

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ МОЛОДІ ТА СПОРТУ УКРАЇНИ
ЧЕРКАСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ТЕХНОЛОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Кафедра фізичного виховання та здоров'я людини

Онопрієнко О.В.
Онопрієнко О. М.

**ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЙНО-ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ ДО
ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ ТА ВИХОВАННЯ
ПАТРІОТИЗМУ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ**

Навчальний посібник



Черкаси – 2025

*Затверджено вченою радою
ЧДТУ, протокол № 10 від 19.05.2025*

Упорядники Онопрієнко О. В., канд. педагог. наук, доцент
 Онопрієнко О. М., канд. педагог. наук, доцент

Рецензенти Артющенко А.О., докт. педагог. наук, професор
 Безкопильний О.О., докт. педагог. наук, професор

Формування мотиваційно-ціннісного ставлення до занять фізичною культурою та виховання патріотизму студентської молоді: Навчальний посібник: посібник [Електронний ресурс] / [упоряд. О.В. Онопрієнко, О.М. Онопрієнко]; М-во освіти і науки України, Черкас. держ. технол. ун-т. – Черкаси : ЧДТУ, 2025. – 119 с. – Назва з титульного екрана. Навчальний посібник. – Черкаси, 2025. – 119 с.

У навчально-методичному посібнику розглянуто актуальні проблеми для успішного формування мотивації до розвитку фізичної активності студентів закладів вищої освіти. Головне завдання викладача фізичного виховання – сформувати позитивний мотив, інтерес і сталу потребу в заняттях фізичними вправами. Розглянуто впровадження в процес організації фізичного виховання новітніх технологій, які мотивують студентів до занять фізичними вправами, не тільки під час навчальних занять, а й у позааудиторний час, сприяє формуванню здорового способу життя.

Особливої актуальності набуває дослідження проблеми реалізації патріотичного виховання в системі підготовки фахівців. В ньому розкриваються зміст та форми організації патріотизму позааудиторної роботи з фізичної культури студентів у системі патріотичного виховання. Розроблений авторський Спецкурс «Педагогічні засади патріотичного виховання в позааудиторній діяльності ЗВО».

Для студентів вищих навчальних закладів та викладачів, які готують учителів фізичної культури.

Навчальне електронне видання
мережного використання

ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЙНО-ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ ТА ВИХОВАННЯ ПАТРІОТИЗМУ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Навчальний посібник
Упорядник **Онопрієнко Олександр Васильович**
Онопрієнко Ольга Миколаївна
В авторській редакції

© О. В. Онопрієнко, О.М. Онопрієнко упорядкування, 2025

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1 ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ.....	7
1.1. Проблема формування фізичної культури студентської молоді.....	7
1.2. Аналіз формування інтересу студентів до занять фізичною культурою	9
1.3. Шляхи підвищення мотивації студентів до занять фізичною культурою	14
1.4. Формування потреб студентів до занять фізичною культурою.....	17
1.5. Формування мотивацій розвитку фізичної активності у студентів.....	19
РОЗДІЛ 2. ПАТРІОТИЧНЕ ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ У СИСТЕМІ ПОЗААУДИТОРНОЇ РОБОТИ	25
2.1. Формування патріотичних рис у студентської молоді: мета і завдання патріотичного виховання.....	25
2.2. Організаційно-педагогічні умови системи патріотичного виховання студентів.....	28
2.3. Зміст та форми організації позааудиторної роботи з патріотичного виховання студентів засобами фізичної культури.....	42
2.4 Реалізації завдань патріотичного виховання студентів у системи позааудиторної діяльності.	51
2.5. Спецкурс «Педагогічні засади патріотичного виховання в позааудиторній діяльності ЗВО».....	53
РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА.....	79
ДОДАТКИ.....	85

ВСТУП

В останні роки в умовах інтенсивного процесу педагогічної освіти фізична активність студентів має тенденцію до зменшення, що негативно позначилося на їх показниках фізичної підготовленості. Підвищивши мотивацію до використання засобів фізичної культури у повсякденному житті, особливо до фізичною культурою як академічним, так і самостійним та вибору обравши відповідні методи, щоб компенсувати брак щоденної рухової активності, визначає важливу роль у оптимізації цієї ситуації.

Фізичний розвиток та здоров'я українських молодих студентів погіршуються все швидше, і зараз це стає життєво важливим. Перспектива сповзання української нації до межі небезпеки з подальшим її фізичним, психічним та моральним виродженням стала цілком реальною.

Нинішня система фізичного виховання в Україні не може повністю задовольнити природні фізіологічні потреби дітей, учнів початкових класів та студентів у фізичних навантаженнях, що призводить до різних відхилень у здоров'ї та фізичному розвитку більшості людей. Причинами поганої фізичної підготовленості та погіршення здоров'я учнів та підлітків є недостатня увага, яку родини, школи, професійно - технічні та вищі навчальні заклади, які мало приділяють увагу фізичному вихованню.

Рухова активність – один з основних факторів, які визначають фізичне здоров'я студентів. Достатній рівень рухової активності молоді є основою нормального фізичного розвитку.

Недостатня рухова активність негативно впливає на більшість функцій організму і є чинником виникнення й розвитку різних захворювань. Відсутність спортивної діяльності сучасних студентів та молоді - явище соціальне, а не біологічне. Тому в даному випадку важлива роль залежить від фізичної активності молоді, але в кінцевому результаті метою є зміна їхнього фізичного стану та отримання нового рівня фізичної підготовленості та здібностей, чого неможливо досягти жодним іншим способом, крім фізичних вправ та заняття спортом.

Вивчення мотивації студентів, структури попиту та інтересу до занять спортом є початковим позитивним показником, який суттєво впливає на спортивну діяльність студентів.

Серед усіх різних рис особистості особливе місце займає мотивація, оскільки вони в основному визначають соціально значущу поведінку в діяльності людини. У зв'язку з цим можна сказати, що в науці питання мотивації є дуже важливим, оскільки ядром особистості є глибоке усвідомлення пробудження людини у формі мотивації та інтересів.

Потреба в русі й фізичному удосконаленні, а головне в зміцненні здоров'я – ось ті психологічні основи мотивації до фізкультурно-оздоровчої діяльності. Під мотивацією до таких занять слід розуміти їхній сенс, мотиви, цілі та емоції. Мотивацію необхідно вирізнити як внутрішню, так і зовнішню, відповідно до людини взагалі. Активний інтерес до занять фізичним вихованням формується в результаті внутрішньої мотивації, котра виникає тоді, коли зовнішні мотиви і цілі відповідають можливостям особистості, тобто є для неї оптимальними (не занадто складними і досить легкими), і коли вона розуміє суб'єктивну відповідальність за їхню реалізацію.

Протягом останніх років багато дослідників зверталися до теми формування інтересу студентів до систематичних занять фізичними вправами і підвищення ефективності фізкультурно-оздоровчих занять зі студентською молоддю. В той же час фахівці продовжують відзначати дефіцит рухової активності студентів, низький рівень фізичної підготовленості і фізичного здоров'я, що свідчить про відсутність педагогічних умов реалізації мотиваційного підходу до організації фізичної культури у вузі.

Особливої актуальності набуває дослідження проблеми реалізації патріотичного виховання в системі підготовки фахівців, тобто окреслення не лише теоретичних засад патріотичного виховання, але визначення прийомів, методів та засобів його реалізації в межах фізичної культури та спорту.

Патріотичне виховання пов'язане із загальним рівнем культури як особистісної властивості, що виявляється в об'єктивному та суб'єктивному

аспектах функціонування. Активні тенденції до впровадження засад патріотичного виховання виявляються у вивченні стану функціонування та загального розвитку інтелектуальної, моральної, емоційно-вольової та ціннісної сфер особистості майбутнього фахівця. Це дає змогу розвивати духовно-моральні цінності, уважне ставлення до власного організму, що має загальносуспільне значення, оскільки виявляється в належності до певного народу, нації, етносу та ін.

У змісті патріотичного виховання майбутнього вчителя доцільно вбачати системний вплив, сутність якого має бути сконцентрованою на переданні й подальше усвідомлення фахівцем національних цінностей, народних традицій, звичаїв, обрядів та патріотичних орієнтирів і переконань. Особливої уваги в контексті дослідження педагогічних засад патріотичного виховання в сучасній освітній парадигмі вищої школи набуває формування системи моральних почуттів, базованої на вірності та відданості Батьківщині.

РОЗДІЛ 1 ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ

1.1. Проблема формування фізичної культури студентської молоді

Стан здоров'я сучасних студентів та молоді – одна з найактуальніших проблем навчання. У «Національній доктрині розвитку освіти України у ХХІ столітті» було визначено, що державна політика спрямовується на забезпечення здоров'я людини при залученні її до фізичної культури і спорту. Також зазначено, що складовою змісту головної мети освіти є духовний, фізичний та інтелектуальний розвиток кожної особистості.

