем і критичне мислення, спілкування, робота в команді, етична перспектива, емоційні інтелект і творче мислення [15], які розгортаються в таких навичках: розв'язання проблем, відкритий розум, вербальне спілкування, письмове спілкування, активне слухання, читання, іноземна мова, мультикультуралізм, спілкування в мережі, лідерство, етика, професіоналізм, соціальна відповідальність, контроль над емоціями, мотивація, навчання впродовж життя, самоспрямування, креативність та інноваційне мислення [16].

Науковцями та провідними фахівцями у галузі менеджменту, коучінгу та працевлаштування сформовано багато варіантів списків, так звані «soft skills list». На Всесвітньому економічному форумі в Давосі одним з важливих питань був перелік тих додаткових умінь, які будуть потрібні фахівцям різних галузей у 2020 році. До даного переліку були віднесені:

1) комплексне багаторівневе рішення проблем (complex problem solving). Людина, має бути здатною бачити суть проблеми і розбиратися з її причиною, а не з наслідком. Найбільше затребуваними будуть фахівці, які будуть володіти цілісним, системним підходом до розв'язання будь-яких проблем і будуть знати, на що ще звертати увагу, крім очевидного;

2) критичне мислення (critical thinking). Це мислення в такий спосіб, при якому людина ставить під сумнів інформацію, що надходить та навіть власні переконання;

3) креативність у широкому сенсі (creativity). Творчий початок – це здатність обов'язково бачити те, чого ще немає;

4) уміння керувати людьми (people management). Керівництво людьми – це дуже складна наука про те, як лідерам правильно приймати головні рішення стосовно людей. Як не помилятися в людині, приймаючи її на роботу, і підвищувати того, хто заслуговує? Як конструктивно вирішувати конфлікти всередині команди? Знати відповіді на такого роду питання і значить володіти people management;

5) взаємодія з людьми (coordinating with others). Аскетичність може шкодити будь-якій діяльності. Якщо ви є власником бізнесу, якому важко знайти спільну мову з людьми, потрібно найняти на роботу того, хто вміє ефективно налагодити контакт з іншими;

6) емоційний інтелект (emotional intelligence). Зараз під емоційним інтелектом розуміється здатність розпізнавати емоції, мотивацію і наміри інших людей та свої власні, а також уміння управляти своїми емоціями та емоціями інших людей;

7) формування власної думки та прийняття рішень (judgment and decisionmaking). Фахівцю нового покоління потрібно буде формулювати свою думку і приймати коректні самостійні рішення. Самостійність має бути у всьому;

8) клієнтоорієнтованість (service orientation). Судячи з нинішніх прогнозів, сфера послуг у всьому світі буде тільки зростати, а хороший сервіс завжди потрібен;

9) уміння вести переговори (negotiation). Уміння висловлюватися ясно, бути переконливим – трендове уміння. Важливо те, що з практикою ним може опанувати кожен;

10) гнучкість розуму (cognitive flexibility). Когнітивна гнучкість – це здатність особистості швидко перемикатися з думки на думку, а також одночасно обмірковувати кілька речей [13].

Під час нашого дослідження було обрано декілька онлайн платформ, які пропонують власні «soft skills list»: Forbes [33], PowerToFly [35], Risely [32], One Education [34], Alpha Academy [31], Simplex.ua [12].

Simplex.ua об'єднують м'які навички у шість груп та класифікують наступним чином:

- 1) Комунікативні навички:
 - вміння слухати співрозмовника;
 - вміння вести переговори, домовлятися, переконувати;
 - розуміння невербальних сигналів і комунікації;
 - самопрезентація;
 - вміння говорити на публіку, публічні виступи;
 - навички листування, письмове спілкування.
- 2) Критичне мислення:

- логічне мислення;
- вміння спостерігати і виявляти суть;
- навички нестандартного мислення;
- спритність, винахідливість, і навіть креативність;
- адаптивність, здатність позитивно сприймати зміни;
- вміння комплексно підходити до розв'язання проблем.

3) Лідерські якості:

- вміння уникати або вирішувати конфлікти;
- вміння створювати домовленості, союзи, угоди;
- навички ефективного делегування;
- навички фасилітації (ефективна модерація обговорень або

пошуку рішення проблем);

– навички менеджменту (управління зустрічами, співбесідами або переговорами);

- менторство і здатність навчати.

4) Емоційний інтелект і позитивне мислення:

- емоційний інтелект;
- позитивне мислення;
- чемність і ввічливість;
- вміння виявляти прихильність;
- стресостійкість і здатність приймати рішення в нестандартних

умовах;

- здатність до емпатії.

5) Самоорганізація:

- тайм-менеджмент або управління часом;
- самодисципліна, самоконтроль;
- вміння концентруватися;
- вміння знаходити і працювати з інформацією;
- бажання вчитися і постійно розвиватися.

6) Уміння працювати в команді – виділяють в окрему категорію і розглядають ці навички як комплекс з комунікативних навичок, лідерських якостей і емоційного інтелекту, який дозволяє людині успішно виконувати свою частину роботи в команді, взаємодіяти і спілкуватися з колегами на належному рівні, і прагнути до єдиного результату [31].

Перелік ключових «soft skills», запропонований Forbes [33], PowerToFly [35], Risely [32], One Education [34] та Alpha Academy [31] представлений у табл. 1.

Аналіз вищезначених онлайн-платформ показує, що навички спілкування/письмового та міжособистісного спілкування визнані ключовими всіма авторами. Більшістю фахівців – навички розв’язання проблем (Forbes, Risely, One Education, Alpha Academy). Три вищезначені онлайн платформи виокремлюють навички з прийняття рішень та розв’язування задач – PowerToFly, One Education, Alpha Academy; емпатію та чуйність – PowerToFly, One Education, Alpha Academy; творчі навички – Forbes, PowerToFly, One Education.

Таблиця 1 – Узагальнений перелік «soft skills», ключових для менеджерів, керівників компаній, підприємців, бізнесменів

Forbes	PowerToFly	Risely	One Education	Alpha Academy
Емпатія	Емоційний інтелект	Спілкування	Спілкування	Розвиток лідерства
Здатність впливати на однолітків	Управління часом	Адаптивність	Командна робота	Розв’язування задач
Емоційний інтелект	Письмове спілкування	Командна робота	Навички розв’язання проблем	Побудова стосунків
Цікавість і позитив	Творчість та інновації	Навички міжособистісного спілкування	Прийняття рішень	Визнання співробітників
Активне слухання	Активне слухання	Розв’язання проблем	Творчість	Делегування
Смиренність	Цілепокладання	Зростання мислення	Делегування	Спілкування
Навички спілкування	Прийняття рішень	Установка цілей	Емпатія	Аудіювання
Творче розв’язання проблем	Адаптивність	Послідовність і надійність	Надійність	Мережа
Стійкість	Розумова спритність	Емпатія та чуйність	Тайм-менеджмент	Мотивація
Спостережливість	Співпраця	Розв’язання конфліктів	Критичне мислення	Прийняття рішень
Здатність до контекстуалізації	--	--	--	--
Готовність ставити запитання	--	--	--	--
Сміливість давати рекомендації	--	--	--	--
Побудова стосунків	--	--	--	--
Самосвідомість	--	--	--	--

Такі навички як активне слухання, емоційний інтелект, побудова стосунків командна робота, адаптивність, управління часом/тайм-менеджмент надійність/послідовність і надійність – визнаються як

ключовими експертами двох платформ. Решта навичок є неповторюваними. Ці дані свідчать про те, що деякі навички вважаються ключовими загалом, тоді як інші можуть варіюватись в залежності від джерела, в якому вони досліджуються. Варто зазначити, що вимоги до ключових навичок можуть варіювати залежно від різних факторів, таких як галузь, професійний напрямок, рівень посади та вимоги конкретної робочої посади. Різні компанії та організації можуть мати свої власні пріоритети щодо розуміння ключових навичок. Наприклад, розвиток управлінських та керівницьких навичок може бути корисним для кар'єрного зростання та розвитку, особливо для тих, хто має амбіції займати вищі посади в організаціях або розпочати власний бізнес.

Зауважимо, що отримані результати нашого аналізу суголосні з дослідженням Дж. Манктелоу, Д. Біркіншоу, які опитали 15 242 менеджерів у всьому світі, щоб визначити найважливіші компетентності. Вони стверджують, що в ідеалі менеджери повинні знати від 90 до 120 окремих навичок, серед яких виокремлюють 10 навичок з найвищим рейтингом:

1. Побудова хороших робочих відносин з людьми на всіх рівнях (рекомендують 79,9% опитаних керівників).
2. Ефективне визначення пріоритетів для себе та своєї команди (рекомендують 79,5% опитаних керівників).
3. Врахування багатьох факторів під час прийняття рішень (рекомендують 77,8% опитаних керівників).
4. Знання ключових принципів хорошого спілкування (рекомендують 77,7% опитаних керівників).
5. Розуміння потреб різних зацікавлених сторін і належне спілкування з ними (рекомендують 75,8% опитаних керівників).
6. Об'єднання людей для розв'язання проблем (рекомендують 75,0% опитаних керівників).
7. Розробка нових ідей для розв'язання проблем клієнтів (рекомендують 74,4% опитаних керівників).
8. Культивування відносин з клієнтами (рекомендують 73,6% опитаних керівників).
9. Побудова довіри у вашій команді (рекомендують 73,3% опитаних керівників).
10. Використання емоційного інтелекту (рекомендують 75,1% опитаних керівників) [30].

Доробки інших науковців підтверджують загальну тенденцію важливості «soft skills» у професійній діяльності [2, 15, 16, 25, 26].

Згідно з отриманими результатами дослідження Центру «Розвиток КСВ», який ініціював проведення дослідження «Навички для

розвитку України 2030: погляд бізнесу та освіти», у перспективі 2030 року найбільший попит матимуть такі навички:

- 1) підприємницькі:
 - ініціативність;
 - лідерство;
 - орієнтованість на клієнтів;
 - осмислення і прийняття рішень;
 - відповідальність;
 - підприємливість;
 - стратегічне мислення;
- 2) інноваційні:
 - адаптивність/гнучкість;
 - аналітичне мислення;
 - ІТ-грамотність;
 - креативність;
 - критичне мислення;
- 3) комунікативні:
 - комунікабельність;
 - емоційний інтелект;
 - медіаграмотність;
 - грамотна письмова й усна мова;
 - ораторське мистецтво;
 - вміння слухати;
- 4) управлінські:
 - управління змінами;
 - управління конфліктами;
 - управління людьми;
 - управління проєктами;
 - організаційні здібності;
 - рішення комплексних проблем;
- 5) навички працювати в команді:
 - координація з іншими;
 - здатність швидко навчатися;
 - вміння працювати в команді;
 - уміння працювати під тиском/стресостійкість;
 - вміння планувати;
 - вміння вести переговори [7].

Означені «soft skills» мають ключове значення задля топ-менеджерів, керівників компаній, бізнесменів, отже, для менеджменту.

«Батько сучасного менеджменту» П. Друкер, зазначає, що менеджмент має справу з інтеграцією людей у спільне підприємство та його завдання – зробити людей здатними до спільної діяльності, зробити їхні сильні сторони ефективними, а слабкі – незначними. Менеджмент має будуватися на спілкуванні та на індивідуальній відповідальності, а також повинен дозволити підприємству та кожному з його членів рости та розвиватися в міру зміни потреб і можливостей. Також П. Друкер наголошує, що будь-яке підприємство є навчанням та закладом навчання і підкреслює важливість розвитку «soft skills» у менеджерів, як неодмінну складову успіху у як у кар’єрі, так і у бізнесі [21].

С. Криштанович визначає менеджера як управлінця, який уміє визначати цілі організації, планувати виконання завдань щодо їх досягнення, за найменших витрат, налагоджувати ефективну комунікацію, як у середині організації, так і ззовні, контролювати на всіх етапах управління, мислити критично та креативно, саморозвиватися, нести відповідальність за прийняті рішення, кожного працівника сприймати як особистість. Менеджер фізичної культури і спорту – це фахівець у спортивній сфері, який займає керівну посаду, володіє мистецтвом управління: уміє застосовувати загальноприйняті принципи, методи, функції і технології управління у своїй діяльності, наділений відповідним рівнем професійної компетентності та орієнтований на успіх [5].

Слід зауважити, що експерти стверджують – справжня цінність менеджера полягає в його здібностях до м’якого спілкування, що підтверджують 57% керівників вищої ланки визнаючи, «soft skills» важливішими за «hard skills» [32; 34]. Відомо, що менеджери з чудовими лідерськими навичками можуть підвищити продуктивність своєї команди до 30% [35]. Дослідження ж провідних науковців показали, що навички м’якого спілкування та навички роботи з людьми забезпечують до 75% успіху в роботі, до 80% успішного працевлаштування, а навчання працівників м’яким навичкам підвищило продуктивність на 12% [34]. Значущість та переваги «soft skills» відображено у науковому доробку багатьох інших дослідників [15, 17, 19, 26, 27].

Отже, у результаті аналізу наукового доробку вітчизняних та зарубіжних дослідників, ми дійшли висновку, що в межах курсу «Спортивний менеджмент» ключовими «soft skills», які сприятимуть подальшому особистісному та професійному росту, є такі:

– емпатія. Вважається найважливішою навичкою спілкування, яка потрібна будь-кому при вступі на роботу та на будь-якому етапі кар’єри – допомагає сприймати людей і ситуації, відповідним чином адаптуватися, будувати довіру та ефективніше спілкуватися з іншими;

– управління часом. Управління часом є необхідною навичкою для будь-кого менеджера – знання того, як правильно розподіляти власний час, допоможе розставляти пріоритети, делегувати та виконувати завдання відповідно до найближчих термінів;

– письмове спілкування. Оскільки віддалені та гібридні робочі середовища зростають, письмове спілкування набуває значення, ніж будь-коли – важливо бути ретельним і лаконічним у своїх письмових інструкціях;

– креативність. Керівники можуть отримати користь від креативності, оскільки вона допомагає їм розробляти унікальні розв’язання проблем завдяки нестандартному мисленню;

– цілепокладання. Постановка цілей є важливою частиною менеджменту. Керівник не тільки повинен мати можливість визначати, хто і що має робити для досягнення цілей компанії, він також має встановлювати особисті та професійні цілі для себе та своєї команди, щоб повністю розкрити свій потенціал;

– прийняття рішень. Менеджер повинний бути рішучим, щоб швидко приймати рішення щодо наймання, делегування завдань, проєктів і термінів, оскільки кожне його рішення впливає на команду (а іноді й на всю компанію);

– розумова спритність. Розумно спритні менеджери можуть швидко сприймати складні концепції, аналізувати та розв’язувати проблеми, своєчасно приймати обгрунтовані рішення;

– співпраця. Вміння добре працювати з іншими недостатньо. Співпраця також передбачає заохочення підпорядкованої команди працювати разом і використовувати їхні унікальні перспективи для створення рішень і кращих результатів [33; 35].

Висновки. Успішне формування та розвиток «soft skills» сприятиме опануванню когнітивного, мотиваційно аксіологічного, праксеологічного та особистісного компонентів професійної компетентності майбутніх менеджерів фізичної культури і спорту [5], дозволить досягати вершин у всіх сферах професійної діяльності людини, що дасть майбутньому спеціалісту реалізувати прорив у нові галузі фахової діяльності [7], підвищить рівень конкурентоспроможності випускників закладу вищої освіти не тільки на ринку праці, а й на ринку освітніх та фізкультурно-оздоровчих послуг [26].

У подальших дослідженнях заплановано висвітлення системи вправ, що ґрунтується на використанні ділових ігор (зокрема авторських), оскільки гейміфікація освітнього процесу вважається одним з ключових напрямів у світовій педагогічній думці, де викладач

виступає тьютором, модератором, фасилітатором та коучем, і часто наголошує на формуванні та розвитку «soft skills».

Список використаних джерел

1. Бобро А. Формування Soft Skills у майбутніх учителів початкової школи. *Наукові записки. Серія «Психолого-педагогічні науки» (Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя)*. 2021. № 1. С. 117–124.

2. Верченко Л. С. Розвиток соціально-комунікативної компетентності майбутніх викладачів закладів вищої освіти у процесі магістерської підготовки : автореф. дис. ... д-ра філософії : 015 Професійна освіта. Дніпро, 2020.

3. Горлова А., Калашнікова Ю. Шляхи розвитку soft skills як передумова формування соціальної компетентності майбутнього вчителя початкової школи. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2022. Вип. 47. Т. 2. С.183–189.

4. Длугунович Н. А. Soft skills як необхідна складова підготовки ІТ-фахівців. *Вісник Хмельницького національного університету. Технічні науки*. 2014. № 6. С. 239–242.

5. Криштанович С. В. Теоретичні та методичні засади формування професійної компетентності майбутніх менеджерів фізичної культури і спорту : автореф. дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04. Київ, 2021. 41 с.

6. Коваль К. О. Розвиток «soft skills» у студентів – один з важливих чинників працевлаштування. *Вісник ВПІ*. 2015. Вип. 2. С. 162–167.

7. Кушмар Л., Колот Л., Дубініна О. Формування SOFT SKILLS на основі Business Partner (Пірсон). *Сучасні дослідження з іноземної філології*. 2020. № 18. С. 309–320.

