

УДК 796:378.091.3:159.942

Омок Г.А.¹, Шуба Л.В.², Маляренко Ю.О.³

¹ к.п.н., доц. НУ «Запорізька політехніка»

² к.п.н., доц. НУ «Запорізька політехніка»

³ студ. гр. УФКС-123 НУ «Запорізька політехніка»

ПСИХОЕМОЦІЙНІ ЗМІНИ У СТУДЕНТІВ ФАКУЛЬТЕТУ УПРАВЛІННЯ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ ТА СПОРТОМ НУ «ЗАПОРІЗЬКА ПОЛІТЕХНІКА» В КОНТЕКСТІ ДУАЛЬНОЇ ОСВІТИ

Анотація. Нами розкрито особливості психоемоційних змін у студентів факультету управління фізичною культурою та спортом НУ «Запорізька політехніка» в умовах впровадження дуальної освіти. Проаналізовано вплив поєднання теоретичного навчання та практичної професійної діяльності на рівень тривожності, емоційної стабільності, мотивації та адаптаційних можливостей студентської молоді. Обґрунтовано педагогічні умови оптимізації освітнього процесу в контексті дуальної освіти з метою збереження психологічного благополуччя студентів. Визначено позитивні та проблемні аспекти реалізації дуальної форми підготовки фахівців у сфері фізичної культури і спорту.

Ключові слова: дуальна освіта, психоемоційний стан, студентська молодь, фізична культура і спорт, професійна підготовка.

Abstract. The report reveals the peculiarities of psycho-emotional changes in students of the Faculty of Physical Culture and Sports Management of Zaporizhzhia Polytechnic National University in the conditions of implementing dual education. The influence of combining theoretical training and practical professional activity on the level of anxiety, emotional stability, motivation and adaptive capabilities of students is analyzed. The pedagogical conditions for optimizing the educational process in the context of dual education in order to preserve students' psychological well-being are substantiated. Positive and problematic aspects of the implementation of the dual form of training specialists in the field of physical culture and sports are identified.

Key words: dual education, psycho-emotional state, students, physical culture and sports, professional training.

Сучасна система вищої освіти України перебуває в умовах активної трансформації, що зумовлює пошук ефективних моделей професійної підготовки майбутніх фахівців. Однією з перспективних інноваційних форм організації освітнього процесу є дуальна освіта, яка передбачає поєднання теоретичного навчання у ЗВО з практичною діяльністю на підприємствах, установах та організаціях відповідного профілю.

Для студентів факультету управління фізичною культурою та спортом дуальна форма навчання набуває особливої актуальності, оскільки забезпечує тісний зв'язок між теоретичною підготовкою та професійною діяльністю у сфері фізичної культури і спорту. Разом із позитивними аспектами така форма організації освітнього процесу супроводжується зростанням психоемоційного

навантаження, що може впливати на емоційний стан, рівень тривожності, мотивацію та адаптаційні можливості студентської молоді.

Актуальним є вивчення психоемоційних змін у студентів, залучених до дуальної освіти, з метою оптимізації освітнього процесу та створення сприятливих психолого-педагогічних умов для їх професійного становлення.

Метою дослідження є аналіз психоемоційних змін у студентів факультету управління фізичною культурою та спортом НУ «Запорізька політехніка» в умовах дуальної освіти.

Основними завданнями є:

1. Визначити особливості психоемоційного стану студентів у процесі поєднання навчальної та професійної діяльності;
2. Проаналізувати вплив дуальної освіти на рівень мотивації, емоційної стабільності та адаптаційних можливостей студентів;
3. Обґрунтувати педагогічні умови оптимізації психоемоційного стану здобувачів освіти.

У дослідженні використано теоретичні та емпіричні методи: аналіз і узагальнення науково-методичної літератури, анкетування, педагогічне спостереження, бесіди зі студентами, методи порівняльного аналізу. Дослідження проводилося серед студентів факультету управління фізичною культурою та спортом НУ «Запорізька політехніка», які навчаються за дуальною формою здобуття освіти.

Аналіз результатів дослідження свідчить, що впровадження дуальної освіти суттєво впливає на психоемоційний стан студентів. Поєднання навчальної діяльності з професійною практикою сприяє формуванню усвідомленого ставлення до майбутньої професії, підвищенню мотивації до навчання та розвитку професійно значущих якостей.

Водночас встановлено, що інтенсивний режим навчання і роботи призводить до зростання рівня психоемоційного напруження, проявів втоми та емоційного виснаження. Частина студентів відзначає підвищений рівень тривожності, пов'язаний із необхідністю одночасного виконання навчальних і професійних завдань, високими вимогами з боку викладачів та роботодавців, а також обмеженістю часу для відновлення. Разом з тим позитивним аспектом дуальної освіти є формування стресостійкості, саморегуляції та відповідальності. Студенти поступово адаптуються до підвищених навантажень, що сприяє розвитку психологічної витривалості та емоційної стабільності. У процесі професійної діяльності вони набувають практичного досвіду, що знижує рівень невизначеності та страху перед майбутньою професійною реалізацією.

Важливу роль у стабілізації психоемоційного стану відіграє організація фізкультурно-оздоровчої діяльності. Регулярні заняття фізичною культурою і спортом сприяють зниженню рівня стресу, покращенню емоційного фону, нормалізації психофізіологічних процесів та підвищенню працездатності.

Особливо ефективними є інтерактивні та ігрові форми занять, елементи фітнес-програм, релаксаційні вправи та дихальні практики.

Дослідження також показало, що позитивний психоемоційний стан студентів значною мірою залежить від педагогічної підтримки, сприятливого соціально-психологічного клімату в академічних групах та ефективної комунікації між викладачами, наставниками на виробництві та студентами. Системна психолого-педагогічна підтримка сприяє зниженню рівня емоційного вигорання та підвищенню задоволеності освітнім процесом. Отже, дуальна освіта має значний потенціал для формування професійної компетентності студентів, однак потребує створення спеціальних педагогічних умов, спрямованих на збереження психоемоційного здоров'я та оптимізацію адаптаційних процесів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Гіроба Б. Вплив фізичної активності на психічне здоров'я та когнітивні функції. *Medycyna Ogólna i Nauki o Zdrowiu*. 2019. № 25(3) С. 153-161. <https://doi.org/10.26444/monz/112259>
2. Пічурін В. Психологічна та психофізична підготовка як фактор особистісної тривожності у студентів. *Педагогіка, психологія, медико-біологічні проблеми фізичного виховання та спорту*. 2015. № 19(3). С. 46-51. <https://doi.org/10.15561/18189172.2015.0307>
3. Han X, Li H, Niu L. How does physical education influence university students' psychological health? An analysis from the dual perspectives of social support and exercise behavior. *Front Psychol*. 2025. № 16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1457165>