Підкреслюється: держава має забезпечити всебічну турботу про стан здоров'я і фізичне виховання молоді. Поява в Україні ринку праці також визначає деякі вимоги до особистих якостей професіоналів. Сучасні роботодавці (держави чи окремі особи представники приватних компаній) прагнуть до того, щоб сучасна людина були не тільки висококваліфікованим спеціалістом у певних галузях, але й здатними витримувати (відповідно до конкретних професій) фізичний та інтелектуальний навантаження. Іншими словами, здоров'я спеціаліста відіграє важливу роль у його працевлаштуванні.

Саме в студентські роки досить серйозно перед молоддю постає проблема «успішності життя» і, на думку багатьох науковців, сьогодні спостерігається занепокоєння молоді, зокрема студентів, своїм професійним майбутнім. Особливо починають хвилюватися ті, хто вже знають про погіршення власного стану здоров'я.

А.В. Дзюбанов зазначає, досліджуючи стан здоров'я студентів, що тільки 50 % студентів займаються руховою активністю в обсязі 2-3 години на тиждень. Але майже 45 % взагалі не займаються ні в секціях, ні в стінах університету. Участь молоді у фізкультурній діяльності зменшується на всіх вікових рівнях. Науковець також зауважує: до 2021 року тільки 40 %

чоловіків та 30 % жінок регулярно займаються фізичними вправами. Ці негативні тенденції з зростанням віку людини збільшуються.

Структура фізичної культури студентів складається з трьох самостійних блоків: фізичне виховання, студентський спорт та активне дозвілля. Освіта є пріоритетом для молоді у сфері фізичного виховання.

Мета фізичного виховання у закладах вищої освіти – сприяти підготовці високоякісних фахівців із гармонійним розвитком. При вивченні курсу фізичного виховання у закладах вищої освіти передбачається розв’язання наступних завдань:

- знання і дотримання основ здорового способу життя;
 - знання основ організації та методики найбільш ефективних видів і форм раціональної рухової діяльності й уміння застосовувати їх на практиці;
 - знання основ методики оздоровлення і фізичного вдосконалення традиційними й нетрадиційними засобами та методами фізичної культури;
 - знання основ професійно-прикладної фізичної підготовки й уміння застосовувати їх на практиці;
 - знання основ фізичного виховання різних верств населення;
- прищеплення стійкої звички до щоденних занять фізичними вправами з використанням різних раціональних форм;
- систематичне фізичне тренування оздоровчої або спортивної спрямованості;
 - виконання нормативів професійно-прикладної психофізичної підготовленості;
 - інформування про головні цінності фізичної культури і спорту.

Мета фізичної освіти – задовольнити об’єктивну потребу студентів в освоєнні системи спеціальних знань, набутті професійно значущих умінь і навичок. Відповідно до ст. 30 «Кадрове забезпечення фізичної культури і спорту» Закону України «Про фізичну культуру і спорт», вести оздоровчу роботу також вести педагогічну та навчальну, тренувальну у сфері фізичної

культури, якщо вони здобувають спеціальну освіту і за наявності диплома, посвідчення які видані акредитованими ЗВО.

1.2. Аналіз формування інтересу студентів до занять фізичною культурою

Організаційна структура ЗВО та процес суттєвої трансформації активізували її гуманістичну функцію, і її реалізація знаходить своє відображення у розвитку особистості майбутнього учителя. Важлива роль у цьому розвитку належить фізичному вихованню як цілому процесу. Відповідно, необхідно створити умови для формування фізичної культури студентів.

Найефективніший спосіб вирішення цієї проблеми - вивчення резерву фізичної активності особистості людей молодого віку як суб'єкта навчання та освітнього процесу. Одним з основних джерел особистої діяльності є мотивація, яка забезпечує ефективне спрямування та суб'єктивну цінність процесу фізичної культури. У зв'язку з цим формування сучасної педагогічної фізичної культури - це перш за все питання виховання позитивного ставлення до неї.

Аналіз освітньої практики вищих шкіл показує, що найслабшою ланкою є формування у студентів активного ставлення до фізичного виховання. Негативні явища у цій сфері зберігають тенденцію, яка проявляється у декларативній та достовірній поведінці та ставленні до фізичного виховання, а також відображається на здоров'ї та на і фізичному розвитку студентів.

У педагогічному словнику «інтерес визначається як активна пізнавальна спрямованість людини на той або інший предмет чи явище. Ця спрямованість пов'язана з позитивним емоційним ставленням до пізнання об'єкта або оволодіння тією чи іншою діяльністю».

Однією з основних характеристик інтересу, це процес діяльності та її результати важливості для їх задоволення. Глибина інтересу та ступінь його

задоволеності безпосередньо залежать від того, скільки видів діяльності стали надбанням людей та засобом для реалізації особистості.

Розвиток інтересів поділяється на три рівні. Нижчий, елементарний рівень розвитку інтересів - це прямий інтерес до нових фактів та нової діяльності. Водночас існує емоційне пізнавальне ставлення до предмета, явища та діяльності, причому таке ставлення виникає у формі ситуативного досвіду. Якщо ми не створимо умов для стимулювання позитивного настрою, інтерес далі не розвиватиметься і може згаснути. Студенти та молодь часто мають низький інтерес до фізичної культури на ранніх етапах навчання, що є результатом недостатньої шкільної освіти.

Середній рівень розвитку інтересів спонукає молодь вивчати основні атрибути предметів чи видів діяльності. Це вимагає від студентів активного пошуку та використання отриманих знань та рухових навичок. Оскільки вчитель стимулює позитивні емоції, пов'язані з фізичними вправами, інтерес розвивається до цього рівня. Це пов'язано з посиленням пізнавальної діяльності студентів на заняттях фізичної культури, це рішення заохочує мислення та докладає зусиль до фізичної та вольової діяльності. Такі заходи, спрямовані на поліпшення організму, принесуть добрі емоції, деякі позитивні переживання узагальнюються і трансформуються в емоційно позитивне ставлення до процесу фізичного виховання.

Розвиток інтересів на високому рівні не тільки заохочує молодь до регулярних вправ, але й спрямовує їхню пізнавальну діяльність на встановлення залежності та причинно-наслідкового зв'язку між обсягом і змістом його фізичних вправ та результатами, яких він досяг у фізичному розвитку.

Під впливом інтересів високого рівня студент виявляють оригінальність, креативність та наполегливість у досягненні цілей. Стабільні інтереси високого рівня представляють особисті емоції та когнітивну орієнтацію. В результаті змінився особистий спосіб життя. Наприклад, сильний інтерес до спорту заохочує молодих людей розвивати та

дотримуватися певних щоденних звичок та розумно використовувати свій вільний час.

Інтерес до фізкультурної діяльності має вікові відмінності, оскільки з віком змінюються мотиви, які спонукають до занять фізичною культурою.

Одним завданням є процес до стимулювання та активізація інтересу до спортивної культури, адже без такого роду психологічного механізму неможливо здійснити мотивацію та емоційний розвиток людини у фізкультурну діяльність.

Вирішення цієї проблеми переплітається з двома основними завданнями підготовки молоді до професійної діяльності та організації самостійного життя:

по - перше, заохочувати студентів до роздумів та розкриття важливості до професійного розвитку спортивної діяльності та особистісного розвитку;

по-друге, у на цій основі заохочувати та підтримувати таке ставлення до всіх структурних компонентів фізкультурної діяльності.

Це ставлення буде сповнене бажання самостійно оволодіти інформацією та матиме змогу вільно використовувати набуті спортивні знання для роботи, вміннями та навичками, реалізовувати їх у практичній діяльності. Реалізація цих завдань в якійсь мірі забезпечує взаємозв'язок навчання та розвитку, показником форм є вираження фізкультурного інтересу.

У навчальному процесі активізація спортивного інтересу відбувається переважно з трьох аспектів, а саме: змісту методичного матеріалу, навчальної та позааудиторної фізкультурної діяльності. У літературі також зазначено деякі об'єктивні психологічні та навчальні умови, які стимулювали виникнення, зміцнення та розвиток спортивного культурного інтересу.

Т.С. Пличинда у своїй роботі зазначає, «... що стимуляція виступає єдиним способом активізації фізкультурного інтересу, принаймні відомим з огляду психолого-педагогічної літератури. Вона необхідна у навчальному процесі, оскільки окремі навчальні дії і фізкультурна діяльність в цілому

відбувається в сучасній практиці при спонуканні зовнішнього плану, тобто під впливом стимулів. На практиці завдання полягає в майстерності викладача щодо впровадження системи стимулів у колективі групи та виборі найбільш ефективних стимулів щодо конкретних студентів».

Мотиваційний аспект навчання та виховання викликав інтерес у багатьох дослідників, так Т.Ю. Круцевич та інші автори довели, що змістовні аспекти діяльності багато в чому визначають характер та напрямок діяльності та її результати.

Вчені виділяють такі класифікації потреб: по сферах діяльності; характеру (матеріальні, духовні, естетичні тощо); функціональній ролі (домінуючі і другорядні, стійкі й ситуативні); суб'єктові (індивідуальні, групові, суспільні).