8. Мозгова Г., Євтушенко В., Мозгова А. Формування soft skills фахівця в галузі маркетингу на основі компетентнісного підходу. *Економіка та суспільство*. 2020. (22). URL: <https://economyandsociety.in.ua/index.php/journal/article/view/98/93>

9. Мендела І. Я., Мендела Є. М. «Soft skills» як запорука успішного бізнесу готельно-ресторанних підприємств. *Проблеми сучасних трансформацій. Серія: економіка та управління*. 2022. (3). URL: <https://reicst.com.ua/pmt/article/view/2022-3-12-01>

10. Муц О. І. Формування навичок soft-skills у процесі реалізації освітньої галузі «суспільствознавство». *Професійна компетентність учителя Нової української школи: формування, розвиток та удосконалення* : матеріали Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції 22 травня 2020 р. Тернопіль : ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2020. С. 68–71.

11. Про освіту: Закон України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text>
12. Що таке Soft skills (софт скіл)? URL: <https://simplex.ua/ua/articles/soft-skills>
13. 10 професійних навичок, якими має оволодіти людина до 2020 року. 2016. URL: https://tvoemisto.tv/news/10_profesiynyh_navychok_yakym_maie_ovolodity_lyudyna_do_2020_roku_76398.html
14. Biljakowska O. «Soft skills» як необхідна складова якісної професійної підготовки майбутнього вчителя. *Rocznik Polsko-Ukraiński*. 2018. Т. XX. S. 175–185. s. 175–185.
15. Campos D., Resende L., Fagundes A. The Importance of Soft Skills for the Engineering. *Creative Education*. 2020. Vol. 11. P. 1504–1520.
16. Campos D. B., Resende L. M. M., Fagundes A. B. The Perception of Organizational Psychologists on the Importance of Soft Skills for Engineers. *Creative Education*. 2022. Vol. 13. P. 2711–2729.
17. Coelho M. J., Martins H. The future of soft skills development: a systematic review of the literature of the digital training practices for soft skills. *Journal of E-Learning and Knowledge Society*. 2022. No. 18(2). P.78–85.
18. Covey S.R. 7 Habits of Highly Effective People: Powerful Lessons in Personal Change. Free Press. 2004. 384 p.
19. Dell’Aquila E., Marocco D., Ponticorvo M., di Ferdinando A., Schembri M., Miglino O. Learn to Lead: An Educational Game for Leaders to Be. *Educational Games for Soft-Skills Training in Digital Environments. Advances in Game-Based Learning*. Springer, Cham. 2017.
20. Diokno C., Peprah W. Application of Technical and Soft Skills in the First Job Experience by Accountancy Graduates in the Philippines: Implications for Accounting Curriculum Development. *Open Journal of Accounting*. 2021. Vol. 10. P. 111–124.
21. Drucker P. F. Reader: Selected Articles from the Father of Modern Management Thinking. Harvard Business Review Press. 2016. 192 p.
22. European Commission. Improving the quality of teacher education. Communication from the commission to the council and the European Parliament. Brussels: European Commission. 2007. URL: <https://op.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/1470f875-50bb-4331-a41d-9f1783d1b09c/language-en>.
23. Goleman D. Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. Random House Publishing Group. 2005. 352 p.
24. Hard Skills vs. Soft Skills: Understanding the Benefits of Both URL: <https://www.nintyninepercent.com/index.php/2019/01/16/hard-skills-vs-soft-skills-understanding-the-benefits-of-both/>

25. Hirudayaraj M., Baker R., Baker F., Eastman M. Soft Skills for Entry-Level Engineers: What Employers Want. *Education Sciences*. 2021. No. 11(10). P. 641.

26. Malik A., Ahmad W. A. Antecedents of Soft-Skills in Higher Education Institutions of Saudi Arabia Study under COVID-19 Pandemic. *Creative Education*. 2020. Vol. 11. P. 1152–1161.

27. Matteson M. L., Anderson L., Boyden C. «Soft skills»: A phrase in search of meaning. *Portal: Libraries and the Academy*. 2016. Vol. 16. No. 1. P. 71–88.

28. Robles M. M. Executive perceptions of the top 10 soft skills needed in today's workplace. *Bus. Commun. Q.* 2012. No. 75. P. 453–465.

29. Soft Skills: що таке міжособистісні навички та як вони знадобляться дітям у майбутньому? URL: <https://dityvmisti.ua/blog/5175-soft-skills-shcho-take-mizhosobystisni-navychky-ta-iaak-vony-znadobliatsia-ditiam-u-maibutnomu/>

30. The Top 10 Management Skills You Need. A Q&A with James Manktelow and Julian Birkinshaw. URL: <https://www.shrm.org/hr-today/news/hr-magazine/book-blog/pages/the-top-10-management-skills-you-need.aspx#:~:text=The%20most%20important%20manag,ement%20skill,quality%20connections%22%20through%20respectful%20engagement.>

31. Top 10 Must-Have Soft Skills for Managers in 2023. URL: <https://www.alphaacademy.org/top-10-must-have-soft-skills-for-managers/>

32. What Are The Top 10 Soft Skills For Managers? URL: <https://www.risely.me/the-top-10-crucial-soft-skills-for-managers/>

33. 5 Soft Skills You Need To Succeed When Entering The Workforce. URL: <https://www.forbes.com/sites/forbescoachescouncil/2019/01/22/15-soft-skills-you-need-to-succeed-when-entering-the-workforce/?sh=633b5a510aeb>

34. 10 Essential Soft Skills That Every Manager Needs. URL: <https://www.oneeducation.org.uk/soft-skills-for-managers/>

35. 10 Soft Skills Every Manager Should Have in 2022. URL: <https://powertofly.com/up/soft-skills-for-managers>

3.5 Спортивні ігри в системі професійної підготовки студентів спеціальності 017 Фізична культура і спорт

Чередниченко Інна Анатоліївна

*кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
доцент кафедри управління фізичною культурою та спортом
НУ «Запорізька політехніка»
0000-0003-0373-5574*

Брухно Едуард Леонідович
*старший викладач кафедри управління фізичною культурою
та спортом НУ «Запорізька політехніка»*
0000-0001-5526-073X

Чухланцева Наталія Вікторівна
*кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
доцент кафедри управління фізичною культурою та спортом
НУ «Запорізька політехніка»*
0000-0001-8403-263X

Дослідження професійної підготовки фахівців спеціальності 017 Фізична культура і спорт є однією з найактуальніших тем сучасності. Підготовка майбутніх вчителів фізичної культури та тренерів з обраного виду спорту - це процес формування особистості, що здійснюється з урахуванням особливостей професійно-педагогічної діяльності.

Удосконаленням та вивченням організаційних форм і методів навчання у вищій освіті в галузі фізичної культури і спорту займалися Степанченко Н.І., Лазоренко С.А., Гончар Г.І., Гончар Г.А., Безверхня Г.В., Сивохоп Е.М., Маріонда І.І., Котов О.В. та інші [2, 14, 17, 23, 24].

Проведений аналіз літературних джерел з проблеми підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури та спорту до професійної діяльності показав, що система фахових умінь та навичок відіграє важливу роль у цьому процесі. Ця система повинна дозволити майбутнім фахівцям глибоко осмислювати завдання фізичного виховання та спорту, послідовно вирішувати складні навчально-виховні та навчально-тренувальні ситуації, що виникають на заняттях; прогнозувати та моделювати фізкультурно-оздоровчу, спортивно-масову та спортивну роботу.

Освіта вищої школи одночасно і формує, і пред'являє високі вимоги до професійної освіти майбутніх фахівців. На сьогодні, кардинально змінюється ринок праці, а відповідно, і освітній ринок, який передбачає зміну освітніх програм, гнучкість і мобільність у виконанні соціальних запитів держави. Професійна підготовка майбутніх фахівців повинна мати випереджальний характер, орієнтований на перспективи розвитку спеціальності 017 Фізична культура і спорт. Конкурентоздатний до вимог ринку праці фахівець повинен навчитися виконувати основні види професійних функцій [14, 20, 22, 23].

Виходячи з наукових досліджень потрібно відзначити, що головною умовою навчання студентів у закладі вищої освіти є формування їх готовності до професійної діяльності. На думку переважної більшості науковців професійна готовність майбутнього

фахівця характеризується інтегративним станом особистості, що вміщує в собі оптимальну систему знань, умінь, навичок, потреб, мотивів і здібностей, тобто все те, що складає професійні якості фахівця та його відношення до діяльності [3, 6, 15, 19].

Досягнення вагомих результатів у підготовці майбутніх фахівців фізичної культури і спорту можливе тільки за умови наявності правового, програмного та нормативного забезпечення. Положення щодо підготовки майбутніх вчителів та тренерів визначені в Законах України та інших нормативно-правових документах. На законодавчому рівні визначені основні засади підготовки нового покоління фахівців, які зможуть підняти рівень фізичної культури та спорту на більш високий рівень розвитку.

Важливим є безперервність фахової підготовки, яка характеризується управлінням, формуванням і реалізацією можливостей у професійній діяльності на основі всебічного гармонійного розвитку особистості. Таке розуміння вимоги безперервності свідчить, що вища освіта не є кінцевим результатом процесу професійної підготовки. Тому вища школа, виходячи з потреб і вимог сьогодення, має не тільки закласти міцний фундамент знань, але й навчити студентів самостійно їх поповнювати та оновлювати з метою професійного зростання. Вважаємо за потрібне розвивати у студентів активність і діловитість, і що найважливіше, виховувати здатність творчо мислити і діяти самостійно [5, 12].

Від особистості тренера і вчителя, його життєвих і спортивних принципів, професійної педагогічної майстерності, високої кваліфікації залежить успішне розв'язання загальних педагогічних завдань «навчання – виховання – розвиток» [15, 16].

Однією з найбільш помітних тенденцій у педагогічній освіті сфери фізичної культури і спорту є посилення вимог до рівня професіоналізму фахівців. На сьогоднішній день система вищої фізкультурної освіти України відіграє важливу роль у відродженні галузі фізичної культури і спорту, ставши однією з головних чинників цього процесу [9, 12].

Поліпшення державних стандартів в галузі освіти – це ключовий елемент реформування системи навчання фахівців фізичної культури і спорту. Один з напрямів цієї реформи – це розвиток професійно-особистісної підготовки випускників закладів вищої освіти, що гарантуватиме якісне виконання обов'язків вчителя або тренера [17].

Формування професійно-педагогічної діяльності має відбуватися на основі глибокого розуміння сутності практичної діяльності вчителя фізичної культури і тренера. Підготовка майбутніх фахівців фізичної

культури і спорту – це процес, який включає навчання, виховання і розвиток та відображає специфіку фахової підготовки на рівні засвоєння системи знань, умінь, навичок й формування особистості майбутнього вчителя і тренера [5].

На сучасному етапі освоєння педагогічної професії випускник повинен бути добре підготовленим до виконання викладацької, науково-методичної, фізкультурно-спортивної, виховної, соціально-педагогічної та оздоровчо-рекреаційної діяльності [7]. Основні вимоги до професійної підготовки фахівців фізичної культури і спорту [10, 20]:

- теоретичні знання про організацію навчально-виховного або навчально-тренувального процесу;
- володіння комплексом загальних фізичних умінь і навичок та врахування психофізіологічних особливостей вихованців;
- потреба в розвитку фізичних здібностей;
- здатність аналізувати і прогнозувати результати навчальної та тренувальної діяльності;
- свикористання в процесі професійної діяльності ефективних засобів навчання та тренування, у т.ч. комп'ютерних, для досягнення можливого за даних умов максимального спортивного результату;
- розвиток потреби у самовдосконаленні;
- підвищення власної професійної майстерності за рахунок різних галузей знань (фізична культура, спорт, фізіологія, біологія, гігієна, психологія, медицина, комп'ютерні науки тощо). Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичної культури і спорту в закладі вищої освіти проводиться за навчальними планами, де чітко детермінована послідовність опанування навчальних компонентів [7].

Провідну роль у вирішенні завдань практичної підготовки відіграють спортивно-педагогічні дисципліни: «Плавання», «Гімнастика», «Легка атлетика», «Рухливі ігри», «Атлетизм», «Спортивно-педагогічне вдосконалення», «Туризм», «Спортивне орієнтування» і, зокрема, «Спортивні ігри» [5, 11]. Свідченням цього є те, що відповідно до навчальних планів освітньої програми «Фізичне виховання» спеціальності 017 Фізична культура і спорт на засвоєння програмового матеріалу зі спортивно-педагогічних дисциплін відводиться найбільший обсяг часу. Ці дисципліни вивчаються протягом усього періоду навчання; кількість видів контролю з них є значно більшою від інших навчальних дисциплін [17].

Знання і навички з дисципліни «Спортивні ігри» дуже важливі у підготовці фахівців фізичної культури і спорту в закладі вищої освіти з кількох причин:

1. Розвиток фізичних якостей: спортивні ігри, такі як футбол, баскетбол, волейбол, вимагають високої фізичної активності, що допомагає студентам підвищити координацію рухів, силу, витривалість, гнучкість, швидкість.

2. Розвиток психологічних навичок: спортивні ігри вимагають впевненості в собі, терпіння, вміння приймати рішення в стресових ситуаціях, адаптивність і стратегічне мислення.

3. Підготовка до майбутньої професії: фахівці в галузі фізкультури і спорту повинні мати гарні знання зі спортивних ігор, їх правил і тактики, щоб ефективно навчати і тренувати майбутніх спортсменів.

4. Спортивні ігри як засіб розвитку соціальних навичок: спортивні ігри допомагають розвивати командний дух, вміння працювати в колективі, лідерські якості, вміння вирішувати проблеми і укріплювати зв'язки між студентами і викладачами.

5. Розвиток спортивної культури: знання і вміння грати в спортивні ігри допомагає студентам розвивати спортивну культуру, що важливо для здорового способу життя і професійної кар'єри в галузі фізичної культури і спорту.

У цілому, знання і навички з дисципліни «Спортивні ігри» відіграють важливу роль у підготовці фахівців фізичної культури і спорту в закладі вищої освіти і допомагають студентам розвивати необхідні фізичні, психологічні і соціальні навички для подальшої успішної професійної діяльності.

Неодмінною умовою успішної діяльності фахівця даного профілю є належне оволодіння навичками базових спортивних ігор, які включені в різні навчальні програми спеціальності 017 Фізична культура і спорт: футболу, баскетболу, волейболу, ручного м'яча; знання їх структури, техніки і тактики, методики навчання й тренування [5, 6].

Спортивні ігри є одним з важливіших аспектів підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту. У межах цієї дисципліни студенти навчаються не тільки грати у волейбол, баскетбол, футбол, ручний м'яч, але і отримують інформацію про правила і тактику ведення боротьби, організацію тренувальних занять і змагань, а також про те, як розвивати навички своїх майбутніх вихованців.

Знання спортивних ігор є обов'язковою вимогою для майбутніх учителів фізичної культури і тренерів, які повинні знати особливості

кожного виду спортивних ігор, щоб навчити своїх вихованців. Коли мова йде про тренувальний процес, як у професійному спорті, так і в позаурочній формі організації занять, фахівець також повинен вміти розробляти програми, які допоможуть розвивати фізичні якості і вдосконалювати техніку своїх вихованців. Тому, вивчення спортивних ігор у закладі вищої освіти дозволяє майбутнім тренерам і вчителям отримати необхідні теоретичні знання і практичні навички, які будуть потрібні їм у майбутній професійній діяльності. Крім того, знання спортивних ігор також допомагають майбутнім фахівцям у галузі фізичної культури і спорту керувати спортивними подіями, такими як турніри і змагання. Вони можуть займатися організацією цих подій, підбором учасників і суддів, а також організацією безпеки учасників і глядачів.

У цілому, вивчення спортивних ігор є важливим аспектом підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту, що дає їм необхідні знання і навички для успішної кар'єри, допомагає керувати спортивними подіями і навчати своїх майбутніх спортсменів.

Мета дослідження – розкрити значення і можливості спортивних ігор як засобу професійної підготовки студентів спеціальності 017 Фізична культура і спорт на факультеті управління фізичною культурою та спортом в освітньому процесі в змішаному форматі проведення занять.

Для вирішення поставлених завдань були використані методи: аналіз та узагальнення науково-методичної та спеціальної літератури, аналіз електронних ресурсів всесвітньої мережі Інтернет, аналіз змісту робочої програми і навчально-методичного комплексу з дисципліни «Спортивні ігри з методикою викладання» для студентів спеціальності 017 Фізична культура і спорт.

Результати дослідження та їх обговорення.

Науково-педагогічна діяльність у закладах вищої освіти підпорядкована освітнім технологіям, які використовуються в навчальному процесі. В останній час, у вітчизняній педагогіці, розвивається та інтенсивно впроваджується новітня європейська технологія освітньої діяльності, а саме кредитно-модульна система навчання, яка й забезпечує цілісність та уніфікованість педагогічної діяльності вчителя фізичної культури і тренера з обраного виду спорту [15].

Виконання завдань фізкультурної освіти, що передбачають наявність у студентів певного рівня знань, умінь і навичок в галузі освіти, високого ступеня розвитку фізичних якостей та достатньої сформованості рухових навичок у виконанні фізичних вправ нормативної і варіативної частин навчального плану забезпечується в

процесі проведення дисциплін навчального плану, що входять до блоку професійної і практичної підготовки.

Для підвищення рівня професіоналізму фахівця спеціальності 017 Фізична культура і спорт у навчальний процес студентів було впроваджено дисципліну «Спортивні ігри з методикою викладання». Вона є однією з провідних серед спортивно-педагогічних дисциплін у професійній підготовці вчителів фізичної культури, тренерів з обраного виду спорту та передбачає тісний взаємозв'язок з іншими навчальними дисциплінами: «Теорією і методикою фізичного виховання», «Рухливими іграми», «Теорією і методикою обраного виду спорту», «Загальною теорією спортивного тренування», «Управлінням фізичною культурою та спортом», «Психологією фізичного виховання та спорту», «Педагогікою фізичного виховання та спорту», «Спортивно-педагогічним вдосконаленням» та дисциплінами медико-біологічного циклу.