Дослідження експертів довели відмінні вікові особливості мотивації та інтересу, і ці характеристики необхідно враховувати при формуванні мотивації різних груп населення. Відповідно до цієї думки, необхідно змінити процес фізичного виховання з урахуванням інтересів кожного учасника, при цьому враховуючи індивідуальні особливості студента, зміст рухової активності повинен відповідати ритму та основним законам вікового розвитку. Цілеспрямовано трансформувати потенціал організму.

Діяльність студента в сфері фізичної культури відображає суспільно значущі потреби у фізичному вдосконаленні. Потреба постає як стан особистості, завдяки якому регулюється її поведінка, визначаються дії мислення, почуттів, волі, свідомості. Виховання їх обумовлюється як одне з головних завдань вищої школи при формуванні особистості студента.

Визначення реалізації потреб рухової активності має непрямий вплив на задоволення інших потреб молоді, а саме: біологічного суспільства (здоров'я); соціальної психології (спілкування, самореалізація, самоствердження, соціальна значимість) тощо.

Усвідомлення необхідності занять спортом стало вибіркоким інтересом. Виникнення інтересу молоді стимулювало бажання діяти та

формувало мотивацію поведінки підлітків. Однак мотивацію слід відрізняти від свідомих цілей та намірів. Цілі молодого студентського спорту можна поділити на довгострокові та короткострокові.

До перспективних слід віднести: самоактуалізацію, забезпечення ефективних форм відпочинку, соціальне визнання, авторитет, виховання вольових якостей, відчуття прекрасного, професійну і суспільну діяльність у сфері фізичної культури, рухову активність з її емоційними компонентами спілкування.

Для того, щоб стимулювати навчальну мотивацію студентів, необхідно виявити стимули, які часто виступають у ролі прямої поведінки. Стимул часто є короткочасним, але безперервна мотивація у фізичному вихованні набуває цінність. У фізичну оздоровчу роботу коледжів та університетів необхідно включати сприятливі умови, необхідні для регулярних фізичних вправ.

До об'єктивних умов формування потреби слід віднести у тому числі надання студентам можливості вільно вибирати види фізичної культури, форми занять, що проводяться, наявність необхідного вільного часу для занять. Крім того, це включає наявність високоякісних вчителів, обладнання, розташування спортзалу та характер навчальних курсів.

Суб'єктивні умови включають звички, ставлення, переконання, рівень здоров'я, вікові та статеві особливості організму, умови розумової діяльності, зайнятість тощо. При формуванні потреб фізичного виховання дуже важливими є матеріальні умови та загальний освітній рівень молоді.

Водночас вчителі недооцінювали роль виховних моментів, інформаційно-пропагандистських, цілеспрямованої діяльності по зміні стосунків, що склалися та стереотипів. Зацікавити студента в заняттях фізичною культурою можна двома шляхами – впливаючи цілеспрямовано на окремі мотиви та мотиваційну сферу в цілому.

Для виховання в особистості студента такої якості необхідна гнучка методологія освітнього процесу, що базується на законах особистісно

орієнтованого і диференційованого навчання. Це вимагає внесення змін до змістовних компонентів вищої освіти та їх корекції, переходу на принципи гуманізації освіти.

Тому ефективність всієї фізкультурно-оздоровчої роботи зі студентами залежить від створення педагогічних умов, які сприяють формуванню мотивації до занять фізичними вправами, враховують їхні інтереси та схильності до занять різними видами спорту, спрямованих на підготовку до майбутньої професійної діяльності.

1.3. Шляхи підвищення мотивації студентів до занять фізичною культурою

Підвищенню зацікавленого ставлення студентів до занять фізичною культурою присвячена велика кількість наукових праць. Одним з напрямів сучасної системи освіти є орієнтація на включення студентів в самостійну творчу діяльність. У фізичному вихованні такою формою діяльності є фізичне самовиховання. Включення студентської молоді в самостійні заняття фізичною культурою передбачає спільну активну діяльність педагога і студента.

Зміцнення гуманістичних основ фізичної культури студентів обумовлене:

- розробкою педагогічних критеріїв оцінки сформованості культурного потенціалу молоді;
- диференціацією фізкультурної освіти з урахуванням суспільних потреб та індивідуальних особливостей молоді;
- науковим обґрунтуванням шляхів підвищення ефективності використаних фізкультурно-освітніх технологій, що забезпечують посилення ролі виховання як способу формування стійких потреб молоді до самоосвіти.

М.М. Булатовою і А.Т. Литвиновим здійснена систематизація засобів рухової активності, проаналізована їх ефективність, представлені оптимальні моделі рухової активності для різних груп населення, у тому числі і для

студентів. В основу розроблених моделей оптимальне поєднання різних видів рухової активності (побутової, оздоровчої і рекреаційно-оздоровчого спорту) органічно пов'язане із вимогами здорового способу життя різних груп населення. На думку авторів, перспективи корінної зміни системи фізичного виховання населення України пов'язані з визначенням його як однієї з необхідних складових здорового способу життя, що забезпечує повноцінне здоров'я, фізичне, психічне, соціальне, емоційне, духовне благополуччя людини.

Впровадження різних видів фізичної культури в освітній процес низки вузів впродовж декількох років показало свою ефективність, що підтверджується значним підвищенням активності студентів у використанні різного роду фізичних вправ впродовж всього періоду навчання у вузі.

Л.І. Лубишева вважає, що важливими аспектами оновлення педагогічної системи, а фізичної культури зокрема, повинні стати інноваційні підходи на усунення основних причин, що породжують деформоване ставлення до загальнолюдських цінностей фізично культури. Для цього необхідно:

- здолати педагогічний авторитаризм в системі фізичного виховання, відродити демократичні традиції вузу, регіону, в тому числі і спортивні традиції;
- здолати зростаюче відмежування системи фізкультурного виховання і розвитку особистої культури від громадського життя, будувати нові стосунки між педагогами і студентами на основі співдружності та довіри;
- скасувати в системі фізичного виховання стандартизацію навчальних програм, використовувати варіативність навчально-тренувального процесу, творчість та ініціативу викладачів й студентів.

Результати соціологічних досліджень засвідчують, що найбільшою популярністю у студентської молоді користуються фізичні вправи оздоровчо-рекреаційної спрямованості, а потім спортивно-масова діяльність і фізкультурна освіта.

Пріоритет оздоровчо-рекреаційної діяльності в образі життя молоді пояснюється особливим ефектом і неповторною можливістю значного підвищення загального рівня працездатності, переключення з одного виду діяльності на інший, той який сприяє підвищенню успішності і творчої активності студентів. Відносно вільна форма занять фізичною рекреацією вирішує переважно оздоровчі завдання. Цьому сприяють різні форми її проведення, які допускають зміни характеру і змісту фізичних вправ залежно від мотивів, інтересів та потреб студентів у фізкультурній активності.

Прийняття фізичну культури як основи інших культурних форм слід розглядати як дуже важливе питання, це становище займає здоров'я, фізична підготовленість та фізична досконалість у системі цінностей людини, різних соціальних групах, які намагаються цілеспрямовано вплинути на свій фізичний стан.

Внаслідок цього, незважаючи на проголошені у базовій програмі цілі і завдання, безпосередня робота зі студентами й досі має загально фізичну спрямованість. Внаслідок цього студентами складно усвідомити полі функціональний вплив відповідних занять на їх особистісний а професійний розвиток. Безпосередні спостереження та отримані науковцями дані свідчать, що значна кількість студентів має до цієї дисципліни негативну мотивацію.

Тому першочерговим завданням сучасних викладачів вищої освіти є формування у студентів ставлення, яке цінує фізичну культуру та спорт, і це ставлення охоплює всі потенційні можливості для цієї діяльності.

Тому необхідно враховувати такі напрямки впливу дисципліни на студента у навчальному процесі: особистісного, активізуючого, професійного, релаксуючого, профілактичного, соціального тощо.

Для цього спочатку необхідно зрозуміти сучасні чинники, що визначають ставлення учнів до предмета «Фізичне виховання», а по - друге, зосередитися на дослідженні системи детермінант, що визначають ставлення студентів до різноманітних видах спорту та фізичної культури, по - третє,

визначити відповідний зміст викладання та методику курсу «Фізичного виховання» на основі аксіології.

1.4. Формування потреб студентів до занять фізичною культурою

Важливим у процесі формування потреби фізичного вдосконалення на нашу думку є використання різноманітних засобів та методів організації студентів на практичних заняттях. Тому в основу формувального етапу експерименту було покладено різні форми та методи навчальної роботи з метою визначення її можливостей в активізації студентів до занять фізичними вправами. Для урізноманітнення засобів і методів проведення заняття застосовувались фронтальний, груповий і коловий методи проведення занять. Для розвитку фізичних якостей використовувались різноманітні комплекси вправ, які періодично змінювались.

Застосування ігрового та змагального методів на етапі вдосконалення вивчених рухів. Регулярне використання ігор підвищує інтерес до занять фізичною культурою. Тому кожне заняття в експериментальній групі закінчувалось короткочасною рухливою грою або вправами змагального характеру.

Забезпечення чіткого, точного, глибокого розуміння студентами значення кожної теми заняття, розділу програми. Викладач за допомогою мотивувань переконував вихованців в особистому і суспільному значенні кожної навчальної теми, розділу програми та фізичного виховання в цілому.

Постановка конкретних посильних для студентів завдань навчання і тренування. В основу цього покладено принцип диференційованого підходу, згідно з яким, при виконанні навчального завдання студенти, в залежності від встановлених норм або показаних один відносно одного результатів, умовно поділялись на три групи – сильну, середню та слабку. Це дозволяло розподіляти кожній групі єдині за обсягом та ступенем напруги навчальні завдання, що наближало їх до можливостей кожного студента в умовах групового навчання.

Використання нестандартного інвентарю та обладнання при опануванні навчальних тем. При великій кількості студентів у групі і значній завантаженості спортивної зали, складно, в методичному плані, забезпечити максимальну зайнятість кожного студента на занятті. Тому для вирішення цього завдання на заняттях з фізичного виховання з максимальною ефективністю використовувались нестандартні прилади групового та індивідуального використання.

Виконання фізіологічних дослідів та спостережень, пояснення студентам фізіологічної суті і значення вправ, що виконуються. Студенти повинні на власному досвіді переконатися в корисній дії фізичних вправ, оздоровчих програм та рухових режимів, у значенні фізичних вправ для формування правильної постави, зміцнення здоров'я, підвищення працездатності і життєдіяльності організму людини. Досліди та спостереження узгоджувались із програмою з фізичного виховання, проби та тести були простими, доступними, щоб їх наслідки могли пояснити самі студенти. Фізіологічні дослідів й спостереження за змістом та призначенням умовно поділялись на три групи: фізіологічне обґрунтування теорії і практики фізичної культури в становленні особистості; визначення функціональних можливостей організму, працездатності; проведення спостережень і виховання навичок самоконтролю.

Проведені дослідження підтверджують значну роль як фізичної так і психофізіологічної підготовки у навчально-виховному процесі студентів можуть слугувати основою для розробки навчальної програми, а саме визначають необхідний обсяг часу для розвитку фізичних та психофізіологічних здібностей майбутніх фахівців. Розроблені й апробовані в процесі педагогічного експерименту заходи формування мотивації студентів до рухової активності дозволили не тільки збільшити її рівень (за визначеними нами видами), а й підвищити ефективність всього навчально-виховного процесу, досягнути більш високого рівня освіченості студентів експериментальної групи у сфері фізичного виховання.

1.5. Формування мотивацій розвитку фізичної активності у студентів

Фізична активність людини вважається одним із найважливіших природних організаторів здорового способу життя. Основи фізичної культури закладаються в ранньому дитинстві, інтенсивно розширюються і поглиблюються в юнацькі роки, і, формуючись в культурні навички, закріплюються в молодому віці. У закладі вищої освіти за рахунок оптимізації навчального матеріалу, професійної майстерності викладача, інтенсифікації процесу фізичного виховання досягається підвищення мотивації до фізичного самовдосконалення та формування свідомого й активного ставлення студентів до занять фізичними вправами. Зміни цільової спрямованості фізичного виховання, суть якого зводиться до формування фізичної культури особистості, вимагає врахування інтересів і потреб студентів у сфері особистого фізичного і духовного вдосконалення. Створення ефективної системи фізкультурно-оздоровчої діяльності сприятиме зміцненню здоров'я студентів, компенсуватиме дефіцит необхідного обсягу добового руху, необхідного їм для нормального фізичного розвитку. Для підвищення ефективності фізичного виховання необхідно педагогічний процес спрямувати на формування здорового способу життя студентів. Фізичне виховання – один із важливих засобів різнобічного та гармонійного розвитку студентської молоді, підвищення її фізичної підготовленості.

Заняття фізичною культурою і спортом сприяють формуванню у студентської молоді здорового способу життя, а також духовному і фізичному розвитку. Фізичні вправи позитивно впливають на здоров'я, підвищують нервово-психічну стійкість до емоційних стресів, підтримують високу фізичну і розумову працездатність. Тому формування у студентів активної позитивної мотивації до занять фізичною культурою та спортом має стати одним із перспективних напрямів роботи закладів вищої освіти.

Значна кількість досліджень із проблеми організації процесу фізичного виховання у закладах вищої освіти вказує на необхідність пошуку сучасних засобів, нових технологій, які зможуть підвищити рівень мотивації студентів до занять фізичними вправами, будуть націлені на формування в них високої культури здоров'я, розвитку фізичних якостей. Велика увага вчених приділяється проблемі мотивації при виборі засобів фізичної підготовки, які могли б сформувати стійкий інтерес до занять на тривалий термін. При цьому відмічається, що ефективність занять фізичною культурою і спортом залежить також від різних соціальних чинників.

Для актуалізації мотивів фізкультурно-спортивної діяльності студентів викладачам фізичної культури рекомендується регулярно і уважно вивчати потреби студентів у галузі фізичної культури; збільшити кількість спортивних секцій з найбільш популярних видів спорту серед студентів; оптимізувати час для занять фізкультурою спортом у межах навчального розкладу. Урахування індивідуальних норм рухової активності є одним з істотних факторів формування мотивації до занять із фізичного виховання студентів. Модернізація системи фізичного виховання студентів на основі особистісно орієнтованого вибору рухової активності сприяє підвищенню інтересу студентів до навчально-виховного процесу, дозволяє покращити рівень здоров'я, фізичної підготовленості, забезпечує залучення студентів до систематичних занять фізичними вправами і спортом, формує у них потреби у фізичному розвитку, сприяє підвищенню розумової працездатності та покращенню показників навчальної діяльності. Для успішного формування мотивації до розвитку фізичної активності студентів закладів вищої освіти необхідно застосовувати комплекс спеціальних засобів і методів, які відповідають індивідуальному, диференційованому та особистісно орієнтованому вибору студентом подальшої діяльності. Це формуватиме в них позитивне ставлення до занять фізичною культурою та спортом.

Але велику увагу, звичайно, потрібно приділити позааудиторним формам занять, зокрема відвідуванню студентами навчальних секцій

спортивного виховання з обраних видів спорту. Бажання займатись у таких секціях виявили 58 % опитаних нами студентів. Ми вважаємо, що це створює гарні передумови для ефективної навчально-виховної діяльності. Основне завдання таких секцій – залучення студентів до систематичних занять спортом. Тренери-викладачі під час занять у секціях намагаються сприяти спортивному вдосконаленню студентів з обраного виду спорту, готують їх до участі в змаганнях, допомагають набути знань і навичок інструкторської роботи та суддівства змагань.

Головне завдання викладача фізичного виховання – сформувати позитивний мотив, інтерес і сталу потребу в заняттях фізичними вправами. Мотивація стає ефективнішою у поєднанні зі стимулюванням. Стимулом може виступати як оцінка, так і залік, подяка, відзнака словом.

Мотивація до фізичної активності – особливий стан особистості, спрямований на досягнення оптимального рівня фізичної підготовленості та працездатності. Систематичні тренування є важливою запорукою нормального фізичного і духовного розвитку молоді в умовах фізичних навантажень і професійної діяльності, обов'язковою умовою виховання пріоритетних орієнтацій на здоров'я, мотиваційним стимулом до регулярних самостійних занять фізичними вправами.

Першочергового значення набуває формування у студентів переконання в необхідності регулярного використання різноманітних форм фізичного виховання і спорту. Ефективність мотивації студентів тісно пов'язана з компетентністю педагога як керівника навчальним процесом і з його відповідною психолого-педагогічною кваліфікацією. Важливу роль у фізичному вихованні та самовихованні людини відіграє засвоєння нею всієї суми знань, які необхідні для його правильної реалізації. У студентському віці завершується процес найбільш інтенсивного освоєння основ фізкультурного знання. Юнаки та дівчата повинні володіти прийомами вивчення рухів і вдосконалення ключових елементів спортивної техніки, знати прийоми аналізу техніки фізичних вправ. Кількість відомих

тренувальних вправ повинна бути досить велика, а методи їх використання добре засвоюваними. Студенти повинні вміти самостійно скласти програму тренування з метою розвитку основних сторін свого фізичного потенціалу. Для них не повинно складати особливих труднощів використання нових, раніше невідомих тренажерів після ознайомлення з інструкціями та методичними вказівками. Вони повинні вільно володіти фізкультурною та спортивною термінологією, знати поточне спортивне життя міста, країни, цікавитися міжнародними спортивними подіями.

Основні завдання формування фізичної активності студентської молоді полягають у тому, щоб надати студентам знання і сформувати мотивації дотримання здорового способу життя; сформувати стійку звичку до щоденних занять фізичними вправами, використовуючи різні раціональні форми; проводити систематичні фізичні тренування з оздоровчою або спортивною спрямованістю; інформувати студентів про головні цінності фізичної культури і спорту; здійснювати діагностику і корекцію формування рухових компетенцій студентів у процесі фізичного виховання у вищих закладах освіти. Ефективне вирішення цих завдань можливе в разі застосування у процесі фізичного виховання диференційованого підходу, який зумовлений різним складом студентів за інтересами та мотивами.