Аналіз робочої програми з дисципліни «Спортивних ігор з методикою викладання (волейбол, баскетбол, футбол)» свідчить, що мета викладання цієї дисципліни полягає в набутті теоретичних знань студентів з історії розвитку, сучасного стану в світі, в Україні, вивчені офіційних правил гри, організації змагань, оволодінні техніко-тактичними діями в захисті та нападі, вивчені засобів та методів навчання, удосконалення техніки та тактики гри [11, 14, 18].

У Національному університеті «Запорізька політехніка» на факультеті управління фізичною культурою та спортом нами були розроблені навчальна і робоча програми з дисципліни «Спортивні ігри з методикою викладання» для студентів спеціальності 017 Фізична культура і спорт.

Реалізація робочої програми з дисципліни «Спортивні ігри з методикою викладання» передбачає вирішення таких завдань [18]:

- знати історію виникнення, становлення та розвитку спортивних ігор, їх роль і місце в системі фізичного виховання та спорту;
- знати і володіти теорією та методикою спортивних ігор;
- використовувати виховні, освітні, оздоровчі можливості ігор у різних ланках системи фізичного виховання та спорту;
- знати і володіти технікою і тактикою спортивних ігор;
- володіти методикою навчання і тренування в спортивних іграх, плануванням навчально-виховного та навчально-тренувального процесів для різних категорій населення;
- володіти знаннями, вміннями, навичками організаційно-керівної і управлінської діяльності в навчально-виховному й навчально-тренувальному процесах з використанням спортивних ігор та виховувати особистісні і професійні якості;

- знати правила змагань з ігрових видів спорту, володіти методикою суддівства, організацією проведення змагань;
- знати і володіти правилами техніки безпеки.

Фахівці-практики, як і дослідники, переконані, що успіх реалізації сучасної освіти безпосередньо залежить від професійної компетентності кожного вчителя і тренера [1, 9, 21]. Ефективність роботи вчителя і тренера безпосередньо залежить від якості та сукупності його педагогічних умінь та практичних навичок [5, 13, 17].

Вивчаючи дисципліну «Спортивні ігри з методикою викладання» студент оволодіває загальними і фаховими компетентностями [7, 17, 18]:

Загальні компетентності:

- здатність застосовувати знання в практичних ситуаціях;
- здатність до пошуку, узагальнення та аналізу інформації з різних джерел;
- здатність розробляти та управляти проектами в галузі фізичної культури і спорту;
- вміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми;
- здатність оцінювати та забезпечувати якість виконуваних робіт;
- наполегливість щодо поставлених завдань і відповідальність щодо взятих обов'язків.

Фахові компетентності:

- знання програмно-нормативних основ організації навчально-тренувального процесу і фізичного виховання різних верств населення;
- уміння розробляти зміст навчально-тренувального процесу, а також фізкультурно-спортивних послуг;
- уміння вирішувати типові наукові проблеми і практичні завдання в галузі фізичної культури і спорту на основі наявного досвіду та критичного мислення;
- уміння самоорганізації власної професійної діяльності;
- уміння забезпечувати безпеку фізкультурно-спортивної діяльності;
- здатність до рефлексії результатів своєї професійної діяльності;
- уміння використовувати системний підхід при плануванні діяльності тих, хто займається фізичною культурою і спортом;
- здатність застосовувати методи діагностики фізичного стану тих, хто займається;
- мати навички роботи з сучасним спортивним обладнанням;
- уміння розробляти документацію навчально-тренувального процесу у відповідності до наявних можливостей і актуальних завдань.

У процесі вивчення дисципліни «Спортивні ігри з методикою викладання» створюється реальна можливість від першого до останнього навчального семестру здійснювати цілеспрямовану підготовку фахівців, що не властиве для інших дисциплін, передбачених навчальним планом. Окремі елементи спортивних ігор органічно «вкраплені» і використовуються при викладанні спортивно-педагогічних дисциплін («Теорія і методика обраного виду спорту», «Загальні основи спортивного тренування», «Спортивно-педагогічне вдосконалення», «Організація та проведення спортивних змагань», «Управління фізичною культурою та спортом», «Організація та проведення фізкультурно-оздоровчих заходів», «Основи суддівства в обраному виді спорту», «Біомеханіка») і дисциплін медико-біологічного циклу («Спортивна медицина», «Методи відновлення в спорті» та ін). Закріплення і вдосконалення теоретичних знань і практичних навичок здійснюється під час проходження виробничої практики в закладах загальної середньої освіти і дитячо-юнацьких спортивних школах на старших курсах. Велика вага спортивно-масових заходів, пов'язаних зі спортивними іграми, дозволяє здійснювати цей процес і в позааудиторний час, долучаючи до участі в них студентів різних курсів протягом всього навчання на факультеті [5].

За навчальним планом, на вивчення дисципліни «Спортивні ігри з методикою викладання» передбачено 300 годин, з яких: 118 годин аудиторних (14 годин – лекцій, 14 годин – практичних, 90 годин – лабораторних) і 182 години – на самостійну (164 години) і індивідуальну (18 годин) роботу.

Курс «Спортивні ігри з методикою викладання» (волейбол, баскетбол, футбол) складається з п'яти змістових модулів [18]:

1. Історія розвитку, характеристика та зміст гри баскетбол.
2. Історія розвитку, характеристика та зміст гри волейбол.
3. Методика викладання спортивних ігор в різних формах організації занять.
4. Історія розвитку, характеристика та зміст гри футбол.
5. Загальні організаційно-методичні основи системи управління підготовкою в спортивних іграх.

Курс передбачає вивчення студентами теорії та методики викладання спортивних ігор, оволодіння технікою, тактикою та правилами основних видів спортивних ігор (волейбол, баскетбол, футбол), придбання необхідних знань, вмінь та навичок для самостійної роботи, організацію змагань та підготовку команд до участі в них.

На лекційних і практичних заняттях зі спортивних ігор увага приділяється: історії розвитку, основам техніки і тактики, основним

правилам, формам організації занять, плануванню і розробці документації в загально-освітніх і спортивних закладах, методиці проведення занять у навчально-тренувальному і навчально-виховному процесі та іншим питанням, знання з яких дозволять планувати, організовувати і проводити заняття різної спрямованості.

Обсяг лабораторних занять становить – 80% від загального аудиторного обсягу курсу «Спортивні ігри з методикою викладання». Структура і спрямованість лабораторних занять за всіма видами спортивних ігор (баскетбол, волейбол, футбол) однакова. Зміст занять кожного з видів передбачає: засвоєння технічних елементів, володіння методикою їх навчання, закріплення і вдосконалення; підбір засобів і застосування методів розвитку спеціальних фізичних якостей, залежно від особливостей виду спортивних ігор, визначення рівня технічної підготовленості за спеціальними тестами.

Самостійна робота – це процес, який передбачає орієнтацію на активні методи оволодіння знаннями, розвиток творчих здібностей студентів, перехід від поточного до індивідуального навчання з урахуванням потреб і можливостей особистості студента [4, 8].

Мета самостійної роботи студентів з дисципліни «Спортивні ігри з методикою викладання», як однієї з видів організації навчального процесу, полягає в закріпленні отриманих у процесі аудиторних занять теоретичних знань і практичних навичок та вмінні використовувати навчально-методичні засоби, необхідні для засвоєння основних тем, передбачених навчальною і робочою програмами. Однією з основних умов ефективного функціонування цієї форми є впровадження інформаційних технологій навчання, серед яких використання мультимедійного забезпечення та програмно-методичних комплексів навчання.

На самостійну роботу передбачено – 60% годин від загального обсягу, її зміст визначається робочою програмою, методичними матеріалами та вказівками викладача. Від якісно організованої самостійної роботи залежить і якість аудиторних занять. Від 13% до 22% загального обсягу годин самостійної роботи студента при вивченні спортивних ігор відводиться на оволодіння технікою виконання основних ігрових прийомів і найпростіших тактичних взаємодій та методику проведення занять у навчально-виховному і навчально-тренувальному процесі.

Організацію самостійної роботи здійснює викладач кафедри управління фізичною культурою та спортом, а також самі студенти, які вивчають дисципліну. Залежно від часу і місця проведення, характеру керівництва з боку викладача та засобів контролю результатів самостійної роботи, вона проводиться як під час основних аудиторних занять, так і у формі планових консультацій [6]. Під час організації

самостійної роботи студентів реалізується диференційний і системний підхід, що сприяє поліпшенню якості навчання з впровадженням інформаційних та інноваційних технологій

Для якісного здійснення самостійної роботи студенти використовують: підручники, навчальні та навчально-методичні посібники, методичні рекомендації, конспекти лекцій, навчально-лабораторне обладнання, наукову літературу, періодичні видання та інтернет-джерела. Методичне забезпечення самостійної роботи студента передбачає такі засоби контролю як: тестові завдання, пакети тематичних контрольних робіт, питання та завдання самоконтролю.

Індивідуальна робота, яка є складовою робочої програми з дисципліни «Спортивні ігри з методикою викладання» передбачає: виконання контрольних робіт і підготовку рефератів за обраною темою; розробку плану-конспекту уроку фізичної культури і тренувального заняття та його проведення на лабораторному занятті і займає всього 6% від загального обсягу годин.

Таблиця 1 – Методи навчання в різному форматі проведення занять з дисципліни «Спортивні ігри з методикою викладання» зі студентами спеціальності 017 Фізична культура і спорт

Види занять	Формат проведення	
	Офлайн	Онлайн
Лекції	Словесні методи: розповідь, пояснення, бесіда	
	–	Наочні методи
Практичні	Практичні методи: – самостійний пошук інформації з її обробкою та узагальненням – презентація результатів самостійної роботи	
	Методи експрес-контролю: – усне опитування – виконання письмових завдань	–
	–	Наочні методи
	–	Творчі, проблемно-пошукові методи
Лабораторні	Практичні методи	
	виконання вправ	– самостійний пошук інформації з її обробкою та узагальненням – презентація результатів самостійної роботи
	–	Наочні методи
	–	Творчі, проблемно-пошукові методи
	Методи експрес-контролю	
	тестування з техніки виконання ігрових прийомів	– усне опитування – тестування теоретичних знань

У процесі вивчення студентами дисципліни «Спортивні ігри з методикою викладання» застосовуються словесні, наочні, практичні, творчі і проблемно-пошукові методи та методи експрес-контролю, табл. 1.

Вибір методів навчання протягом вивчення спортивних ігор залежить від формату проведення занять (офлайн, онлайн); виду роботи (аудиторна, самостійна, індивідуальна); різновиду аудиторних занять (лекції, практичні, лабораторні); кількості годин, відповідно робочої програми, відведених на засвоєння тої чи іншої теми; рівня загальної і спеціальної фізичної та технічної підготовленості студентів.

Якщо заняття проводяться в онлайн форматі, то перевага віддається: наочним, творчим, проблемно-пошуковим методам, що пов'язано з умовами проведення занять. Словесні і практичні методи та методи експрес-контролю застосовуються в обох форматах. Під час проведення лабораторних занять і в офлайн, і онлайн форматі основними виступають: практичні методи і методи експрес-контролю. Різниця полягає в складових: в офлайн форматі зміст практичних методів – у виконанні вправ різної спрямованості, а в онлайн форматі – у самостійному пошуку інформації з її обробкою та узагальненням, у презентації результатів самостійної роботи; щодо методів експрес-контролю: в офлайн форматі – тестування з техніки виконання ігрових прийомів, а в онлайн форматі – усне опитування і тестування теоретичних знань.

Незалежно від виду аудиторних занять з наочних методів застосовувались: ілюстрація і демонстрація наочного матеріалу; з творчих і проблемно-пошукових методів: виконання індивідуального творчого завдання, підготовка рефератів, презентацій і виконання контрольної роботи.

Практичні методи навчання на семінарських заняттях, як в онлайн, так і в офлайн форматі були однакові за змістом, на відміну від лабораторних: під час офлайн занять практичні методи були представлені виконанням вправ, залежно від теми, а в онлайн форматі – самостійним пошуком інформації з її обробкою та узагальненням, презентацією результатів самостійної роботи. Методи експрес-контролю, під час лабораторних занять в офлайн і онлайн форматі мали свої відмінності: в офлайн форматі застосовувалось тестування з техніки виконання ігрових прийомів, а в онлайн форматі – усне опитування і тестування теоретичних знань.

По закінченню вивчення курсу «Спортивні ігри з методикою викладання» студенти отримують:

1. Знання: правил поведінки та техніки безпеки у спортивному залі; техніки виконання основних ігрових прийомів і основні тактичні

взаємодії гравців; теорії і методики початкового навчання видам спортивних ігор, що вивчаються.

2. Вміння: скласти контрольні нормативи з основних прийомів техніки ігор, що вивчаються; розробити план-конспект та провести урок фізичної культури і тренувальне заняття за темою «Спортивні ігри»; провести змагання зі спортивних ігор у різних установах та з різними віковими групами; надати першу допомогу при травмах; організувати підготовку команди для участі в змаганнях.

Підготовка фахівців спеціальності 017 Фізична культура і спорт до професійної діяльності не є спонтанною, її необхідно всіляко підтримувати й розвивати. Для цього треба створювати умови, які б дозволяли майбутнім вчителям фізичного виховання і тренерам з виду спорту отримувати належну професійну освіту, вивчати передовий та інноваційний педагогічний досвід.

Важливою ланкою підготовки до професійної діяльності протягом навчання в закладі вищої освіти є практика, тому що здібності майбутнього фахівця формуються, розвиваються, реалізуються тільки в процесі практичної діяльності [5].

Теоретичні знання і практичні навички отриманні студентом протягом вивчення дисципліни «Спортивні ігри з методикою викладання» дозволяють застосовувати їх під час проходження виробничої практики на старших курсах: на третьому – в закладах загальної середньої освіти, на четвертому – в спортивних установах.

Виробнича практика відіграє важливу роль у підготовці фахівців в галузі фізичної культури і спорту в закладі вищої освіти:

1. Допомогає здобути практичні навички, досвід роботи в професійному середовищі та дізнатися, як застосовувати свої теоретичні знання на практиці.

2. Надає можливість працювати в реальних умовах зі спортсменами і школярами різних вікових груп, брати участь в організації спортивних заходів, проводить тренування і уроки фізичної культури, готувати спортивні команди до участі в змаганнях різного рівня.

3. Надає досвід взаємодії з батьками та фахівцями в галузі фізичної культури і спорту.

4. Дозволяє застосовувати знання і знаходити практичні рішення для реальних ситуацій під час організації і проведення занять.

5. Дозволяє зрозуміти, як працювати з різними віковими групами в закладах загальної середньої освіти, зі спортсменами на різних етапах підготовки та розвивати індивідуальні здібності. Цей досвід може бути

дуже цінним при підготовці майбутніх фахівців в галузі фізичної культури і спорту.

6. Дозволяє оцінити свої сильні та слабкі сторони, а також визначити, які навички і знання їм потрібно покращити, щоб стати успішним фахівцем в галузі фізичної культури і спорту.

7. Допомогає визначити, які аспекти спортивної індустрії найбільш цікаві та обрати найбільш придатну для них галузь.

У цілому, практика відіграє важливу роль у підготовці фахівців в галузі фізичної культури і спорту, дозволяє студентам придбати практичні навички і досвід роботи в професійному середовищі, застосовувати свої теоретичні знання на практиці і визначити, які аспекти спортивної індустрії найбільш цікаві для подальшого розвитку.

За навчальним планом у студентів освітньої програми «Фізичне виховання» спеціальності 017 Фізична культура і спорт передбачено проходження практики на третьому курсі в закладах загальної середньої освіти в обсязі 180 годин та на четвертому курсі – в спортивних установах – 270 годин, відповідно. Обидві практики, проходять за програмами, затвердженими кафедрою управління фізичною культурою та спортом Національного університету «Запорізька політехніка» і спрямовані на вдосконалення теоретичних знань і практичних навичок, отриманих при вивченні всіх видів спортивних ігор (баскетболу, волейболу і футболу).

Протягом виробничої практики студенти, відповідно змісту програми: вивчають документацію; розробляють плани-конспекти для занять різної спрямованості з різними віковими групами та проводять їх у навчально-виховному і навчально-тренувальному процесі; здійснюють підготовку команд з волейболу, баскетболу, футболу до змагань різного рівня; організують і проводять фізкультурно-оздоровчі і спортивні заходи з елементами різних видів спортивних ігор.

Висновки. У результаті проведеного дослідження встановлено, що ефективність підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту неможлива без удосконалення ефективності навчального процесу з урахування формату проведення занять. Навчальна дисципліна «Спортивні ігри з методикою викладання» є важливою складовою підготовки фахівців галузі фізичної культури і спорту. Головними формами викладання даної дисципліни є лекційні, практичні, лабораторні заняття, самостійна і індивідуальна робота студентів та виробнича практика, від якості проведення яких залежить підготовка фахівця спеціальності 017 Фізична культура і спорт та його подальший професійний розвиток.

Перспективи подальшого дослідження. Подальші дослідження будуть спрямовані в напрямку вивчення і організації самостійної і індивідуальної роботи з дисципліни «Спортивних ігор з методикою

викладання» студентів спеціальності 017 Фізична культура і спорт у змішаному форматі.