В теорії і практиці фізичного вдосконалення студентів основною формою фізичного виховання студентів є навчальні заняття з фізичної культури. Усі форми занять поділяють на урочні і позаурочні. Урочною формою занять передбачається виконання навчально-виховного процесу під безпосереднім керівництвом викладача, позаурочною – як за участю викладача, так і самостійно (ранкова, вступна, атлетична гімнастики, самостійні індивідуальні заняття, секційні заняття, змагання тощо).

Першочергова роль в організації заняття відводиться багатогранній діяльності викладача, який ставить перед студентами конкретні завдання і створює відповідні умови для їх виконання. Окрім того, викладач здійснює спостереження за діяльністю студентів, оцінює і корегує їх дії, дозує

навантаження за обсягом та інтенсивністю. Досягненню високої ефективності кожного заняття сприяє глибоке знання викладачем теорії і методики його проведення. Якщо заняття результативне, викликає інтерес і задоволення студентів, має інструктивну спрямованість, тоді воно стає основним фактором виховання в студентів стійкої звички займатися фізичною культурою і спортом у різних формах.

Неодмінною умовою ефективності є необхідність досягнення оптимальної рухової активності всіх студентів упродовж кожного заняття. Показовим для сучасного ефективного заняття з фізичної культури є розмаїтість організаторських форм, засобів, методів і прийомів, які використовує викладач. Побудова особистісно орієнтованої системи фізичного виховання студентів, спрямованої на формування особистої фізичної культури, буде більш ефективною за умов організації конструктивного спілкування між викладачем та студентами, стимулювання суб'єктності юнаків і дівчат, а також забезпечення переходу фізичного виховання студентів у фізичне самовиховання.

Кінцевим результатом навчально-тренувальної діяльності студентів є набуті на заняттях фізкультури знання, вміння і навички, а також зміни функціонального стану органів і систем (негайні тренувальні ефекти), які лежать в основі змін фізичного і психічного стану студентів (кумулятивний тренувальний ефект, натренованість, підготовленість, спортивна форма). Впровадження в процес організації фізичного виховання новітніх технологій, зокрема особистісно орієнтованих, мотивує студентів до занять фізичними вправами, оптимізації власної рухової активності не тільки під час навчальних занять, а й у позааудиторний час, сприяє формуванню здорового способу життя.

Для молодих людей важливим мотивом може залишатися прагнення до високих спортивних досягнень. При цьому успіх у матчевій зустрічі між студентами різних факультетів для особистості не менш значний, ніж перемога професійного спортсмена на міжнародних змаганнях. З метою

формування мотивації до фізичного самовдосконалення студентів необхідно, щоб пропоновані технології фізичного виховання застосовувалися не тільки в освітньому просторі навчального закладу, а й у позанавчальний час.

Самостійні заняття фізичними вправами, куди повинні увійти ранкова гігієнічна гімнастика, туристичні походи і екскурсії, оздоровчий біг і ходьба, спортивні ігри, лижні прогулянки, катання на велосипеді, заняття аеробікою, плаванням, на тренажерах тощо, повинні знайти практичне впровадження в побут студентства. Самостійні заняття мають велике виховне значення, викликають інтерес до спортивної діяльності, виховують ініціативу, критичне відношення до своїх успіхів і недоліків. В процесі цих занять підвищується дисциплінованість студентів.

Планування таких самостійних занять здійснюється за безпосередньої участі викладачів із фізичної культури. Заняття в спортивних секціях є однією із форм самостійних занять фізичною культурою, формою самовираження та самоствердження студента, визначаючи спосіб його життя, загальнокультурні й соціально значущі пріоритети. Заняття в спортивних секціях дозволяють студентам вирішити або оптимізувати визначені проблеми, крім того, систематичні заняття спортом – ефективний засіб удосконалення ціннісних орієнтацій молоді, її моральних якостей та реального способу життя.

Мотивація для занять студентів у спортивних секціях засновується на прагненні поліпшити свої спортивні досягнення, досягнути певного рівня, випередити в своїх спортивних досягненнях суперника. Прагнення бути кращим серед себе подібних – це потужна мотивація для самостійних занять фізичними вправами та спортом.

Комплексне використання всіх форм фізичного виховання повинно забезпечити впровадження фізичної культури у повсякденне життя студентів, досягнення оптимального рівня їх фізкультурної активності.

РОЗДІЛ 2. ПАТРІОТИЧНЕ ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ У СИСТЕМІ ПОЗААУДИТОРНОЇ РОБОТИ

2.1. Формування патріотичних рис у студентської молоді: мета і завдання патріотичного виховання

Формування *патріотичних вмінь*, тісно пов'язується з участю юнацтва у різноманітних іграх соціально-патріотичного спрямування, самоврядуванням, відвідуванням різноманітних клубів і груп, громадських юнацьких об'єднань. У такий спосіб вони вчаться утверджуватися як громадяни своєї Вітчизни. Проте цей напрям має доповнюватися участю старшокласників у позакласних формах пошукової діяльності патріотичного спрямування, у *предметно-перетворювальній діяльності* по збереженню пам'яток минулого, унікальних куточків регіону та ін.

Сучасне українське патріотичне виховання своїм світоглядним орієнтиром обирає українську загальнодержавну ідеологію, що втілює в собі поняття патріотизму, державотворення, державозахисту, громадянськості, прагнення до єдності і злагоди тощо. Шлях до успіху в сучасному українському патріотичному вихованні пролягає, найперше через основні національні цінності: Українську ідею, державну незалежність України, самопожертву в боротьбі за свободу нації, патріотизм та готовність до захисту Батьківщини, єдність поколінь на основі віри в національну ідею, почуття національної гідності, історичну пам'ять, громадську національно-патріотичну активність, пошану до державних та національних символів, до Державного Гімну, Герба і Прапора, Конституції України, любов до рідної культури, мови, національних свят і традицій, орієнтацію власних зусиль на розбудову Української держави і розвиток народного господарства, прагнення побудувати справедливий державний устрій, протидію антиукраїнській ідеології, готовність постати на бік народів, які борються за національну свободу, сприяння розвитку духовного життя українського народу та через основні громадянські цінності: прагнення до соціальної

гармонії, відстоювання соціальної та міжетнічної справедливості, культуру соціальних і політичних стосунків, пошану та рівність громадян перед законами, пріоритет ідеї громадянськості над ідеєю держави, права людини – на життя, власну гідність, безпеку, приватну власність, рівність можливостей тощо, суверенітет особи – право на свободу думки, совісті, вибору конфесії, участі у політичному житті, проведенні зборів, самовираження тощо, готовність до захисту власних прав і свобод, пошану до національно-культурних цінностей інших народів, повагу до демократичних виборів і демократично обраної влади, толерантне ставлення до чужих поглядів, якщо вони не суперечать абсолютним і національним цінностям, пошану до праці як до головного джерела суспільного добробуту.

Правильно організоване патріотичне виховання формує повноцінну, цілісну особистість, індивідуальність, яка цінує свою національну і особисту гідність, совість і честь. Так формується національний характер.

Виховання у студентів патріотизму поєднує в собі завдання пізнавального і виховного змісту. Для формування у студентів патріотичних почуттів необхідно передусім враховувати їхній світогляд, знання, отримані зі школи, коригувати уявлення про суспільні явища і події. Як зазначає О.Леонтьєв, знання і думки, засвоєні мисленням, можуть не стати надбанням самої людини. Для виховання патріотичних почуттів поряд із збагаченням студентської молоді певною інформацією та уявленнями необхідно впливати на її почуття, формувати в них. Зокрема, виховання у молоді патріотичних почуттів, крім формування уявлень про суспільні явища і норми поведінки, включає і формування звичок громадської поведінки відповідно до цих уявлень.

Підтвердженням такого висновку є психологічні дослідження, якими доведено, що формування уявлень і понять про патріотичні вчинки й почуття та вироблення звичок патріотичної поведінки залежать від різних факторів. Основою таких уявлень є накопичення досвіду, знань і переживань, враження

про пережиті почуття, залишені в пам'яті образи людей, їхні вчинки і якості. емоційно-позитивне ставлення до суспільних явищ, фактів, подій.

Ідея патріотичного виховання з давніх часів і до сьогодні зберегла свою актуальність. Відродження патріотизму – нагальна проблема сучасного українського суспільства. Нова соціальна ситуація потребує переосмислення провідних теоретико-методологічних підходів до патріотичного виховання, мети, завдань, змісту та технологій їх реалізації.

Метою патріотичного виховання студентської молоді вважається становлення майбутніх фахівців як громадян-патріотів України, тих, котрі повинні бути єдиними у прагненні бачити її сильною, могутньою, незалежною державою, готовими стати на захист істинної демократії та національних інтересів свого народу.

Мета патріотичного виховання студентів конкретизується через систему виховних завдань, а саме:

- формування у молодій людини патріотичних понять, уявлень, поглядів, переконань, національної самосвідомості, яка складається з любові до рідної землі, свого народу, мови, культури, історії, традицій, здатності ідентифікувати себе з українським народом;

- формування уявлень і понять про патріотичні вчинки і поведінку та вироблення звичок патріотичної поведінки через збагачення краєзнавчою інформацією, розширення світогляду та формування емоційно-позитивного ставлення до суспільних явищ, фактів, подій, почуття громадянського обов'язку, відповідальності за долю країни;

- виховання почуття національної гідності і гордості за свою Батьківщину, коригування уявлення про суспільні явища і події, норми поведінки, формування звичок громадської поведінки відповідно до цих уявлень, дисциплінованості, толерантності, відмова від почуття національної меншовартості, що втілювалося в понятті поваги до “старшого брата”;

- розвиток відчуття причетності до розбудови національної державності та відповідальності за майбутнє своєї країни, потреби у постійному

самоствердженні з метою власного духовного й інтелектуального зростання, що сприяє прогресу самого суспільства;

– утвердження принципів загальнолюдської моралі у поєднанні з моральним кодексом українців, прихильність до національних та загальнолюдських цінностей, почуття національної гідності та гордості.

Цими завданнями визначається зміст патріотичного виховання студентської молоді.

Підводячи підсумки, є всі підстави зробити висновок про те, що патріотичне виховання студентів – це багатовимірний та багатокомпонентний інтегративний педагогічний процес, спрямований на формування цілісної системи якостей, які перетворюються у потреби служіння українському народу і Батьківщині.

Як засвідчує аналіз науково-педагогічних досліджень, проблема патріотичного виховання студентів вищих навчальних закладів не є достатньо вивченою, тому потребує всебічного розгляду, дослідження та розробки механізмів впровадження у навчально-виховний процес.

2.2. Організаційно-педагогічні умови системи патріотичного виховання студентів

Згідно із поставленим завданням, ми вважаємо за необхідне виявити організаційно-педагогічні умови, створення яких дозволить успішно формувати фізичну культуру в позааудиторний час.

Відомо, що формування фізичної культури студентів у позааудиторний час – це не стихійне явище, а керований цілеспрямований систематичний процес, успішність якого залежить від умов, в яких він відбувається.

Організаційно-педагогічні умови визнано певними обставинами, за яких відбуваються різні процеси, зокрема процес формування фізичної культури студентів.

При організації виховної роботи, вибору змісту, форм і методів та засобів виховання, необхідно створювати спеціальні умови, які, насамперед,

враховують індивідуальні та вікові особливості молоді.

Доцільніше було б виявити названі умови, але виокремити організаційні та педагогічні.

Ситуація, що склалася у сучасному суспільстві (низький рівень фізичних якостей у більшій частини молоді, нехтування здоровим способом життя, шкідливі звички, що ведуть до багатьох передчасних захворювань) потребує визначення і впровадження заходів, які підвищать фізичну активність сучасної молоді.

Однією з основних причин злочинності молоді є недоліки у виховній роботі, організації позааудиторної праці для залучення її до секцій, клубів, гуртків за інтересами. Також необхідно вчасно вирішувати проблеми „раціонального використання вільного часу молоді”. Позааудиторний час повинен наповнюватися культурним змістом і мати велике значення для індивіда.

Поставлені завдання це виявлення організаційно-педагогічні умови, за якими успішно розвивається фізична культура студентів. Позааудиторна робота зі студентами з формування в них фізичної культури має декілька напрямів, серед яких найбільш важливі:

- розвиток інтересу до виконання фізичних вправ у позааудиторний час;
- розвиток власних фізичних якостей, прагнення до фізичного самовдосконалення (з часом такий інтерес у студентів переходить у потребу до фізичного самовдосконалення);
- виховання у студентської молоді усвідомлення про цінність здорового способу життя.

Проте, щоб успішно сформувати фізичну культуру студентів, необхідно створити організаційні умови. До таких умов необхідно віднести наступні:

- створення матеріальної спортивної бази в навчальних закладах для проведення позааудиторного фізичного виховання;

- організація діяльності на базі вищих навчальних закладів спортивних секцій, клубів за інтересами, центрів здоров'я, активних спортивних груп тощо.

Спостереження дослідників показують, що студентів зацікавлюють заняття в спортивних секціях, але ця категорія молоді не викликає інтересу в спеціалістів-тренерів тому, що у віці 17-18 років майже не можливо швидко й активно розвинути фізичні якості й підвищити спортивну майстерність людини.

Молодь, що прагне вдосконалити свій фізичний стан і підтримувати своє здоров'я на певному рівні, пропонується сучасними дослідниками активні оздоровчі заняття туризмом, оздоровчим плаванням, статичною гімнастикою, коригуючими вправами, вправами системи йогів та ін.

Однією з найважливіших організаційних умов успішного формування фізичної культури студентів є встановлення позитивних стосунків між педагогами й майбутніми фахівцями.

В. Юрченко, досліджуючи проблеми взаємодії викладача й студента, вважає, що фізична культура юнаків формується більш успішно, якщо стосунки між учасниками навчально-виховного процесу вважаються оптимальними і направлені на співробітництво. Така взаємодія сприяє самоствердженню і самореалізації студентів, створює емоційно приємний клімат під час виховного процесу. Названі умови будують „ситуації випробування”, коли знижується „креативна тривога студента” і формується його адекватна оцінка до нової інформації.

Розглядаючи взаємодію викладача і студента під час позааудиторної праці з фізичного виховання, можна стверджувати, що запланована навчальна діяльність з урахування індивідуальних здібностей студента та його потреб буде сприяти розвитку особистісних якостей майбутнього спеціаліста.

В. Пінчук відмічає, що у розвитку теорії навчального і позааудиторного процесу з фізичної культури існують два шляхи: модернізація традиційного навчання (орієнтир на ефективне засвоєння знань, умінь і навичок) та

інноваційний підхід до навчального процесу (головною метою якого є особистісний розвиток студента, формування в нього творчого і критичного мислення). Останній передбачає формування у студентів умінь рольового й імітаційного моделювання, пошуку нових форм організації діяльності, а також використання активних форм і методів навчання (діалоги, діалогові ігри тощо).

Фахівці з фізичної культури ведуть пошук засобів, використання яких дозволило в короткий час відновити працездатність молоді. Розробляються самостійні оздоровчі програми з розвитку й вдосконалення фізичних якостей, тренувальні програми з досягнення певних результатів, а також плани активного відпочинку й туристичні заходи.

Прикладом оздоровчого позааудиторного виховання молоді може слугувати система соціального виховання країн Західної Європи та США, яка передбачає втілення фізичної культури у всі сфери життя сучасної людини, починаючи з дошкільних років і до пенсійного віку.

На думку англійських вчених, формується фізична культура більш успішно у членів клубу за умов:

- правильного і вчасного планування оздоровчих індивідуальних завдань самою молоддю;
- добровільної участі і тісної співпраці між усіма членами клубу (яка надасть можливість спостерігати за позитивними змінами у тих, хто перебуває на вищому етапі „особистого розвитку”);
- виховання у членів клубу відчуття власної соціальної цінності й гідності.

Як показало вивчення зарубіжного досвіду формування фізичної культури у молоді, саме розвинутий інтерес у студентів до фізичного виховання у позааудиторний час викликає усвідомлення необхідності виховання відчуття власної соціальної цінності й гідності. Але досягнення цієї мети потребує розвитку співпраці педагогів і студентів. Розкриваючи проблеми педагогічної взаємодії викладача і студента, дослідники виділяють

два види спілкування: соціально-орієнтоване (лекція, доповідь, телевиступи тощо); особистісно-орієнтоване, яке може бути направленим на спільну діяльність або пов'язане з особистим спілкуванням. Звертається увага на метод впливу на особистість: особистісно розвиваюча стратегія педагогічної взаємодії, які характеризуються особливостями:

- ставлення до студента як до суб'єкта особистого розвитку;
- створення умов для самореалізації й самовизначення особистості;
- формування суб'єкт-суб'єктних стосунків з однолітками і педагогами.

Гуманістично орієнтований підхід, пов'язаний з добровільним прийняттям студентами стимулюючої ролі викладача, як підхід побудови особистісно орієнтованого змісту фізкультурно-спортивної діяльності студентів. Звернувши увагу на необхідність заміни старих форм організації фізичного виховання на нові, вони відмічають, що сучасні форми фізичного виховання повинні організовуватися на засадах основних положень теорії особистісного навчання і виховання (йдеться як про спортивну, так і про оздоровчу діяльність).

Дослідники пропонують замінити авторитарні методи виховання на особистісно орієнтовані технології гуманістичної спрямованості, в основу яких необхідно покласти процеси самопізнання, самоствердження, самовиховання, уміння молодій людині здійснювати самооцінку рівня своєї фізичної культури, що характеризує більш високий і якісний рівень фізкультурної освіти майбутнього фахівця.