Список використаних джерел

1. Ашанін В. С., Філенко Л. В. Формування професійних компетентностей інформаційної спрямованості у майбутніх фахівців фізичної культури та спорту. Актуальні проблеми і перспективи розвитку фізичного виховання та спорту в закладах освіти : матеріали ІІ Всеукраїнської інтернет-конференції. 16 квітня 2021 року. Кременчук, 2021. С. 6–10.

2. Гончар Г., Безверхня Г. Проблеми вдосконалення підготовки фахівців у галузі фізичної культури й спорту. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2015. № 4. С. 9–14

3. Кисельов В. О. Готовність майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності. Сучасні виклики і актуальні проблеми науки, освіти та виробництва: міжгалузеві диспути: зб. наук. пр.: матеріали Х міжнародної науково-практичної інтернет-конференції. 13 листопада 2020 р. Київ, 2020. С. 368–373.

4. Коваль О. Ю., Попова І. О., Самостійна робота студентів: її організація та переваги. Педагогіка формування особистості у вищій і загальноосвітній школах. 2022. № 80. Т. 2. С.135–138.

5. Котова О. В., Сопотницька О.В. Теоретичні та методичні засади системи професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до педагогічної діяльності. Вісник Луганського національного університету ім. Тараса Шевченка. Серія: Педагогічні науки. 2020. Вип. 332, Т. 1. С. 237–247.

6. Кутек Т. Особливості освітнього процесу майбутніх фахівців галузі «Фізична культура і спорт». URL : <http://eprints.zu.edu.ua/7618/1/Львів%20нова.pdf>. (дата звернення 12.01.2020).

7. Лазоренко С. А. Теорія і практика формування інформаційно-цифрової культури майбутніх фахівців фізичної культури і спорту в умовах змішаного навчання : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04. Суми, 2021. 581 с.

8. Наумчук В. І. Професійна підготовка майбутніх вчителів фізичної культури в процесі самостійної роботи зі спортивних ігор: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. Тернопіль, 2002. 232 с.

9. Отравенко О. В. Педагогічні умови формування компетентності учнівської та студентської молоді в умовах ступеневої освіти. Здоров'я, спорт, реабілітація. 2016. № 4. С. 47–50.

10. Павлюк Є. О. Професійне становлення майбутніх тренерів-викладачів у процесі фахової підготовки : монографія. Хмельницький : ХНУ, 2016. 403 с. 22.

11. Петрук Л. А., Сініцина О. В., Бірук І. Д., Кособуцький Ю. Ф. Спортивні ігри у пріоритеті студентів закладу вищої освіти. Науковий часопис НПУ імені М.П.Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт). 2022. Вип. 06(151). С. 109–112.
12. Рибалко П. Ф., Хоменко С. В., Хоменко О. С. Особливості та перспективи розвитку сфери фізичного виховання : навчально-методичний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Суми : ФОП Цьома С.П., 2018. 146 с.
13. Сивохоп Е. М., Маріонда І. І. Особливості навчального процесу майбутніх фахівців в галузі фізична культура і спорт. Науковий вісник Ужгородського університету. Сер: Педагогіка і соціальна робота. 2017. Вип. 2(41). С. 231–233.
14. Сопотницька О. В. Професійна діяльність майбутнього тренера в ігрових видах спорту. Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. Вінниця : Вінницький державний педагогічний університет ім. М. Коцюбинського, 2017. Вип. 3(22). С. 422–427.
15. Сопотницька О. В. Формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до тренерської діяльності в ігрових видах спорту : автореф. дис. на здобуття наук ступеня канд. пед. наук : 13.00.04. Хмельницький, 2016. 20 с.
16. Сопотницька О. В., Сопотницький Р. С. Характеристика професійних якостей майбутнього тренера з ігрових видів спорту Новації, практики та перспективи розвитку фізичної культури і спорту : матеріали V Всеукр. наук.-практ. семінару (15-16 квітня 2022 р.). Кропивницький : Видавець Лисенко В. Ф., 2022. С. 174–178.
17. Стандарт вищої освіти України: перший (бакалаврський) рівень вищої освіти, галузь знань 01 Освіта/Педагогіка, спеціальність 017 Фізична культура і спорт. Затверджено та введено в дію наказом Міністерства освіти науки України від 24.04.2019 р. № 567.
18. Спортивні ігри з методикою викладання : робоча програма навчальної дисципліни / Е. Л. Брухно. Запоріжжя, 2022. 15 с.
19. Степанченко Н. І. Система професійної підготовки майбутніх учителів фізичного виховання у вищих навчальних закладах : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04. Вінниця, 2017. 630 с.
20. Червона С. П. Складові професійної підготовки майбутніх тренерів з ігрових видів спорту. Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор та днюорств у закладах вищої освіти. 2019. Т. 2. С.87–90.
21. Черненко О. Ю., Білаш Є. В. Формування професійних компетенцій фахівців фізичної культури та спорту. Актуальні проблеми і перспективи розвитку фізичного виховання та спорту в закладах

освіти: матеріали II Всеукраїнської інтернет-конференції. 16 квітня 2021 року. Кременчук, 2021. С. 44–48.

22. Kotova O., Sopotnytska O., Sukhanova H. Professional training of future physical education teachers to use energy-saving technologies in physical education lessons. Напрями удосконалення соціально-гуманітарних відносин в сучасних умовах розвитку України та світу : колективна монографія. Харків : Новий курс, 2022. С. 26–31.

23. Kotova O. V., Sopotnytska O. V., Nepsha O. V. The use of fitness technologies as a motivating factor for physical education classes in institutions of higher education. Development of physical culture and sports amidst martial law : International scientific conference (October 5–6, 2022). Czestochowa : Baltija Publishing, 2022. P. 69-73. DOI : <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-253-1-16>.

24. Lazorenko S. Formation of information and digital culture of future specialists of physical culture and sports by means of information and educational environment of higher education institution. Relevant Trends of Scientific Research in the Countries of Central and Eastern Europe : Conference Proceedings International Scientific Conference (20th November, 2020. Riga, Latvia). Riga : Baltija Publishing, 2020. P. 20–24.

3.6 Професійне самовизначення фахівців фізичної культури і спорту: на шляху формування фахової компетентності

Чухланцева Наталія Вікторівна

*кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
доцент кафедри управління фізичною культурою та спортом
НУ «Запорізька політехніка»
0000-0001-8403-263X*

Чередниченко Інна Анатоліївна

*кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
доцент кафедри управління фізичною культурою та спортом
НУ «Запорізька політехніка»
0000-0003-0373-5574*

Брухно Едуард Леонідович

*старший викладач кафедри управління фізичною культурою
та спортом НУ «Запорізька політехніка»
0000-0001-5526-073X*

Процеси глобалізації та інтернаціоналізації сучасного освітнього простору посилюють конкуренцію національних освітніх систем, зумовлюють їх орієнтацію на забезпечення попиту світового ринку

праці у висококваліфікованих фахівцях, стимулюють підвищувати якість вищої професійної освіти, яка визначається компетентністю випускників, а кількість випускників закладів вищої освіти (ЗВО) у світовому масштабі дедалі більше збільшує конкуренцію під час пошуку роботи. Суспільство, що постійно змінюється, вимагає адаптації та приведення університетської підготовки у відповідність з очікуваними соціальними та трудовими вимогами, заохочення студентів до творчого мислення та забезпечення їх професійної самореалізації [14, 20, 26].

В умовах підвищеної уваги та тиску, що створюється інформаційним вибухом і водночас виходить від ринку праці, який все більше підвищує вимоги до продуктивності діяльності університетів, до якості освітніх послуг, професорсько-викладацький склад, а також студенти, живуть відчуттям гонки проти часу, між безмежним горизонтом знань та можливістю їх вивчення та використання. Істотної трансформації зазнають статус, спосіб життя та стиль навчання студентів, соціально-професійний досвід, ціннісні орієнтири, інтереси та мотиви, оскільки всі учасники освітнього процесу все більш активно проживають «double-loop learning» («подвійну спіраль») навчання та праці. Крім того, на сучасних студентів покладаються очікування все більше й більше набувати і проявляти якості компетентних та конструктивних активних суб'єктів освітнього процесу, які будуть нести відповідальність за власне професійне самовизначення, професійне становлення і самовдосконалення.

Приєднання України до Болонської декларації та її реалізація зумовили впровадження реформ у національній системі вищої освіти, серед окреслених цілей яких є створення сприятливих умов для більшої мобільності громадян, покращення системи і якості освіти, а також пристосування освіти до вимог ринку, таким чином підвищуючи перспективи працевлаштування випускників.

Досягнення цілей забезпечується запровадженням дворівневої моделі університетського навчання, яка ґрунтується на скорочених освітніх циклах, відкритих до вибору дисциплін та змін профілю, отже такої, що покликана забезпечити кращу основу для навчання впродовж життя. Гнучкість такої системи дозволяє студенту переглядати свій вибір навчання, навіть після проходження певного курсу, припиняти навчання на рівні бакалавра та працевлаштовуватись чи робити перерву та продовжувати навчання в магістратурі пізніше [26]. Прагнення досягнення відповідності знань і навичок випускників до вимог працевдавців, стимулює науково-педагогічні колективи ЗВО фізкультурного профілю створювати нові моделі підготовки

висококваліфікованих фахівців, постійно оновлювати когнітивний та практичний компоненти освітнього процесу, осучаснювати зміст навчальних програм [20].

Особливої актуальності набуває проблема професійного самовизначення і самовдосконалення майбутнього фахівця сфери фізичної культури і спорту (ФКіС) з огляду на компетентнісний підхід у вищій освіті, оскільки успішне формування професійних компетентностей зумовлюється внутрішньою мотивацією до професійної діяльності з обраної спеціальності. У порівнянні з ХХ століттям, фізична культура і спорт, загалом фізична активність трансформується, розширюється і стає набагато ближчою до людей. Якщо у минулому сторіччі фахівці ФКіС були зайняті виключно в шкільній освіті і спорті, то сьогодні вони затребувані у великій кількості різноманітних рекреаційних, спортивно-оздоровчих та фізкультурно-спортивних організацій. Наразі існує нагальна потреба в професіоналах, які належним чином підготовлені для сьогоденних вимог та мають кваліфікацію, необхідну для участі в різних видах інноваційної, професійної діяльності, адаптованих до складно-структурованого професійного середовища.

ЗВО мають сформувати готовність до роботи та мобільність своїх студентів шляхом здійснення як заходів з працевлаштування майбутніх випускників та розвитку загальних професійних компетенції («hard skills»), так і приділяючи особливу увагу розвитку міжособистісних компетенцій, тобто неспеціалізованих «надпрофесійних» («soft skills»). При розгляді можливості працевлаштування слід враховувати само ефективність студентів, оскільки якщо люди вірять, що вони можуть домогтися бажаних результатів своїми діями, у них більше стимулів для здійснення діяльності або наполегливості для подолання труднощів [28]. Крім того, впевненість студентів в тому, що навички, набуті в ЗВО, можна буде перенести на роботу, є чинником, який сприяє розвитку навичок працевлаштування, оскільки вони з більшою вірогідністю ефективно донесуть свою компетентність до потенційних роботодавців, якщо самі більше віритимуть у власний професійний рівень і значущість своїх особистих «твердих і м'яких навичок».

Україна є однією з країн Східної Європи з найбільшою кількістю студентів університетів, отже проблеми вищої освіти і працевлаштування випускників тотожні глобальним світовим з огляду на перерозподіл зайнятості населення та зміни освітніх пріоритетів молоді. За результатами загальнонаціонального опитування у 2015 році, найбільш серйозними проблемами вищої освіти 51% студентів вважали невизнання дипломів більшості вітчизняних ВНЗ у світі та 41%

невідповідність викладання вимогам ринку, а 36% студентів, серед інших важливих заходів для покращення якості освіти, відзначили посилення зв'язку викладання з потребами майбутньої професії [3].

За даними Державної служби статистики України, на початку 2021 навчального року в країні нараховувалося 1329000 студентів закладів вищої освіти [22]. Згідно офіційних даних, у 2017–2019 роках за денною та заочною формами навчання 48 закладів вищої освіти фізкультурного профілю України підготували за спеціальністю галузі знань 01 «Освіта/Педагогіка», напрямом підготовки 017 Фізична культура і спорт 6487 фахівців [11]. А саме: 683 бакалаврів, з них працевлаштовані за фахом – 55 осіб; 3896 магістрів, з них працевлаштовані за фахом – 224 особи; 991 молодших спеціалістів, з яких були працевлаштовані за фахом 7 осіб; 917 спеціалістів, з них працевлаштовані за фахом – 102 особи (табл. 1).

Таблиця 1 – Кількість педагогічних працівників, що здобули вищу освіту за спеціальностями галузі знань 01 «Освіта/Педагогіка», напрям підготовки 017 Фізична культура і спорт за період 2017–2019 рр.

Освітній ступінь (освітньо-кваліфікаційний рівень)	Кількість випускників	Кількість випускників, які працевлаштовані, осіб					
		усього	з них у:				
			Заклади дошкільної освіти	Заклади загальної середньої освіти	Заклади позашкільної освіти	Заклади П(ІТ)О	Заклади фахової передвищої освіти
Бакалавр	683	55	1	27	15	2	0
Магістри	3896	224	13	153	46	6	6
Молодший спеціаліст	991	7	0	5	0	2	0
Спеціаліст	917	102	6	60	27	4	5

Складено за матеріалами інформаційно-аналітичного збірника «Освіта в Україні: виклики та перспективи» [11].

Хоча відомо, що більшість випускників – молодших спеціалістів і бакалаврів після закінчення навчання користуються різноманітними формами підвищення кваліфікації які пропонують університети, розуміючи що чим вищий рівень освіти, якого вони досягають, тим вищі їх шанси зайняти хорошу позицію на ринку праці та отримати більш високооплачувану та стабільну роботу, тим не менш наведені дані негативно вражають – лише 5,75 % випускників-магістрів приступили до роботи за обраною спеціальністю. В той час як за даними всеукраїнського анкетування студентів суспільно-гуманітарного профілю навчання, про відсутність намірів працювати за отриманою спеціальністю після закінчення ВНЗ повідомили лише 7,0%

респондентів [3]. Ці дані свідчать про існуюче протиріччя між намірами студентів і реальною ситуацією.

Слід зазначити, що офіційна статистика не дає повного уявлення про кількість випускників ЗВО фізкультурного профілю, які не можуть працевлаштуватися за фахом, в тому числі в сфері спортивно-оздоровчої діяльності чи навпаки вже приступили до роботи в названій сфері. Ми вимушені констатувати, що більшість випускників не мають змоги або не бажають працювати за фахом, реалізуючи себе в інших сферах діяльності, де основною вимогою є наявність вищої освіти без пріоритетів за спеціальностями, в той час як велику кількість вакансій можуть заповнити випускники саме цієї спеціальності. На жаль, «масовізація» освіти перетворює її на індустрію, коли здобуття диплома стає самоціллю. Крім того, зазначається, що високий освітній потенціал української молоді втрачається через неможливість належної реалізації у сфері праці [9, 10].

Як зазначає Аблязова Н. (2020), в останні роки спостерігається зменшення кількості випускників ЗВО які отримали статус безробітного, але загострилася проблема їх працевлаштування за профілем, а саме значна їх кількість була працевлаштована на місця, невідповідні отриманій кваліфікації, що й провокує зниження цінності здобутої освіти. Дослідниця слушно зауважує що причинами цього є помилковий вибір професії та пріоритетності вступу на місця державного замовлення (бажання отримати безкоштовну вищу освіту). Розбалансованість попиту та пропозицій на ринку праці, призводить до недостатньо ефективного використання та, в гіршому випадку, втрати професійних ресурсів [24].

В ході реформ вищої педагогічної освіти та в результаті модернізації стандартів якості освіти, питання осучаснення університетських освітніх програм, проблеми формування професійної компетентності фахівців ФКіС опинилися в центрі численних дискусій [1, 12, 13]. Вдосконалення університетських програм навчання майбутніх фахівців ФКіС та їх впровадження розглядаються в аспектах створення стратегій формування компетентності фахівців [4, 6, 7, 12, 14], потреби визначення оптимального співвідношення між теорією та практикою [27], модернізації освітньої діяльності для сталого розвитку [23].

Згідно визначення Словника-довідника з професійної педагогіки термін «професійне самовизначення» (professional self-determination) є «процес прийняття рішення особистістю щодо вибору майбутньої трудової діяльності, пов'язаний з формуванням професійних інтересів, засвоєнням соціальних норм, виробленням соціальних позицій; полягає в усвідомленні себе як активного суб'єкта конкретної професійної діяльності» [19].

«Професійне самовизначення» трактується як «довготривалий і динамічний процес узгодження особистістю протиріччя між власними можливостями і бажанням та попитом ринку праці на рівень і якість фахівців» [18].

Резюмуючи вищесказане можна визначити що професійне самовизначення – це сукупність навичок, знань та переконань, які дозволяють молодій людині бути цілеспрямованою, самостійно регулювати і контролювати власну поведінку, розуміти свої сильні сторони і обмеження, відчувати впевненість в собі, як в здібних та ефективних професіоналах та брати на себе роль успішних фахівців. Відповідно, готовність до професійної діяльності, до виконання професійних обов'язків можна оцінити як підсумок ефективної професійної підготовки студентів у ЗВО. Саме тому, формування професійного самовизначення студентів протягом навчання у ВНЗ необхідно розглядати як важливу основу розвитку професійної компетентності, а в подальшому й професійного самовдосконалення фахівців.