Вивчаючи проблеми формування фізичної культури студентів у позааудиторний час, можна сказати, що така робота має проходити в декілька етапів:

- виховання студентів-помічників (активістів) і поступова передача їм частини своїх педагогічних функцій;
- виховання у студентів відповідальності за доручену їм роботу;
- розробка індивідуальних і групових планів, а також фізичних вправ-тестів, за якими буде визначатися рівень розвитку фізичних якостей та рівень

розвитку фізичної культури студентів;

- розподіл самостійної роботи на цикли і мікроцикли з проведенням поетапного тестування.

На нашу думку, підготовленість студентів до фізкультурної роботи над собою більшою мірою залежить від підготовки викладача до керівництва і управління фізкультурною діяльністю студентів. Таким чином, фізична культура успішно формується за допомогою правильно й професійно організованого навчального або позааудиторного навчання.

Визначене вище зумовлює необхідність для студентської молоді самостійної роботи й використання традиційних і нетрадиційних форм у позааудиторній діяльності з фізичної культури. Але головною умовою успішності фізичного самовдосконалення молоді має бути розвиток нового мислення, зміни її поглядів, які частіше складаються „стихійно”.

Особлива увага звертається на таку організаційну умову, як створення можливості до самостійних занять. Тому увага вчених і педагогів-практиків направлена на студентів, що проживають у гуртожитку.

Проблему ставлення студентів до занять фізичною культурою в умовах гуртожитку вивчають Ф. Мамичкін, Є. Зайцев, Я. Савицький. Вони вважають, що не менш важливою умовою успішного формування фізичної культури молоді є програми аеробних вправ для розвитку фізичних якостей. Дослідники виділяють умови, що сприятимуть успішному формуванню фізичної культури студентів:

- тісний груповий зв'язок між студентами, які мешкають в гуртожитку, що підвищує мотивацію до самостійних занять;
- наявність у гуртожитку спортивної кімнати або зали для занять, що стимулюватимуть до самостійної роботи з фізичної культури;
- залучення різними підрозділами і організаціями ВНЗ студентів до самостійних занять з фізичної культури і спорту в студентських гуртожитках;
- вплив студентського самоврядування (студентської ради) щодо активізації самостійних занять та активного відпочинку.

Саме створення стосунків, заснованих на взаєморозумінні, творчій співпраці, взаємоповазі, доброзичливості є необхідним для активної діяльності.

Більшість фахівців вважають, що формування фізичної культури студентів буде успішним за умов створення можливості розвивати м'язи всього тіла, виконувати типові режими активного відпочинку. Позааудиторну роботу з фізичної культури вони визначають основним засобом, що відновлює стан молоді після довготривалої розумової роботи у навчальних закладах. На їхню думку, самостійна позааудиторна робота з фізичної культури є необхідною умовою вдосконалення особистого стану здоров'я.

Великого значення для організації роботи з формування фізичної культури у позааудиторний час набуває проведення спортивних змагань. Особливо студентів зацікавлюють нові організаційні форми фізичного виховання (заняття чирлідінгом, заняття системи йоги, заняття фітнесом, шейпінгом, аквааеробікою та ін.). Але успішне залучення студентів до названих організаційних форм також потребує створення необхідних організаційних умов. Вважаємо, що до них можна віднести:

- наявність груп підтримки (чирлідінгу);
- створення кваліфікованих бригад суддів з видів спорту;
- наявність фізкультурного студентського активу;
- наявність методичних матеріалів, довідок та планів з оздоровчої і спортивної роботи, оздоровчих програм а також планів змагань, фізкультурних свят;
- створення центрів та молодіжних організацій за інтересами з оздоровчою спрямованістю та ін.

Проблема визначення оптимального режиму фізичної активності завжди належала до актуальних. Витрати часу на навчальну, а потім на виробничу працю у студентів відбуваються зараз за рахунок скорочення вільного часу, отже, виникає проблема планування і раціонального його використання.

Необхідними організаційними умовами, на наш погляд, є також:

- залучення майбутніх спеціалістів в активну позааудиторну роботу з вдосконалення їх фізичної підготовки;
- створення моделі системи позааудиторної роботи з формування фізичної культури й моделі управління цим процесом;
- підготовка педагогів фізичного виховання до організації позааудиторної діяльності з формування фізичної культури;
- забезпечення студентів спеціальною методичною літературою та необхідними програмами щодо формування фізичної культури.

Не менш важливим є педагогічні умови, що впливають на формування фізичної культури студентів.

Кваліфікований педагог сучасної вищої школи має можливість впливати на студента в режимі особистісно розвиваючого діалогу, пропонуючи йому необхідні знання, формувати переконання, виховувати моральні бажання. З розвитком у студента правильних поглядів на власну фізичну культуру він із пасивного об'єкта перетворюється у суб'єкт власного розвитку, спроможного на творчість.

Однією з педагогічних умов, що сприяє успішному формуванню фізичної культури студентів, є особистісно орієнтований підхід до навчання і виховання молоді. Такий підхід передбачає формування у студентів здатності до спілкування, стійкого інтересу до фізичного удосконалення і потребу у систематичних заняттях фізичними вправами. Як зауважують дослідники, особистісно-орієнтований підхід здійснюється відповідно до вікових та індивідуальних можливостей юнаків у різних видах діяльності: ігровій, творчій, трудовій, діалоговій, тренувальній.

До педагогічних умов, що сприятимуть формуванню фізичної культури студентів у позааудиторний час, ми віднесли наступні:

- наявність позитивної мотивації й установки на активну участь в позааудиторній роботі з формування фізичної культури;
- достатній рівень сформованості практичних знань, умінь і навичок

самостійної роботи студентів з фізичної підготовки;

- наявність постійного інтересу до здорового способу життя;
- надання особистої направленості позааудиторній роботі з формування фізичної культури студентів;
- використання методики і технології формування цього складного особистісного утворення на принципах педагогічної взаємодії.

Важливою педагогічною умовою, що забезпечить успішне формування фізичної культури студентів у позааудиторний час, є створення можливості для самостійної роботи студентів. З метою вирішення цієї проблеми юнакам необхідно пропонувати роботу з методичним матеріалом (методичні розробки з удосконалення фізичних якостей, посібники, довідники, періодична преса та ін.)

Певна увага має приділятися організації і проведенню бесід, дискусійних форм семінарських занять, консультацій, діалогових ігор та ін. Проведення диспутів заслуговує особливої уваги, під час спілкування викладача й студента відбувається самоствердження молоді й створюються необхідні умови для більш кращого розуміння. Збуджуючи цікавість студентів до свого стану здоров'я, окремим питанням у заходах повинно бути усунення шкідливих звичок пияцтва та наркоманії.

Самостійна позааудиторна робота з фізичної культури, на нашу думку, активізує фізичну діяльність молоді, надає можливість руховим заняттям увійти в звичку й стати частиною життя майбутніх спеціалістів.

Самостійна робота майбутніх фахівців буде здійснюватися більш успішно за умов попереднього схвалення педагогами і студентами програм індивідуальних занять щодо вдосконалення фізичних якостей студентів та вчасного контролювання їх викладачем-спеціалістом.

До важливих умов, що сприяють формуванню фізичної культури студентів, слід віднести стимулювання до фізкультурної діяльності в позааудиторний час за допомогою особистісно-орієнтованого навчання, яке має здійснюватися більш успішно, при організації фізичного виховання за

розкладом і в позааудиторний час, базуватися на принципах взаємодії, співтворчості та співпраці.

В позааудиторній діяльності необхідно створювати нестандартні ситуації, в ході яких у студентів формуються вміння володіти собою, грати, проявляти ініціативу, оволодівати якостями лідерства.

Запроваджуючи новітні технології з фізичної культури, Т. Прокопенко та Г. Соловійов зазначають, що особливі умови для сучасної молоді надають оздоровчі центри, які створюють організаційно-педагогічні умови й формують здоровий спосіб життя.

Перелічені педагогічні умови будуть сприяти формуванню фізичної культури молоді, підвищать їх емоційність, зацікавленість, сформують здоровий спосіб життя.

Використовуючи у позааудиторній практиці з формування фізичної культури нетрадиційні і нові методи навчання, необхідно звернути увагу на можливість студентів до моделювання своєї фізкультурної діяльності, враховуючи індивідуальні можливості й розвиток фізичних якостей, а також можливість впливу на оточуючих.

Сучасні дослідники зазначають, що відносини педагога і студента повинні передбачати стосунки партнерства. Викладач, на нашу думку, має планувати педагогічний процес творчо й орієнтувати студента на активну взаємодію, засновану на взаємоповазі.

Позааудиторна робота з фізичної культури повинна відповідати інтересам студентів, необхідним компонентом її має бути позитивний емоційний настрій.

Важливою умовою формування фізичної культури студентської молоді є розвиток мотивації у позааудиторному процесі з фізичної культури.

Поняття „мотив” має походження від латинського *movere* – приводити до руху. Мотив визначається як задоволення потреб людини в ході пошукової активності, за основу береться закономірність розвитку та поширення кола її діяльності. Дотримуючись такого визначення, науковці

стверджують, що у людини джерелом розвитку мотивів є процес суспільного виробництва матеріальних і духовних цінностей.