Існуючі підходи до проблеми формування професійного самовизначення студентів ЗВО її вирішення залишаються різноплановими та неоднозначними. Так науковці зазначають, що для розвитку особистості фахівців ФКіС, навчання має відбуватися через прямий контакт із практикою, а надбання практичних вмінь за участю практикуючих фахівців має важливе значення для розвитку студентського самовизначення [2, 5]. У той час як професійно-педагогічна практика вважається ідеальним підходом для занурення студентів у професію, насправді в умовах карантину протягом пандемії COVID-19 та російської військової агресії ЗВО фізкультурного профілю стикаються з нестачею відповідних баз практики, звертаються до дистанційних технологій, включивши до навчальної програми віртуальні практики, що може спричинити суперечливий досвід серед студентів [17]. Крім того, консерватизм у поглядах педагогів на організацію навчального процесу, розрив між теорією та практикою, що існує у багатьох освітніх програмах, не дозволяє студентам думати, діяти чи бути професіоналами [23, 26].

Університетам пропонується вийти за межі перспективи, що базується на знаннях, зосереджених на дисциплінарних підходах, і заохочувати розвиток інтегральних, загальних компетентностей та комплексного мислення. Крім того, пропонується розробляти навчальні програми в партнерстві між викладачами, студентами, випускниками та суб'єктами ринку праці з метою використання ефективних методів викладання та навчання, які могли б усунути розрив між навчанням і

роботою [30]. Науковці пропонують розробляти і впроваджувати стратегії та підходи, як от діалог і співпраця з компаніями та організаціями, щоб познайомити педагогів і студентів із реальними життєвими ситуаціями, викликами та випадками, а також надавати студентам можливість набути відповідних навичок, які підвищать вірогідність їх працевлаштування. Зосередження на діалозі між університетами, бізнесом та співпраці зі світом праці, на додаток до методів викладання та навчання, пов'язує академічне середовище з «реальним» середовищем, автентичною професійною робочою обстановкою, і надає студентам знання про фактичну діяльність, що відбувається на робочому місці [28].

Аналіз доступної нам науково-методичної літератури дозволяє стверджувати, що наразі існує недолік досліджень розвитку професійного самовизначення у вищій фізкультурній освіті, і в результаті відчувається брак розуміння того, як розвивати таке самовизначення у кожного конкретного студента. «Дипломна хвороба» або «криза компетентності», актуалізує питання, чи мають мотивацію та чи можуть випускники, які отримали кваліфікацію, працювати відповідно до стандартів професії та очікувань у робочих ситуаціях, оскільки наявність вищої освіти ще не гарантує хороших результатів на роботі. Саме тому, професійне самовизначення нами буде розглянуто як головний фактор успішного процесу набуття спеціальності та подальшої плідної трудової діяльності.

Метою дослідження було визначення особливостей професійного самовизначення, мотивів професійного становлення та самовдосконалення випускників ЗВО фізкультурного профілю в аспекті формування професійної компетентності.

У дослідженні використовувався аналіз літератури та анкетування випускників 2017-2022 років факультету Управління фізичною культурою та спортом (УФКС) Національного університету «Запорізька політехніка». Всього у дослідженні прийняли участь 134 (86 чоловіків та 48 жінок) випускники факультету, які на момент анкетування були працевлаштовані за фахом та відповіли на питання он-лайн анкет («Google Форми»).

Запропонована анкета містила 3 групи питань: а) демографічні (стать, стаж роботи, вік), б) мотивації до вступу і навчання за спеціальністю, ступеню важливості набутих професійних компетентностей; в) мотивів професійного становлення та самовдосконалення, з використанням модифікованої методики ранжування мотивів професійної діяльності О. Бондарчук, Л. Карамушки [8].

Теорія самовизначення, яка зв'язує особистість, людську мотивацію та оптимальне функціонування, називається теорією самовизначення (ТСВ), а її основним елементом є природне бажання людей вчитися [25]. ТСВ постулює, що бажання задовольнити свої вроджені потреби є основним мотивом людської поведінки, але мотивацію не можна сприймати як належне, оскільки фактори навколишнього середовища можуть або заохочувати, або перешкоджати вродженій схильності діяти. Трьома основними факторами ТСВ є: автономність, компетенції та спорідненість, що прямо вказує на взаємозв'язок автентичного навчання та навичок працевлаштування. Ця теорія, що надає орієнтири до розуміння мотивації і професійного розвитку педагогів була нами обрана для пояснення необхідності мотивації для формування професійної компетентності та здобуття навичок працевлаштування, відповідно до потреб сучасного ринку праці.

Мотивація може бути сформована, а бажані знання та навички можуть бути набуті шляхом спрямованого та реального навчання [29]. Створюючи середовище реального навчання, мотивація стає вищою, коли вона формується та підтримується автоматично, що дозволяє сфокусувати особистий розвиток на створенні ефективного навчального середовища. За само підтримуваного мотиву дії студента матимуть автономний характер і тим самим нестимуть більший вплив на розвиток представлених в освітній програмі умінь.

Проаналізовані нами отримані відповіді дозволили визначити мотивацію до вступу і навчання та думки випускників факультету (середній вік – $27,4 \pm 5,12$ років), які працевлаштовані за фахом, щодо набутих професійних компетенцій. Кількість випускників, які проживають в містах – 119 (88,8%) осіб, в селищах – 15 (11,2%). Практичний досвід роботи до 1 року мали 17,7% випускників, до 3 років – 46,9%, до 5 років – 20,7%, більше 5 років – 14,5% респондентів. Респондентів-випускників, які визначили свій матеріальний стан як добрий – 20,15%, середній матеріальний стан вказали 55,9%, про поганий повідомили 12,7% опитаних.

Визначення спонукального мотиву, першопричини початку навчання за обраним фахом дозволяє оптимізувати практичну професійну діяльність в сенсі особистого розвитку [29]. На думку респондентів, головними мотивами початку навчання на факультеті Управління фізичною культурою і спортом в НУ «Запорізька політехніка» були плани почати роботу в цій галузі (27,81%), прагнення продовжувати займатися спортом (23,88%), здібності та інтереси (19,41%), і привабливість спеціальності (16,42%). Дослідження показало, що випускники також керувалися іншими причинами для

навчання в університеті, так необхідність відповідності очікуванням батьків, випадковість вибору, відсутність альтернативи та легкість навчання вказали як мотиви 4,98%, 4,48% і 3,02% студентів відповідно, що виглядає досить позитивним явищем. Отримані нами дані опосередковано узгоджуються з проведеним раніше дослідженням, в якому було визначено, що 41,2 % студентів керувалися мотивами бажання працювати з дітьми та підлітками та 35,3% бажанням стати фахівцем з фізичного виховання [21].

Нами було також проаналізовано взаємозв'язок між працевлаштуванням випускників у галузі ФКіС та мотивацією навчання. Згідно отриманих нами даних, мотивація, пов'язана з планами розпочати роботу у сфері ФКіС, допомогла студентам знайти роботу у закладах освіти (58,21%), спорту (27,61%) та спортивно-оздоровчих клубах (14,18%). Слід зазначити, що лише 32,84% респондентів ствердно відповіли на питання про обізнаність стосовно можливості підтримки Центром сприяння працевлаштуванню студентів та випускників Національного університету «Запорізька політехніка» в підготовці до виходу на ринок праці та працевлаштування студентів і випускників. Навпаки 76,87% студентів відзначили, що про можливості працевлаштування дізналися завдяки інформації отриманій від викладачів та керівництва факультету та публікаціям на сторінці факультету УФКС у Facebook.

Виробнича (педагогічна) практика є невід'ємною складовою навчальних планів та, за думками 76,12% респондентів, найбільш важливим видом навчальної діяльності (безпосередньо на робочому місці), що суттєво впливає на професійне самовизначення, надає досвід інтеграції в процес самостійної педагогічної діяльності, допомагає визначити, конкретизувати мету і траєкторію розвитку власної майбутньої професійної діяльності. Також майже 100% студентів-випускників відзначили, що факультет УФКС забезпечив їм місце проходження виробничої практики (у 6 семестрі). Крім того, 47,76% респондентів зазначили що набули справжнього досвіду навчання в основному за допомогою виробничої практики, а 27,61% респондентів, завдяки практиці, отримали можливість для роботи на неповний робочий день та працевлаштувалися ще до закінчення навчання. Також, на думку 52,98% випускників, справжнє навчання досягається за допомогою цілеспрямованих та орієнтованих на практичну цінність тематичних досліджень під час виконання курсових робіт з тих дисциплін, які є професійноорієнтованими, та які можуть проводитись у співпраці з потенційними роботодавцями чи лідерами інновацій у галузі.

Проаналізовано відповіді на питання стосовно мотивів, якими керувалися респонденти під час навчальної діяльності в університеті. Важливо відзначити, що прагнення до підвищення власної

компетентності вибрали найважливішим 44,03% випускників. Крім того, мотивація досконалого оволодіння майбутньою професією стала визначальною для 35,07% респондентів, а спонука оволодівати новими знаннями – для 18,66% випускників. Лише 2,24% респондентів відзначили прагнення мати престижний статус у колективі.

На питання про само оцінювання рівня власної професійної компетентності, набутої під час навчання в університеті відповіді розподілилися наступним чином: 23,13% вважали рівень професійної компетентності високим, 69,41% – достатнім, і лише 7,46% – низьким. Позитивним результатом вважаємо те, що 83,58% респондентів з повідомили, що закінчення університетського курсу забезпечило їм гідну практичну та професійну підготовку. 91,04% респондентів відзначили значимість університетської професійної підготовки як невід’ємної складової підвищення власних здібностей і можливостей в аспекті професійного самовизначення і майбутньої працездатності. Отримані нам дані узгоджуються з результатами дослідження Саух П.Ю., Набок М.В., Кізілов О.І., Кузіна І.І. (2021), які досліджували якість вищої освіти в Україні з точки зору студентів і відзначили що 76 % студентів вважають, що у ЗВО вони отримують знання і навички, необхідні для майбутньої професії, а якість освіти відповідає сучасним вимогам ринку праці [15]. Таким чином, можна стверджувати що випускники набули важливих теоретичних та практичних навичок, які відіграють важливу роль у наданні освітніх та спортивно-оздоровчих послуг.

Вивчення думок респондентів про важливість складників професійної компетентності ґрунтувалося на основі переліку компетентностей фахівця сфери ФКіС затверджених Стандартом вищої освіти України (другий (магістерський) рівень в галузі знань 01 освіта/педагогіка, спеціальність 017 Фізична культура і спорт. Рангове оцінювання важливості спеціальних компетентностей, за думкою респондентів представлено в табл. 2.

Отже, для випускників нашого факультету найбільш значущими виявились компетентності, які спонукають до саморозвитку, самореалізації і впливають на особистісне і професійне зростання.

Визначення мотивів професійного становлення та самовдосконалення випускників факультету Управління фізичною культурою та спортом за модифікованою методикою ранжування мотивів професійної діяльності О. Бондарчук, Л. Карамушки [8] дозволило визначити важливість для респондентів як груп певних мотивів, так і значущість окремих професійних мотивів у діяльності фахівців ФКіС (табл. 3).

Таблиця 2 – Оцінювання важливості спеціальних компетентностей,
за думками випускників (n=134)

Перелік спеціальних (фахових, предметних) компетентностей	«зовсім не згоден» (1бал)	«не згоден» (2 бали)	«скоріше згоден» (3 бали)	«згоден» (4 бали)	«повністю згоден» (5 балів)	Середній бал
1. Здатність розробляти та реалізовувати інноваційні проекти у сфері ФКіС	5,9%	14,9%	21,2%	34,5%	23,5%	3,68
2. Здатність розв'язувати проблеми у сфері ФКіС у нових або незнайомих середовищах за наявності неповної або обмеженої інформації з урахуванням аспектів соціальної та етичної відповідальності	6,2%	13,8%	23,5%	32,8%	23,7%	3,62
3. Здатність до самоосвіти, самовдосконалення та саморефлексії для успішної професіоналізації у сфері ФКіС	12,3%	9,2%	15,8%	28,4%	34,3%	3,50
4. Здатність управляти робочими або навчальними процесами у сфері ФКіС, які є складними, непередбачуваними та потребують нових стратегічних підходів	10,3%	16,7%	13,3%	30,1%	29,6%	3,47
5. Здатність планувати, організовувати та здійснювати самостійні наукові дослідження з проблем ФКіС	26,4%	22,2%	20,6%	17,4%	13,4%	3,44
6. Здатність впроваджувати у практичну діяльність результати наукових досліджень, спрямованих на вирішення прикладних завдань у сфері ФКіС	22,0%	3,2%	15,8%	24,4%	34,6%	3,38
7. Здатність здійснювати науково-педагогічну діяльність у закладах вищої освіти	4,5%	13,4%	28,4%	38,1%	15,6%	3,37
8. Здатність до критичного осмислення проблем у сфері ФКіС, оригінального мислення та проведення досліджень	29,1%	13,4%	14,9%	27,6%	15%	3,33
9. Усвідомлювати принципи професійної та академічної етики і необхідність їх дотримання	22,4%	15,7%	14,8%	32,1%	15%	3,31
10. Здатність здійснювати захист прав інтелектуальної власності, комерціалізувати результати досліджень та інноваційної діяльності у сфері ФКіС	35,1	39,4	19,4	2,2	3,9	3,02

Таблиця 3 – Оцінювання професійних мотивів у діяльності фахівців ФКіС за думками випускників (n=134)

Групи мотивів	Бали (в середньому, %)	Окремі професійні мотиви	Бали за окремими мотивами (в середньому, %)
Власне професійні	51,12	підвищувати якість навчально-виховного процесу	12,24
		планування роботи на основі сучасних вимог	10,47
		організація діяльності на основі сучасних вимог	9,44
		здійснення контролю за якістю навчально-виховного процесу відповідно до сучасних вимог	7,18
		спільно діяти з педагогічним колективом для досягнення освітніх цілей	11,79
Особистісного та професійного самовдосконалення	39,24	більш плідно реалізовувати власні ідеї щодо організації навчально-виховного процесу відповідно до сучасних вимог	18,94
		забезпечувати самопізнання особистісних якостей і їх впливу на професійну діяльність	3,54
		забезпечувати особистісне зростання, самовдосконалення, самоосвіту, духовне збагачення	7,76
		здійснювати саморегуляцію і самоконтроль у процесі професійної діяльності	5,43
		сприяти самоактуалізації в професійній діяльності	2,33
Соціальні	18,85	можливість впливу на підростаюче покоління, підготовку його до життя в сучасних умовах	11,2
		виконувати обов'язок перед суспільством щодо підвищення якості навчання і виховання, удосконалення навчально-виховного процесу	4,07
		забезпечувати духовний і культурний розвиток підростаючих поколінь	3,58
Прагматичні	22,21	здобути більше матеріальних можливостей та пільг;	4,68
		розширити коло спілкування, здобути більше соціальних можливостей	14,18
		уникнути неприємностей з боку керівництва в разі невідповідності якості навчання сучасним вимогам	3,35
Престижні	9,02	зробити кар'єру	5,82
		добитись визнання закладу освіти за рахунок упровадження нових підходів в управлінні освітнім процесом, навчанні і вихованні дітей.	3,2

Як видно із табл. 3, випускники, які на момент опитування були працевлаштовані за фахом, мали практичний досвід роботи та прийняли участь в анкетуванні розподілилися на декілька груп за пріоритетністю мотивів, що сприяють, на їх думку успішному професійному

становленню і самовдосконаленню. Найбільше значення, на їх думку, мають власне професійні мотиви – 51,12 %, що свідчить про стійку прихильність та позитивне відношення до професійної діяльності, зацікавленість в якісному її виконанні та прагненні покращити суть роботи фахівців ФКіС. Дещо менше значення було визначено для групи мотивів особистісного та професійного самовдосконалення – 39,24 %, однак вони свідчать про розуміння важливості для респондентів підвищення кваліфікації. Група прагматичних мотивів була оцінена в 22,21%, а найбільш важливим став мотив розширення кола спілкування та здобуття більше соціальних можливостей. Достатньо високе значення групи соціальних мотивів (18,85%) свідчить про важливість альтруїстичного чинника, який можна визначати як любов і бажання працювати з дітьми та молоддю, а також прагнення служити суспільству. Найнижче були оцінені мотиви престижності – 9,02%. На жаль доведеться констатувати, що в сучасних умовах, професійна діяльність фахівців ФКіС не є високопрестижною, а причинами цього вважаємо маргіналізацію професії, хронічний дефіцит педагогічної легітимності фізичної культури, низьку заробітну плату, недооцінення важливості ролі фізичної культури для гармонійного розвитку юнацтва з боку колег, самих учнів та їх батьків. Крім того деякі серйозні структурні обмеження можуть негативно впливати на процес професійного розвитку фахівців ФКіС, а саме невеликі інвестиції закладів освіти у придбання спеціальних навчальних матеріалів та прекарізацію фізичних просторів для занять фізичним вихованням і спортом.

Згідно ТСВ люди за своєю природою мотивовані інтерналізувати регулювання нецікавої, але важливої діяльності, відповідно самовизначення призводить до більш інтерналізованих і, отже, сильніших форм мотивації індивідуума, якщо задоволені три основні психологічні потреби: потреба в автономії, компетентності та спорідненості [25, 29]. Використання ТСВ як теоретичної основи для розробки професійних навчальних ініціатив у галузі фізкультурної освіти може бути доречним за двома напрямками. По-перше, застосування цієї теорії може бути виправдане, враховуючи очевидну роль, яку відіграють компетентність, спорідненість та автономія у професійній практиці. По-друге, підхід до формування професійного самовизначення на основі перевіреної теоретичної основи, такої як ТСВ, забезпечує основу розробки навчальних програм, заснованих на механізмі розвитку людської ідентичності. Більш глибоке розуміння мотиваційних процесів, що стоять за формуванням самовизначення, та інтегрована навчальна підтримка елементів ТСВ (компетентність,

спорідненість та автономія) можуть сприяти формуванню професійного самовизначення, допомагаючи студенту «думати, відчувати і діяти» як фахівець фізичної культури і спорту.

Для забезпечення індивідуалізації та персоніфікації особистісного професійного самовизначення студентів в освітню програму включена дисципліна «Вступ до спеціальності» для студентів першого курсу, метою якої є формування уявлення про особливості роботи керівника фізичного виховання та спорту, вчителя фізичного виховання та тренера з виду спорту, складових освітньо-кваліфікаційної характеристики фахівця з ФКіС та розвиток пізнавальної активності студентів. Запропонована і впроваджена нами модель розвитку професійного самовизначення поєднує функції двох вимірювань: «знання для професії» та «навчання для професійної роботи», має на меті реалізацію та інтеріоризацію зв'язку між індивідуальним і професійним «Я» студента, інакше кажучи онтологічним аспектом професійного розвитку.

Зокрема, при виконанні практичних завдань з даної дисципліни студенти знайомляться з різними видами і характером професійної діяльності, набувають навички самостійної роботи і міжособистісного спілкування, вивчають та обговорюють роботу спеціалістів, різноманітні теоретичні аспекти та проблеми галузі.

Вважаємо, що багатомірний обмін уявленнями та знаннями про майбутню професію на практичних заняттях допомагає кожному студенту відчувати себе повноцінною особистістю, яка прагне розвитку та має спільні з іншими потреби, емоції та досвід. Такі можливості надають професійному розвитку людського вигляду, допомагають зруйнувати стереотипи, підтвердити унікальний досвід у фізичній культурі та спорті окремих студентів, встановити зв'язок з предметом обговорення, зняти звичайну напругу, яку відчують більшість першокурсників на початку професійного навчання та дозволяють ідентифікувати себе в соціумі. Наприклад, вже на першому занятті кожен студент презентує себе і говорить про одне очікування, хвилювання та сподівання, які він або вона має у сенсі навчання за спеціальністю, це забезпечує доброзичливі стосунки в групі та співдіє професійному розвитку. Подальші заняття в рамках вивчення дисципліни, передбачають спільні інтелектуальні зусилля студентів і викладача. В таких ситуаціях учасники працюють у групах із двох і більше людей, вивчаючи та інтерпретуючи програмний матеріал у рівній або більшій мірі, ніж на його надає викладач.

Однією із застосованих нами стратегій, яка допомагає розвинути позитивне ставлення на початку професійного розвитку є застосування

релевантної моделі навчання. Щоразу, коли студенти стають свідками того, як люди, схожі на них (за віком, статтю), компетентно досягають бажаної мети професійного розвитку, їхня впевненість у собі зростає, оскільки вони схильні вірити, що теж оволодіють здатністю опанувати таку діяльність. Відомі спортсмени, тренери, провідні педагоги фізичного виховання, випускники нашого факультету, залучаються до навчального процесу і також передають цінну і цікаву інформацію, яка швидше за все відповідає поглядам і цінностям самих студентів. Завдяки відеотехнологіям ми маємо креативні та економічні способи запропонувати студентам альтернативні приклади, які є доречними та реалістичними. Колишні студенти, теперішні професіонали є чудовим джерелом для живих сеансів моделювання. Наприклад, викладач демонструє інтерв'ю випускників, які успішно збудували кар'єру, щоб поділитися їх досвідом і висновками зі студентами.

Таким чином, на основі реальних прикладів і моделей фахівців з окремими функціями, завданнями та проблемами, практичними та соціальними компетенціями, студенти засвоюють різні види квазіпрофесійної діяльності, зокрема, ділові ігри, мозковий штурм. Такі методи навчання дозволяють моделювати умови, зміст і динаміку реального педагогічного робочого процесу, взаємозв'язок між залученими в нього людьми і ситуаціями. На цьому етапі пропедевтики студенти формують власне особисте ставлення до загального професійного розвитку. В цьому відношенні велике значення мають не тільки отримані знання та отримані практичні навички, але й розвиток системи професійних цінностей у студентів, можливість занурення в модельовані професійні ситуації, формування професійної орієнтації, розвиток професійного сприйняття світу та бажання змінити навколишнє світ до кращого. Названі аспекти мають вирішальне значення для професійного самовизначення майбутніх педагогів, їх професійного саморозвитку, хоча слід відзначити, що вірогідно, роль дисципліни «Вступ до спеціальності», яка викладається студентам першого курсу, недостатньо проявляється на рівні випускників, оскільки очікуваний ефект може спостерігатися лише через кілька років.

Проблеми вищої освіти в Україні залишаються актуальними, особливо зараз, коли зіткнулися з глобальною конкуренцією. Перед ЗВО фізкультурного профілю стоїть завдання задовольнити потреби у конкурентоспроможних фахівцях, готуючи їх бути професійно компетентними та вмотивованими професіоналами. Адекватна підготовка студентів до того, щоб справлятися з вимогами мінливих та складних умов, потребує сприяння розвитку професійного самовизначення. Проведене дослідження вказує на рівень складності та

глибини проблеми формування професійної компетентності фахівців сфери ФКіС та професійного самовизначення, що може певною мірою пояснити, чому було важливо вивчити мотиви професійного становлення та самовдосконалення.

Визначено, що провідними мотивами для вступу і початку навчання за напрямком підготовки 017 «Фізична культура і спорт» у випускників факультету Управління фізичною культурою і спортом в НУ «Запорізька політехніка», які працюють за обраною спеціальністю, були плани почати роботу в цій галузі, власні здібності, інтереси і привабливість спеціальності. Головними серед мотивів навчальної діяльності в університеті стали прагнення до підвищення власної компетентності, мотивація досконалого оволодіння майбутньою професією та спонукання оволодіти новими знаннями. Хоча випускники високо оцінюють рівень власної компетентності за результатами навчання, а саме майже чверть опитаних студентів вважали рівень професійної компетентності високим, майже дві треті оцінили його як достатній, це свідчить про необхідність продовження роботи з вдосконалення побудови індивідуальних траєкторій навчання з урахування потреб студентів і працедавців.

Дієвими стратегіями розвитку професійного самовизначення вбачаємо: залучення практикуючих фахівців сфери ФКіС у сферу вищої освіти, залучення студентів до робочих ситуацій, узгодження навчання з автентичними методами роботи. Крім того, ми пропонуємо враховувати роль ТСВ як теоретичну основу для розвитку професійного самовизначення у фізкультурній освіті. Надання підтримки компетентності, спорідненості та автономії студентів у рамках програми здобуття професійного ступеня у галузі фізичної культури і спорту може краще підготувати випускників до вступу на сучасне робоче місце.

Список використаних джерел

1. Ажиппо О., Корольова М. Технологія формування управлінської компетентності майбутніх менеджерів фізичної культури. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2020. Т. 5, № 79. С. 5–11. URL: <https://doi.org/10.15391/sns.v.2020-5.001>.

2. Башавець Н.А. Проблема формування професійної компетентності у майбутніх фахівців фізичної культури, спорту та реабілітації під час педагогічної практики у закладах загальної середньої освіти. Науковий часопис НПУ імені М.П.Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт). 2020. Випуск 3К (123). С. 512-515.

3. Вища освіта в Україні: громадська думка студентів. Головна - Фонд «Демократичні ініціативи» ім. Ілька Кучеріва. URL:

<https://dif.org.ua/article/vishcha-osvita-v-ukraini-gromadska-dumka-studentiv> (дата звернення: 23.02.2023).

4. Заєць Д. Структурні компоненти формування готовності майбутніх бакалаврів з фізичної культури і спорту до тренерської діяльності. *Scientific papers of Berdiansk State Pedagogical University Series Pedagogical sciences*. 2020. Т. 1. С. 280–287. URL: <https://doi.org/10.31494/2412-9208-2020-1-1-280-287>.

5. Квасниця О. М., Квасниця І. М., Флерчук В. В. Формування професійної мобільності майбутнього фахівця сфери фізичної культури і спорту під час проходження практики. *Науковий часопис НПУ імені М.П.Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт)*. 2022. Випуск 3 (148). С.56-61.

6. Конох А. П., Маковецька Н. В., Конох О. Є. Формування управлінської компетентності майбутніх фахівців сфери фізичної культури і спорту. *Visnyk of Zaporizhzhya National University Physical education and Sports*. 2022. № 4. С. 25–31. URL: <https://doi.org/10.26661/2663-5925-2021-4-03>.

7. Криштанович С. Формування професійної компетентності майбутніх спортивних менеджерів: наукові підходи. *Науковий вісник Інституту професійно-технічної освіти НАПН України. Професійна педагогіка*. 2018. № 14. С. 44–50. URL: <https://doi.org/10.32835/2223-5752.2017.14.44-50>.

8. Методика дослідження особливостей психологічної готовності керівників освітніх організацій до діяльності в умовах змін; за наук. ред. О. І. Бондарчук : рукопис. Київ, 2014. 148 с.

9. Молодь на ринку праці: навички XXI століття та побудова кар'єри. Щорічна доповідь Президентів України, Верховній Раді України, Кабінету Міністрів України про становище молоді в Україні /Держ. ін-т сімейної та молодіжної політики. Київ, 2019. 107 с.

10. Моспан Н. Механізми регулювання взаємодії вищої освіти з ринком праці в Європейському Союзі. *Освітологія*. 2016. № 5. С. 45–50.

11. Освіта в Україні: виклики та перспективи. Інформаційно-аналітичний збірник. Київ, 2020. 292 с. URL: <https://iea.gov.ua/wp-content/uploads/2020/08/Informatsijno-analitchnij-zbirnik-Osvita-v-Ukrayini-vikliki-ta-perspektivi.pdf>

12. Отравенко О., Гадючко О. Управління якістю професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту в закладах вищої освіти. *Humanities science current issues*. 2020. Т. 3. № 29. С. 200–206. URL: <https://doi.org/10.24919/2308-4863.3/29.209576>.

13. Павлюк Є., Павлюк А. Формування професійної компетентності майбутніх менеджерів фізичної культури і спорту як

головний чинник успішної професійної діяльності. *Humanities science current issues*. 2020. Т. 6. № 27. С. 130–133. URL: <https://doi.org/10.24919/2308-4863.6/27.204658>.

14. Павлюк Є., Скалій О. До проблеми формування професійної компетентності майбутніх фахівців з фізичної культури та спорту у процесі фахової підготовки. *Physical Culture and Sport: Scientific Perspective*. 2022. № 1. С. 27–35. URL: <https://doi.org/10.31891/pcs.2022.1.4>.

15. Саух П. Ю., Набок М. В., Кізілов О. І., Кузіна І. І. Якість вищої освіти в Україні очима студентів. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*. Вип. 3. Вип. 2. Грудень 2021. С. 1-8, doi:10.37472/2707-305X-2021-3-2-11-5.

16. Семененко В., Бричук М., Пальчук М., Трачук С. Диагностика сформированности профессиональной компетентности будущего учителя физического воспитания. In: *Formarea continuă a specialistului de cultură fizică în conceptul acmeologic modern*. Ediția 2, 2 decembrie 2021, Chișinău. Chișinău, Republica Moldova: Catedra de Gimnastică a USEFS, 2021, pp. 169-173. ISBN 978-9975-68-440-8.

17. Сергата Н. С., Сергатай М. О. Практична підготовка студентів спеціальності «Фізична культура і спорт» в умовах дистанційного навчання. *Науковий часопис НПУ імені М.П.Драгоманова*. Серія 5. Педагогічні науки: реалії та перспективи. 2021. Випуск 83. С.152-156.

18. Словник-довідник з професійної орієнтації учнів / Укладачі: В. В. Синявський, О. В. Мельник. Київ : Мегапринт, 2007. 119 с.

19. Словник-довідник з професійної педагогіки / За ред. А. В. Семенової. Одеса : Пальміра, 2006. 221 с.

20. Солтик О. О. Теоретичні і методичні засади формування професійної надійності майбутніх учителів фізичної культури : автореф. дис. ... д-ра пед. наук. Хмельницький, 2019. 40 с.

21. Трачук С.В., Бричук М.С., Дедух М.О. Диагностика готовности майбутніх викладачів фізичної культури до реалізації фахових компетентностей *Науковий часопис НПУ імені М.П.Драгоманова*. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт). 2021. Випуск 12 (144). С. 152-157.

22. Україна у цифрах в 2021. Статистичний збірник. Київ, 2022. 48 с. URL: https://ukrstat.gov.ua/druk/publicat/kat_u/2022/zb/08/zb_Ukraine%20in%20figures_21u.pdf

23. Цигура Г. Специфіка організаційно-педагогічних умов підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту до освітньої діяльності для сталого розвитку. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2022. Вип 51. С. 711-716.

24. Abliazova N. Modern mechanisms of balancing of higher education and the labor market. *Economic Analysis*. 2020. No. 30(4). P. 15–22. URL: <https://doi.org/10.35774/econa2020.04.015>.

25. Deci E. L., Olafsen A. H., Ryan R. M. Self-Determination Theory in Work Organizations: The State of a Science. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*. 2017. Vol. 4, no. 1. P. 19–43. URL: <https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-032516-113108>.

26. Dzhurylo A., Hlushko O., Shparyk O. Innovative approaches to formulation and development of soft skills of secondary school students in the context of Ukraine's integration into the European education area. *Education: Modern Discourses*. 2021. No. 4. P. 39–49. URL: <https://doi.org/10.37472/2617-3107-2021-4-05>.

27. Kvasnytsia O., Kvasnytsia I., Flerchuk V. Formation of professional mobility of future specialists in the sphere of physical culture and sport in the course of internship. *Scientific Journal of National Pedagogical Dragomanov University. Series 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports)*. 2022. No. 3(148). P. 56–61. URL: [https://doi.org/10.31392/npu-nc.series15.2022.3\(148\).13](https://doi.org/10.31392/npu-nc.series15.2022.3(148).13).

28. McPhillips M., Licznarska M. Open Innovation Competence for a Future-Proof Workforce: A Comparative Study from Four European Universities. *Journal of Theoretical and Applied Electronic Commerce Research*. 2021. Vol. 16, no. 6. P. 2442–2457. URL: <https://doi.org/10.3390/jtaer16060134>.

29. Rigby C. S., Ryan R. M. Self-Determination Theory in Human Resource Development: New Directions and Practical Considerations. *Advances in Developing Human Resources*. 2018. Vol. 20, no. 2. P. 133–147. URL: <https://doi.org/10.1177/1523422318756954>.

30. Vlasyuk O., Daragan T. Establishment of University Autonomy: Domestic and European Experience. *Problems of Education*. 2022. No. 1(96). P. 6–23. URL: <https://doi.org/10.52256/2710-3986.1-96.2022.01>.

3.7. Специфіка дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» при підготовці студентів спеціальності 017

Шуба Людмила Вікторівна

*кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри управління фізичною культурою
та спортом НУ «Запорізька політехніка»
0000-0002-8037-4218*

Корж Наталія Леонідівна

*кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
доцент кафедри управління фізичною культурою
та спортом НУ «Запорізька політехніка»
0000-0003-0328-200X*

Теорія і методика фізичного виховання – це інтегративна система наукових знань про сутність фізичної культури взята вцілому, узагальнених закономірностей, її функціонування, спрямованого використання та подальшого розвитку в системі чинників виховання, соціального формування особистості та оптимального розвитку життєвих сил людини [11, 14, 18].

Теорія і методика фізичного виховання як наукова і навчальна дисципліна формує систему фундаментальних знань, що визначають професійну діяльність у галузі фізичного виховання. І цей важливий аспект спонукає та мотивує до ретельного вивчення даної дисципліни [1, 2, 7].

Відомий вчений О.М. Худолій пропонує зміст навчального курсу ТМФВ, що складається з 4 частин: «Фізичне виховання в системі освіти», «Засоби й методи фізичного виховання», «Теорія й методика розвитку рухових здібностей», «Теорія й методика навчання рухових дій» [9].

Інший фахівець, Л.П. Сергієнко [5, 6], указує на формування інтегрованої теорії й методики фізичного виховання. Інтегративний підхід у вивченні людини дозволяє перейти до комплексного сприйняття. Цілісність сприймання теорії і методики фізичного виховання можлива в результаті наукового розроблення та впровадження в практичну роботу вікової, диференціальної, оздоровчої, адаптивної, професійно-прикладної теорії й методики фізичного виховання. Далі автор надає на такі напрямки вивчення предмету ТМФВ:

1. Загальна теорія й методика фізичного виховання. Цей напрямок має три частини: вступ до теорії й методики фізичного виховання; загальні основи теорії, загальні основи методики фізичного виховання.

2. Вікова теорія й методика фізичного виховання. Містить два розділи: загальні й індивідуальні особливості розвитку людини; методика фізичного виховання різних верств населення.

3. Диференціальна теорія та методика фізичного виховання. Розглядається фізичне виховання за напрямками (феноменологія і розподіл індивідуальних відмінностей людини, статеві відмінності

розвитку морфологічних ознак і рухових здібностей людини, моторний розвиток людини в залежності від особливостей конституції тіла, зміст тестування індивідуальних особливостей людини).

4. Оздоровча теорія й методика фізичного виховання. Розкривається зміст різних оздоровчих систем, які використовуються у фізичному вихованні.

5. Адаптивна теорія й методика фізичного виховання.

6. Професійно-прикладна теорія й методика фізичного виховання. Розкривається професійно-прикладна фізична підготовка студентів середніх спеціальних і вищих навчальних закладів, фізична підготовка особистого складу Збройних сил, фізичне виховання людей різних професій [8, 10, 15].

В основу наукової статті покладені досягнення вітчизняної системи фізичного виховання і спорту в цілому, праці видатних теоретиків і методистів – Ю. В. Верхошанського, Ю. К. Гавердовського, В. М. Заціорського, Т. Ю. Круцевич, Л. П. Матвеева, Ю. В. Менхіна, М. Я. Набатнікової, В. М. Платонова, Л. П. Сергієнка, О. М. Худолій, Б. М. Шияна, А. М. Шлеміна, В. П. Філіна.

Теорія фізичного виховання включає в себе вивчення фізичного розвитку, фізіології, психології, педагогіки і методики навчання. Вона досліджує різні аспекти фізичного розвитку людини, такі як моторні навички, координація рухів, сила, витривалість, швидкість, гнучкість та інші.

Дисципліна «Теорія і методика фізичного виховання» розглядає фізичне виховання як соціальне явище, основи теорії адаптації та закономірності її використання у фізичному вихованні, навантаження та відпочинок та як компоненти процесу виконання фізичних вправ, навчання рухових дій, розвиток рухових якостей. На основі вивчення сучасного стану фізичного виховання в школі розглянуто шляхи формування національної системи фізичного виховання школярів. Управління процесом фізичного виховання, нові технології видів рухової активності у фізичному вихованні, адаптивне фізичне виховання, викладено методику фізичного виховання осіб різного віку.

Виникнення та розвитку теорії і методики фізичного виховання сприяли наступні аспекти:

1. Практика громадського життя. Потреба суспільства в добре фізично підготовлених людях народжувала прагнення пізнати закономірності фізичного виховання і на їхній основі побудувати систему управління фізичним удосконалюванням людини.

2. Практика фізичного виховання. Саме в ній перевіряються усі теоретичні положення, можуть народжуватися оригінальні ідеї, що

спонукають теорію і методику фізичного виховання до розробки нових гіпотез.

3. Прогресивні ідеї про зміст і шляхи виховання гармонічно розвиненої особистості, що висловлювалися філософами, педагогами, лікарями різних країн і різних епох.

4. Результати досліджень як у галузі теорії і методики фізичного виховання, так і в суміжних галузях знань.

В історичному розвитку теорія і методика фізичного виховання пройшла декілька етапів, що пов'язуються з соціально-економічними формациями:

1. Античні часи. Відомо, що теоретичні погляди завжди відображали досвід людини та набуті нею знання у практичній діяльності. Розвиток засобів і методів фізичного виховання безпосередньо впливав зі способу виробництва.

2. Середні віки. У середні віки подальшого розвитку набуває теоретична думка про фізичне виховання. Розвиток науки в ті часи дав нові обґрунтовані факти, що змогли бути застосованими у фізичному вихованні.

3. Перший період нових часів. Стрімкий розвиток виробничих сил тих часів сприяв підйому науки і техніки, вивченню природи. Були зроблені важливі відкриття в анатомії та фізіології, котрі відіграли значну роль у розвитку науки про фізичне виховання. Біомеханічні дослідження, здійснені Леонардо да Вінчі та іншими вченими кінця пізнього середньовіччя, створили основу для вивчення будови і функцій організму людини. Вже наприкінці XVIII століття робились спроби застосовувати у фізичному вихованні результати цих досліджень.

4. Другий період нових часів. Наприкінці XIX – початку XX століття наука про фізичне виховання досягла значних успіхів. Виникли нові, більш досконалі системи і методи фізичного виховання. За наслідками досліджень лікарів, педагогів, біологів публікуються статті з проблем фізичного виховання.

5. Новітній час (1917-1945) характеризується інтенсивним розвитком науки про фізичне виховання. Активно проводяться дослідження у напрямку біологічного обґрунтування рухової активності й соціальної обумовленості фізичного виховання як складової частини виховання людини нового суспільства.

6. Новітній час (1946-2007) – період становлення фундаментальної науки про фізичне виховання і спорт. У цей час сформульовані педагогічні закономірності фізичного виховання (А.Д. Новиков, Л.П. Матвеев, А.А. Гужаловский, Т.Ю. Круцевич, Ю.Ф. Курамшин, Б.М. Шиян), розроблена теорія навчання руховим діям

(В.В.Белинович, В.Д. Мазниченко, І.П.Байченко, Л.П. Орлов, М.М. Боген), теорія розвитку рухових здібностей (В.М.Заціорський, В.П. Філін, Ю.В. Верхошанський, М.М. Булатова, М.М.Линець) як для різних груп населення, так і для спортивного удосконалення [4, 7, 12].

Дисципліна «Теорія і методика фізичного виховання», як навчальна дисципліна включає в себе IV розділи:

I. Введення в теорію фізичної культури. У ньому визначаються основні поняття теорії фізичної культури, її предмет, методи наукових досліджень, характеристика основних функцій та форм фізичної культури.

II. Загальні основи теорії фізичного виховання. Цей розділ розглядає загальні риси та закономірності фізичного виховання, як педагогічно спрямованого процесу використання фізичної культури в навчально-виховних цілях. Основні завдання, методи, принципи побудови занять використанні при цьому.

III. Характеристика типових напрямлень та форм використання фізичної культури. Фізична культура в системі загальної освіти, у виробничій та побутовій сферах і спорт, як специфічна форма фізичної культури.

IV. Науково прикладні основи використання фізичної культури у різні періоди життя людини. У цьому розділі розглядаються основні проблеми доцільного застосування чинників фізичної культури з урахуванням особливостей основних етапів вікового розвитку людини (курсіві, дипломні та дисертаційні роботи) [14, 20].

Вивчення дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» сприяє набуттю загальних та фахових компетентностей. Компетентність – це динамічна комбінація знань, вмінь і практичних навичок, способів мислення, професійних, світоглядних і громадянських якостей, морально-етичних цінностей, яка визначає здатність особи успішно здійснювати професійну та подальшу навчальну діяльність і є результатом навчання на певному рівні вищої освіти [8, 10, 13].

Враховуючи дисципліну до загальних компетентностей відносять: здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях; вміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми; наполегливість щодо поставлених завдань і відповідальність щодо взятих обов'язків.

Враховуючи дисципліну до фахових компетентностей відносять: здатність аналізувати процеси становлення і розвитку фізичної культури і спорту як інтеграційної соціальної сфери; уміння формулювати та розв'язувати педагогічні задачі та організовувати педагогічний процес як взаємодію і співробітництво з вихованцями та їх батьками; уміння забезпечувати безпеку фізкультурно-спортивної діяльності; уміння

застосовувати адекватні і ефективні засоби, методи і технології у навчально-тренувальному процесі, процесі фізичного виховання та оздоровчої діяльності; уміння використовувати системний підхід при плануванні діяльності тих, хто займається фізичною культурою і спортом.

Метою навчальної дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» є забезпечити висококваліфікаційну теоретичну і практичну підготовку студентів, формуючи у них систему професійних знань та умінь з основ фізичного виховання. Сприяти розвитку у студентів творчого педагогічного мислення, вміння знаходити нові шляхи та форми роботи з фізичного виховання, а також розширення і поглиблення фонду їх інтелектуальних, рухових вмінь та навичок.

Вивчення дисципліни сприяє вирішенню таких конкретних завдань: сформуванню у студентів систему теоретичних знань з фізичної культури, яка в значній мірі визначає рівень і ступінь їх освіти, а також рівень їх професійної компетентності.

Дисципліна «Теорія і методика фізичного виховання» вивчається протягом трьох семестрів (6 структурних модулів) теми з яких у повному обсягу охоплюють всі особливості фізичного виховання різних верст населення не залежно від статі та віку.

Одним із обов'язкових завдань самостійної роботи студентів з предмету «Теорія і методика фізичного виховання» є науково-дослідна робота, тобто курсова робота.

При написанні курсової роботи студент обирає тему затверджену на засіданні кафедри. Темі не повинні повторюватись. Якщо такий випадок буде мати місце, то курсова робота не зараховується студентам у яких були однакові теми. Навіть у випадку, якщо тема розкрита з різних сторін. Курсова робота студента виконується окремо та не впливає на оцінку із заліку або іспиту, але є критерії оцінювання роботи (табл.1) [3, 17, 19].

Написання курсової роботи дає можливість студенту відчувати «дух науки» та можливість дослідити практичним шляхом теми які більш всього турбують та визивають низку не розкритих питань. Цей важливий досвід допоможе студенту визначитись із шляхом у майбутній професії. Тому що саме написання курсової роботи може привести студента до дверей аспірантури де він зможе у повному обсязі розкрити свій талант дослідника і допоможе вітчизняній науці.

Однією з головних ролей теорії та методики фізичного виховання є формування здорового способу життя в суспільстві. Це може включати пропаганду занять фізичною активністю, здорового харчування та розумного використання часу. Це сприяє зменшенню

ризикую виникнення хвороб, збільшенню тривалості життя та загальному покращенню якості життя людей.

Таблиця 1 – Критерії оцінювання курсових робіт студентів

Оцінка	Зміст	Бали
30 балів	1) відповідність змісту обраній темі,	5
	2) наявність чітко сформульованої проблеми, мети і завдань дослідження;	5
	3) наукова новизна та перспективність дослідження;	5
	4) ґрунтовність, повнота і критичність аналізу літератури з проблеми дослідження;	5
	5) адекватність методів дослідження виконанню експериментальної частини;	5
	6) наявність посилань на використану літературу та відповідність оформлення роботи стандарту;	5
10 балів	2. Своєчасність і самостійність (оцінює науковий керівник)	
	1) оцінка рівня виявленої самостійності під час роботи над курсовою роботою;	5
	2) оцінка систематичності виконання та вчасності подання роботи	5
20 балів	3. Відповідність вимогам оформлення кваліфікаційних робіт:	
	1) 1-2-3 розділи;	10
	2) вичерпна характеристика матеріалів та методів дослідження;	
	3) ґрунтовність викладання результатів дослідження;	5
	4) повнота і логічність висновків	5
40 балів	4. Презентація	
	1) оцінюється чіткість і логічність у викладенні матеріалу;	10
	2) якість ілюстративного матеріалу до доповіді;	10
	3) ступінь володіння результатами дослідження;	10
	4) відповіді на питання за змістом роботи	10
Σ 100 балів		

При закінченні дуже цікавої та багатогранної дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» очікуються наступні результати за напрямками знань та умінь.

Знання:

- основних положень фізичного виховання різних верств населення,
- методики побудови занять у процесі фізичного виховання,
- методик розвитку фізичних якостей,
- умов реалізації принципів і методів фізичного виховання,

- правил підбору засобів при вирішенні завдань фізичного виховання,
- особливостей роботи вчителя фізичного виховання у загальноосвітній школі,

– методів фізичного виховання.

Уміння:

- користуватись спеціальною додатковою літературою,
- побудувати фізіологічну криву уроку фізичного виховання,
- скласти протокол хронометражу уроку фізичної культури,
- законспектувати фізіологічну характеристику формування рухового навичку,
- розробити програму навчання руховій дії,
- складати документи планування програмового матеріалу з фізичного виховання,
- підбирати фізичні вправи для розвитку фізичних якостей,
- самостійно провести дослідження у межах курсових та дипломних робіт.

Отже, враховуючи навчальний процес та специфіку предмету «Теорія і методика фізичного виховання» робимо висновок, що при опануванні даного предмету студенти за спеціальністю 017 «Фізична культура» зможуть реалізувати себе в різних сферах буття за своїм напрямком.

Список використаних джерел

1. Гурєєва А. М. Черненко О. Є., Дорошенко Е. Ю. Теорія і методика фізичного виховання : основи спеціальної термінології у фізичному вихованні : навчальний посібник. Запоріжжя : ЗДМУ, 2020. 78 с.
2. Круцевич Т. Ю. Теория и методика физического воспитания. К. : Олимпийская литература, 2012. 392с.
3. Методичні вказівки до виконання курсових робіт для студентів дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» для студентів усіх форм навчання / Укл.: Л. В. Шуба, С. В. Сметанін. Запоріжжя : НУ «Запорізька політехніка», 2020. 50с
4. Прокопова Л. І., Лоза Т. О., Гвоздецька С. В. Навчально-методичний комплекс з дисципліни теорія і методика фізичного виховання / для студентів спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) : Навчально-методичний посібник. Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2019. 260 с.
5. Сергієнко Л. П. Спортивний відбір: теорія та практика. Тернопіль : Навчальна книга. Богдан, 2009. 672 с.
6. Сергієнко Л. П. Терміни і поняття у фізичній культурі : навчальний посібник. Тернопіль : Навчальна книга. Богдан, 2011. 264с.

7. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студ. вищ. навч. закладів фіз. виховання і спорту: у 2 т. / за ред. Т. Ю. Круцевич. К. : Національний університет фізичного виховання і спорту України, вид-во «Олімп. Література», 2017. Т. 1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. 384 с.

8. Тулайдан В. Г., Тулайдан Ю. Т. Практикум з теорії і методики фізичного виховання. Львів : «Фест-Прінт». 2017. 179 с.

9. Худолій О. М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання: Навч. посіб. Харків : «ОВС», 2008. 406 с.

10. Черненко С. О. Теорія й методика фізичного виховання : навчальний посібник : у 2 частинах. Краматорськ : ДДМА, 2021. Частина 1. 215 с.

11. Шамардина Г. Н. Основы теории и методики физического воспитания. Днепропетровск : Пороги, 2015. 445с.

12. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1. Тернопіль : Навчальна книга, Богдан, 2007. 272с.

13. Шиян Б. М., Вацеба О. М. Теорія і методика наукових досліджень у фізичному вихованні та спорті : навч. посіб. Тернопіль: Навчальна книга, Богдан, 2010. 276 с.

14. Шуба Л. В. Курс лекцій з дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» (частина перша) для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» 227 «Фізична терапія, ерготерапія» усіх форм навчання. Запоріжжя : НУ «Запорізька політехніка», 2020. 50 с

15. Hall C. Developing a competent global health promotion work force: pedagogy and practice. Caroline Hall. Research Fellow. Centre for Health Research. School of Health Sciences, University of Brighton, England, UK. July, 2914. 15 p.

16. Jane M. Shimon. Introduction to Teaching Physical Education. Human Kinetics, 2011. 229 p.

17. National Standards & Grade-Level Outcomes for K-12 Physical Education. AAHPERD (The American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance). Human Kinetics, 2014 . 136 p.

18. Osada N. Principles of Physical Education and Sports Studies, and Research in All Nations 2nd edition. CCB Publishing, 2010. 358 p.

19. Winnick J., Short X. Brockport Physical Fitness Test Manual-2nd Edition with Web resource: A Health-Related Assessment for Youngsters with Disabilities 2nd edition. Human Kinetics, 2014 146 p.

20. World Health Organization. Prevalence of insufficient physical activity? 2017 URL: http://www.who.int/gho/ncd/risk_factors/physical_activity_text/en/

3.8 Professional and applied physical training model for students of the physical culture and sports management faculty

Shuba Liudmyla

*Associate Professor, PhD in Pedagogy
Associate Professor of the Physical Culture
and Sport Management Department
National University "Zaporizhzhia Polytechnic"
0000-0002-8037-4218*

Shuba Victoria

*PhD in Pedagogy
Associate Professor of the Pedagogy and Psychology Department
Prydniprovskya State Academy of Physical Culture and Sports
0000-0001-5042-3106*

Shuba Victor

*Associate Professor,
Professor of the Innovative Technologies in Pedagogy, Psychology
and Social Work Department, Alfred Nobel University
0000-0002-1060-505X*

Introduction. The pedagogical issue of the theory and practice of professional training in higher education institutions is strongly correlated with the social and economic progress of society, and has attracted the attention of professionals from all over the world. This is because students represent the future of their respective countries [1, 5, 6, 9, 17].

The significance of practical aspects of physical education, including motivation building for exercise, selection of suitable methods and tools in consideration of physical growth, health, and career prospects, is the driving force behind the emphasis placed on problem awareness among future professionals pursuing a degree in 017 «Physical Education and Sports» [3, 8-10].

In order to thoroughly examine the problem of preparing young individuals for their future careers and instilling values in students regarding their own health, it was crucial to analyze and summarize data obtained from various scientific disciplines (such as pedagogy, physical education theory and methodology, hygiene, physiology, psychology, etc.) using the scientific approaches employed by contemporary researchers – Agafonov S.V., Shestakov M.M. [1], Caestine J., Bopp M., Bopp C. H., Papalia Z. [4], Esteban-Cornejo I., Hallal P.C., Mielke G. I., Menezes A. M., Gonçalves H., Wehrmeister F., Ekelund U., Rombaldi A. J. [5], Kabatska O. V., Shuba L. V., Shuba V. V. [9], Mowling C. M., Brock S. J., Eiler K. K. [11], Pylypey L.

P. [13], Rebryna A. A., Rebryna A. A., Lyakhova N. A., Shaposhnikova I. I., Korsun S. M., Shuba L. V., Shuba V. V. [14] and etc.

The absence of scientific research and the existence of inconsistencies in the implementation of professional physical training in higher education institutions have prompted us to choose this topic for our study.

Material and methods.

The purpose of the study is – develop and experimentally test models of professional and applied physical training for students at the higher education institution, be pursuing a degree in 017 «Physical Education and Sports».

The study was performed by «Zaporizhzhia Polytechnic» National University. It was attended by 121 men aged 18-20, who were divided into experimental (EG n=60) and control (CG n=61) groups. All men were classified in the main medical group. All students at the beginning of research had a low level of physical fitness.

Contemporary professional endeavors demand considerable cognitive, emotional, and physical exertion, as well as superior motor coordination, regardless of one's specialization. In order to facilitate successful adaptation and efficient professional performance, it is imperative to establish an integrated pedagogical framework at the higher education level, one that ensures timely and active preparation of students for their chosen careers and fosters the deliberate cultivation of the physical abilities essential to their future success [1, 5, 7-9].

In the management of physical education, there is an increasing trend towards experimentation with various models of training, including physical ones. Through the process of modeling professional training, it is feasible to design an optimal didactic model for the learning process.

The developed research model consists of four blocks, which are interconnected: fundamental, organizational, theoretical, diagnostic.

I. The fundamental block of the model reveals the purpose and objectives of professionally applied physical training for future professionals.

The purpose of the model is – optimize the structure and management of the educational process of professional and applied physical training, as well as to promote a high level of physical fitness.

The model serves to address specific tasks, such as fostering emotional resilience, cultivating attentiveness and precision, improving coordination and balance, enhancing physical strength and endurance, and bolstering the body's resistance to stress and other harmful factors.

II. The organizational block of the model includes the means methods and forms of professional and applied physical training.

It is worth noting that the primary method of professionally applied physical training for students is physical exercises. These exercises are carefully selected from a diverse range of basic, preparatory, and specialized exercises that are relevant to the student's future career, including various sports and therapeutic physical training.

Gymnastics plays a crucial role in professional and applied physical training since it helps to develop essential physical qualities such as muscular strength, agility, flexibility, motor coordination, static endurance of torso muscles, vestibular stability, balance, and attention. Moreover, it improves the ability to control the body in space, maintain and restore balance in various supports, and perform precise movements of individual body parts.

Through participation in sports games such as football, volleyball, and basketball, students develop a high level of functioning in their nervous and muscular systems, as well as their auditory and visual analyzers. These classes are conducted both indoors and outdoors, which helps to build resilience to varying weather conditions. Additionally, athletics classes contribute to the development of a reliable cardio-respiratory system, the ability to adapt to environmental changes, resistance to adverse factors in the workplace, and the development of operational thinking and physical abilities.

The content of the practical classes was individualized to cater to the abilities of each student. The classes aimed to maximize the potential of each sport in developing the professionally applied physical abilities of the students.

III. The theoretical block is aimed at equipping future professionals with the necessary applied knowledge that provides conscious and methodologically correct use of physical culture and sports to prepare for future professional activities. When conducting theoretical classes, the study material was designed not only for personal training of the student, but also with individual consideration of interests in the future profession.

IV. The diagnostic block determines the level of physical fitness when using pedagogical tests of general and special physical training.

Tests of general and special physical training were used in the research. Pedagogical testing was carried out taking into account the recommendations of the professional literature. Based on the conducted pedagogical testing, the level of physical fitness for 18-20 year old men was determined.

The following tests were used in the research [16]:

1. «100-metres race» (seconds) – testing of speed abilities.

At the signal, the students start running from a high start one by one. Trying to overcome the distance as soon as possible. Time to overcome the distance, determined with an accuracy of 0,1 seconds.

2. «Shuttle run 4x9m» (seconds) – testing of coordination ability.

The result was determined by the better of the two samples. The result of the test is the time from the start to the moment when the test participant put the second dice in the starting circle.

3. «One-km event» (minutes) – testing of endurance ability.

The result was time to overcome the distance.

4. «Floor dip» (amount of repetition) – testing of strength ability.

The test result is the number of error-free flexion and extension of the arms in one attempt.

5. «Angled position» (cm) – testing of flexibility.

The test result is a mark on the perpendicular marking in centimeters, to which the participant reached with his fingertips in the best of two attempts.

6. Ten «Eights» (Kopylov test) (amount of repetition) – testing of coordination ability.

The test participant acquires the starting position of the body tilt forward, holding the ball in one hand. With the command «Start» as quickly as possible, the ball makes an imaginary eight between legs at the knee level. At the same time the ball is transferred from hand to hand. Time of execution of ten «Eight», registered up to 0,1 seconds

7. «Bent suspension» (seconds) – testing of strength endurance abilities.

The result of the test is the time in seconds during which the participant maintains the position of the height on the bent arms.

8. «Dash the medicine ball» (m) – testing of speed-strength abilities.

The competitor gets behind the line to the wall, bends his hands in his elbows and squeezes the ball into his chest. After that, he pushes him forward as far as possible. The distance of the flying ball is measured up to 10 cm.

Statistical analysis: data was performed using the program SPSS Statistica

Results

One of the prerequisites for the system of professionally applied physical training is a comprehensive approach to the physical abilities development which important for future professionals. Table 1 presents level of the physical fitness indicators before and after the implementation of experimental model.

Table 1 – Statistical indicators of the motor abilities development before and after the research

Tests	Before research		P	After research		P
	EG (n=60)	CG (n=61)		EG (n=60)	CG (n=61)	
	X±S	X±S		X±S	X±S	
One-km event, minutes	246,2±5,22	246,8±5,18	>0,05	207,4±6,07	231,8±5,12	<0,05
Shuttle run 4x9m, seconds	10,4±0,13	10,5±0,16	>0,05	8,4±0,11	9,3±0,13	<0,01
100-metres race, seconds	15,1±0,18	15,1±0,17	>0,05	12,8±0,04	14,6±0,14	<0,05
Ten Eights, amount of repetition	10,6±0,34	10,7±0,45	>0,05	8,1±0,22	9,7±0,33	<0,01
Bent suspension, seconds	33,8±2,03	33,7±2,08	>0,05	47,4±1,73	40,1±1,7	<0,01
Dash the medicine ball, m	6,1±0,35	6,2±0,36	>0,05	7,4±0,21	6,9±0,34	<0,05
Floor dip, amount of repetition	30,3±0,65	30,8±0,66	>0,05	39,5±0,55	34,6±0,41	<0,05
Angled position, cm	15,9±0,71	15,8±0,73	>0,05	20,5±0,59	16,1±0,87	<0,01

Analyzing the indicators, it should be noted that at the end of the research in EG we observe an increase in strength indicators by 21,9% in CG by 9,1%.

Endurance indicators in EG students improved by 18,7%, in CG – by 5,1%. The growth of indicators characterizing the coordination of movements of EG students occurred by 17,2%, and CG – by 11,9%. Indicators of speed abilities at the end of the experimental study in EG improved by 11,3%, and in CG – by 4,1%; the growth of flexibility indicators in EG students occurred by 26,6% and in CG – by 7,7%; growth of indicators of coordination of movements of hands is fixed in EG as 23,8%.

The positive influence of the elaborated model has been stated. The efficiency of the given model has been proved by the obtained date.

Discussion.

In the present economic, political, and social climate of Ukraine, there is an increasing focus on the issue of building a healthy population. An examination of the scientific and methodological literature concerning this research problem reveals that there is currently no consensus on the understanding of the nature of professionally applied physical training [1, 2, 9, 12]. Purposeful using means of physical culture and sports for preparation of students for the future professional activity can and should be carried out at the higher education institution [3, 5, 10, 15]. We believe that the key factor in enhancing the training of prospective professionals is the process of educational organization, which includes imparting knowledge to students

and fostering the development of essential professional skills. The ultimate goal is to produce specialists who are capable of creatively and independently solving professional challenges with maximum effectiveness.

To build an effective educational process for professionally applied physical training, it is crucial to identify the essential motor skills and abilities required for the relevant professional activities through an analysis of the job requirements. Thus, the objectives of the training should be tailored to the specific needs of the profession.

Taking into account the material above, we have developed a model of professionally applied physical training, consists of four blocks, which are interconnected: fundamental – reveals the purpose and objectives of professionally applied physical training for future professionals; organizational – includes the means methods and forms of professional and applied physical training; theoretical – aimed at equipping future professionals with the necessary applied knowledge that provides conscious and methodologically correct use of physical culture and sports to prepare for future professional activities; diagnostic – determines the level of physical fitness when using pedagogical tests of general and special physical training. Also considered the distribution by semesters: 1st semester – general physical training (strengthening of the organism and increasing level of functional possibilities; formation of motor potential for mastering and development of professionally important applied skills and abilities); 2nd semester – professionally-oriented physical training (increasing and improving the level of physical fitness; activation of the body's functional capabilities required for production activities; expanding the variability of motor actions similar in structure to professional).

Modeling the educational process is essential for establishing objectives, strategies, and resources to achieve desired outcomes. Researchers suggest that modeling the process of professional training can help develop an effective didactic approach to the learning process or vocational training [4, 6, 8, 9, 17].

The highest absolute increment of physical fitness indicators in experimental and control groups was found in such physical abilities as flexibility ($p < 0,01$), coordination ($p < 0,01$) and strength ($p < 0,05$).

The data obtained during the implementation of the model indicate that we not only confirmed the research of scientists [1, 3, 4, 8-10], but also supplemented it with new data. And it also gave us the opportunity to say that we correctly built the educational process of men in the experimental group

Conclusions

The demands of modern technological advancements necessitate young professionals to optimize their mental and physical abilities. There is a

growing need for individuals to prioritize their health, adopt healthy lifestyles, and acquire skills that promote wellbeing.

The development of special skills to maintain good health is crucial for individuals in today's technologically advanced world, where high mental and physical performance is expected of young professionals. These skills are developed from a young age and continue to be relevant throughout life, with the years spent at a higher education institution being considered an especially intensive period. The system of professional physical training is a source of information that is directly linked to the cost of adaptive resources for the body. This relationship determines the need to explore effective ways to organize the impact of this information.

Continuous multilevel professional physical training is an essential component of physical education for students, particularly in the preparation of future professionals. The proposed research model includes four interconnected blocks: fundamental, organizational, theoretical, and diagnostic. The integration of theoretical and practical classes has increased students' interest in physical education, promoted the acquisition of skills necessary for maintaining a healthy lifestyle, and facilitated the development of professionally applied knowledge, skills, and abilities in professional training.

Summarizing the obtained digital results, it should be noted that speed-strength, mobility-coordination abilities, flexibility and endurance increased on average by 21,4% in EG students and in CG students – by 9,7%, which proved the effectiveness of the developed model for professionally applied physical training.

Conflicts of interest. The authors declare that there is no conflict of interest.

References

1. Agafonov S. V., Shestakov M. M. Methodology of professional-applied physical training among students of managerial specialties at higher educational establishments on the basis of imitating playing technology. *Pedagogical-Psychological and Medico-Biological Problems of Physical Culture and Sports*. 2016. № 11 P. 53-60. DOI 10.14526/01_1111_151.
2. Bergier B., Tsos A., Bergier J. Factors determining physical activity of Ukrainian students. *Annals of Environmental Medicine*. 2014. Vol. 21. № 3. P. 613-616.
3. Bojko Yu. Ways of forming a valuable attitude to health and a healthy lifestyle among student youth. *Zbirnyk naukovy'x prac' Umans'kogo derzhavnogo pedagogichnogo universy'tetu imeni Pavla Ty'chy'ny'*. 2014. № 3, P. 50-56. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/znpudpu_2014_3_9 (дата звернення 22.02.2023).

4. Caestine J., Bopp M., Bopp C. H., Papalia Z. College Student Work Habits are Related to Physical Activity and Fitness. *Int J Exerc Sci*. 2017. № 10 (7), P. 1009-1017.
5. Esteban-Cornejo I., Hallal P. C., Mielke G. I., Menezes A. M., Gonçalves H., Wehrmeister F., Ekelund U., Rombaldi A. J. Physical Activity throughout Adolescence and Cognitive Performance at 18 Years of Age. *Med Sci Sports Exerc*. 2015. 47(12). P. 2552-2557.
6. Fuaddi F., Tomolijus T., Sukoco P., Nopembri S. The Enjoyable Physical Education Learning to Improve Students' Motivation and Learning Achievement. *Physical Education, Sport and Health Culture in Modern Society*. 2020. № 1(49).P. 50-59. doi.org/10.29038/2220-7481-2020-01-50-59
7. Gaetano A. Relationship between physical inactivity and effects on individual health status. *Journal of Physical Education and Sport*. 2016. 16 (2). P. 1069-1074. doi:10.7752/jpes.2016.s 2170.
8. Gernega K. S. Theoretical Aspects of Health Saving of Students in the System of Continuing Education in Tertiary Education. *Bulletin of the South Ural State University. Ser. Education. Educational Sciences*. 2017. 9 (4). P. 76-83. DOI: 10.14529/ped170409.
9. Kabatska O. V., Shuba L. V., Shuba V. V. The health saving educational environment at the institutional higher educational. *Scientific journal of the National Pedagogical Dragomanov University. Series № 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports)*. 2020. № 5 (125) 20. P. 85-89. DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2020.5(125).16
10. Korovin S. S. Methodological basics for vocational physical education theory. *Teoriya i Praktika Fizicheskoy Kultury*. 2018. № 4. P. 43-44.
11. Mowling C. M., Brock S. J., Eiler K. K. Student motivation in physical education: breaking down barrier. *The Journ. of Physical Education, Recreation & Dance*. 2004. № 75. P. 40-45.
12. Prisyajnyuk S. I. Use of recreational facilities during students' educational activities. *Scientific journal of the National Pedagogical University named after M.P. Drahomanov*. 2017. № 15 (3 K 84). 385-389.
13. Pylypey L. P. Methodology of students' professionally-applied physical training in universities. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*. 2012. 10. P. 59-63.
14. Rebryna A. A., Rebryna A. A., Lyakhova N. A., Shaposhnikova I. I., Korsun S. M., Shuba L. V., Shuba V. V. Analysis of students' health indicators in the course of physical education classes with a sports focus. *Wiadomości Lekarskie*. 2022. 73(6) 2022, 1519-1524. DOI: 10.36740/WLek202206116

15. Ryan R. M., Deci E. L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *Am Psychol.* 2000. № 55. P. 68-78. doi:10.1037/0003-066X.55.1.68.

16. Winnick J., Short X. Brockport Physical Fitness Test Manual-2nd Edition with Web resource: A Health-Related Assessment for Youngsters with Disabilities. Human Kinetics, 2014. 160p.

17. World Health Organization. Prevalence of insufficient physical activity. URL: http://www.who.int/gho/ncd/risk_factors/physical_activity_text/en/ (дата звернення 22.02.2023).

ВИСНОВКИ

У монографії розглянуто шляхи та засоби вдосконалення навчально-тренувального процесу при роботі з різним контингентом в окремих видах спорту, а також узагальнений існуючий досвід підготовки фахівців галузі фізичного виховання та спорту та запропоновано способи покращення методики викладання окремих предметів і системи підготовки кадрів в цілому, зроблено певні висновки та надано рекомендації, що можуть бути використані у практичній діяльності та послужити підґрунтям для подальших наукових розробок.

В межах проведеного дослідження:

- здійснено аналіз нідерландської системи навчання плаванню, елементи якої можуть бути запозичені з метою профілактики нещасних випадків на воді і в Україні;
- проведено порівняльний аналіз системи тренувальних зборів спортсменів-параолімпійців з настільного тенісу у різних країнах Європи, що може в подальшому допомогти у пошуку елементів та створенні адекватної моделі тренування збірної команди з тенісу настільного в умовах сучасних викликів;
- узагальнено дані стосовно проблем адаптації юних гандболістів до змін у соціальному та спортивному середовищі, зокрема викликаними початком бойових дій на території України;
- висвітлено шляхи та розробено елементи моделі формування здоров'язбережувальних компетентностей у фахівців фізичної культури і спорту в коледжах та закладах вищої освіти;
- обґрунтовано доцільність використання різних форм та видів дистанційного навчання для фізкультурно-оздоровчої діяльності у закладах вищої освіти в умовах воєнного часу;
- вказано на перспективні шляхи впровадження європейського досвіду цифровізації фізичної культури і спорту в українському освітньому просторі;
- детально та ґрунтовно проаналізовані необхідні складові та компоненти викладання окремих дисциплін в циклах підготовки фахівців галузі фізичної культури та спорту.

Всі розділи монографії є завершеними авторськими дослідженнями.

На думку авторів, висвітлена в монографії інформація розширює теоретичні відомості та забезпечує підвищення ефективності програм підготовки фахівців галузі фізичного виховання та спорту. А надалі результати досліджень стануть потужним ресурсом для у дослідницькій, науковій та практичній діяльності фахівців різних напрямків.

Наукове видання

БРУХНО Едуард Леонідович, БУРКА Олена Миколаївна,
ГЛУЩЕНКО Наталія Володимирівна, ЗАЙЦЕВА Ольга Леонідівна,
ЗАХАРОВА Олена Миколаївна, КОРЖ Наталія Леонідівна,
КУРТА Євген Олександрович, ЛИТОВЧЕНКО Марина Андріївна,
МАЗІН Василій Миколайович, ПОРАДА Оксана Володимирівна,
САВЧУК Олег Олександрович, СМЕТАНІН Сергій Валентинович,
ЧЕРЕДНИЧЕНКО Інна Анатоліївна, ЧУХЛАНЦЕВА Наталія Вікторівна,
ШУБА Віктор Олександрович, ШУБА Вікторія Вікторівна,
ШУБА Людмила Вікторівна

«Фізична культура і спорт: традиції, досвід, інновації»

Колективна монографія

Комп'ютерний набір: *Шуба Л.В.*
Комп'ютерна верстка: *Гринь Д.В.*

Підписано до друку 27.09.2023 Формат 60×84/16. Ум. друк. арк. 7,91.
Тираж 100 прим. Зам. № 728.

Національний університет «Запорізька політехніка»
Україна, 69063, м. Запоріжжя, вул. Жуковського, 64
Тел.: (061) 769–82–96, 220–12–14

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 6952 від 22.10.2019.