Отже, можна стверджувати, що мотив – це рухова сила дій і вчинків. Тому ми вважаємо, що ефективність формування фізичної культури студента буде залежати від погляду особистості на цю проблему, розуміння значущості для молоді людини її здоров'я, а також постійного фізичного удосконалення.

Не менш важливою умовою успішного формування фізичної культури молоді є радість від досягнутого успіху, почуття задоволення, перемоги.

Отже, вважається доцільним підхід щодо формування фізичної культури молоді, в основі якого лежить цікавість до позааудиторних занять з фізичної культури, що має сформувати потребу у фізично-оздоровчій діяльності, як підґрунтя внутрішньо-ціннісного ставлення до особистого здоров'я. Цікавість – потреба – мотив мають утворювати єдність у формуванні фізичної культури студентів.

Позитивне ставлення молоді до фізичної культури, як якості особистості, необхідно виховувати за допомогою мотиваційних ситуацій, нестандартних заходів; навчити студентів ставити близькі і перспективні завдання (з удосконалення свого фізичного стану), а також сформувати уміння їх реалізувати; виховувати прагнення у студентів до пошуку засобів, формування фізичної культури, які вирішуватимуть особистісні цілі, вміння правильно оцінити свої фізичні якості.

Вважається, що в процесі формування фізичної культури у студентів вищих навчальних закладів необхідно використовувати широке коло традиційних, а також новітніх форм і засобів позааудиторної роботи з фізичної культури, які сформують певний ряд понять, розкриють теоретичні основи фізичної культури.

При проведенні різних форм занять студенти повинні отримувати задоволення від вправ з вдосконалення своїх фізичних якостей. Позааудиторна робота має відбуватися за допомогою новітніх нетрадиційних

методик спортивно-оздоровчої спрямованості. Стимулювання студентської молоді до фізкультурної діяльності можливе при створенні ситуації, що надасть можливість кожній особистості активізувати свій руховий режим, отримати спеціальні знання з цієї галузі, вдосконалити свої фізичні якості й сформувати позитивну мотивацію до позааудиторної діяльності з формування фізичної культури. Особистісна направленість позааудиторної роботи сприятиме створенню позитивних умов для підвищення фізичної активності студентської молоді.

Серед головних мотивів було виявлено: пізнавальні (засвоєння засобів отримання знань, орієнтир на оволодіння новою інформацією, засоби самостійного здобуття знань, побудова програми щодо самовдосконалення); соціальні (відповідальність і спрямованість на позитивне ставлення оточення). Такі мотиви, як відповідальність, прагнення до нестандартного рішення, творче виконання завдань будуть забезпечувати вдосконалення фізичних якостей, розвивати потребу до самоосвіти й самовиховання, а також формувати фізичну культуру студента.

На нашу думку, не менш важливою умовою успішного формування фізичної культури молоді є створення можливості, що сприятиме розвитку м'язів всього тіла; використання методів і засобів роботи, які сприятимуть прояву внутрішнього задоволення від занять фізичною культурою, а також підтримають високий рівень здоров'я молоді.

Формувати мотивацію студентської молоді до позааудиторних занять фізичним вихованням необхідно за допомогою таких ситуацій, де б враховувався досвід минулого й нові форми фізичної культури в контексті нашої проблеми, а також індивідуальні внутрішні потреби самого студента. Це дозволяє визначити, що важливою умовою формування фізичної культури молоді є мотивація студентів до цієї діяльності, яка сприятиме її внутрішньому спонуканню до постійної фізкультурної діяльності.

Педагог має планувати педагогічну роботу з фізичної культури, починаючи зі збору інформації. Ю. Железняк зазначає, що фізична культура

студентів буде формуватися більш успішно за умов обов'язкового введення в практику методів діагностики. Він підкреслює, що сучасні методи психолого-педагогічного дослідження повинні стати частиною професійної підготовки майбутніх фахівців і визначають такі методи діагностики, як: бесіда, опитування, тестування, прогнозування, педагогічне проектування тощо. Ці методи допоможуть правильно визначити рівень знань з фізичної культури, практичних умінь і навичок, здібності та інші якості особистості, а також можливу реалізацію ефективності використаних підходів та засобів.

Процес фізичного виховання й навчання необхідно поновити, вести пошукову роботу з впровадження прогресивних технологій. Ю. Железняк підкреслює, що головними критеріями сучасної освіти мають бути: здібність людини до реалізації своїх можливостей; певний рівень здоров'я; соціальна стійкість; мобільність; здатність адаптуватися і вміння, коли необхідно, виробляти свою стратегію.

Необхідно визначити, що більшість викладачів несистематично використовують психолого-педагогічне діагностування, здійснюючи при проведенні занять з фізичної культури лише вхідний і підсумковий контроль відповідно стану фізичних якостей (сила, швидкість, витривалість тощо) у студентів. Поточне контролювання проводиться несистематично й залишається на недостатньому рівні. Діагностування теоретичних знань і розробка критеріїв рівня фізичної культури студента не враховується взагалі. Аналіз досягнень визначається лише стосовно фізичних якостей. Тому необхідно зазначити, що вчасне діагностування й розробка критеріїв формування фізичної культури необхідні для правильного її формування.

Вивчаючи питання діагностики в галузі фізичної культури, можна стверджувати, що існує безліч методів діагностування фізичних якостей, також розрахунку рухової активності людини.

У вітчизняній літературі сформувалося три методи розрахунку рухової активності: за витратами часу (на добу, тиждень), за кількістю локомоцій на добу (крокометрія), за витратами енергії (у калоріях за одиницю часу). Рівень

фізичного стану можна визначити за допомогою тесту К. Купера (12-хвилинний біг або ходьба).

Своєчасне діагностування майбутніх спеціалістів за допомогою різних методів, визначення показників теоретичних знань, умінь і практичних навичок з фізичної культури дозволяє з впевненістю визначити стан готовності молоді до позааудиторної фізкультурної діяльності й фізкультурної діяльності взагалі.

Отже, психолого-педагогічна діагностика – це науковий метод збору інформації, який використовується для визначення рівня розвитку якостей особистості для більш якісного підбору методів педагогічного впливу. Сучасними дослідниками вважається, що між психологічною та педагогічною діагностикою провести чітке розмежування неможливо, тому тестовий метод, який використовується як система стандартизованих тестових завдань, дає змогу трансформувати якісну сутність психічних явищ у кількісну й здійснювати їх ґрунтовний аналіз.

Діагностування студентів у вищих навчальних закладах повинно здійснюватися у вигляді трьох рівнів: I – визначення рівня розвитку фізичних якостей. За основу беруться стандарти, що визначені Міністерством освіти і науки України (тестування вихідне, поточне, контрольне); II – визначення готовності студентів до сприйняття інформації з галузі фізичної культури (тестування, анкетування, бесіди, диспути тощо, методичне забезпечення); III – визначення здорового способу життя і уникання шкідливих звичок (психологічне тестування для визначення схильності до алкоголізму, анкетування, бесіди, проблемні ситуації).

Позааудиторна робота є одним із факторів, які впливають на становлення та формування фізичної культури студентів. Це обумовлено певними організаційно-педагогічними умовами. Розглядаючи організаційно-педагогічні умови успішного формування фізичної культури студентів у позааудиторний час, зроблені висновки, що *до організаційних умов відносяться наступні*: створення матеріальної спортивної бази в навчальних

зкладах, методичне забезпечення студентів спеціальними рекомендаціями і методичною літературою, організація оздоровчо-спортивної позааудиторної роботи за інтересами, центрів здоров'я, активних спортивних груп тощо. *До педагогічних умов* віднесені: наявність позитивної мотивації й установки на активну участь у позааудиторній фізкультурно-оздоровчій роботі, достатній рівень знань, умінь і навичок з фізичної культури, наявність постійного інтересу до здорового способу життя.

2.3 Зміст та форми організації позааудиторної роботи з патріотичного виховання студентів засобами фізичної культури

Позааудиторна робота у вищих навчальних закладах передбачає різні види діяльності студентів, що сприяє як підготовці фахівця певного профілю, так і соціальному становленню особистості. Набутий досвід вищої школи з організації у позааудиторний час фізичного виховання довів, що ця діяльність має великі потенційні можливості щодо формування фізичної культури майбутніх спеціалістів.

Позааудиторна робота з фізичної культури, на нашу думку, має такі *основні завдання*: сприяти формуванню вольових якостей (бадьорості духу, оптимістичності, ініціативи, впевненості, наполегливості та ін.); формувати позитивні звички у поведінці; виховувати переконання у необхідності вести здоровий спосіб життя (виконання вправ гігієни, певного рухового режиму володіння необхідними практичними навичками з галузі фізичної культури та ін.), а також формувати моральні якості майбутніх фахівців.

Метою використання позааудиторної роботи у вищій школі ставиться реалізація функцій самореалізації й самоперетворення. Ці функції характеризуються прямою спрямованістю на функціонування тих або інших сфер індивідуальності (інтелектуальної, мотиваційної, емоційної, саморегуляційної й ін.) і відбивають виховні можливості позааудиторної діяльності студентів. Наприклад, постановка завдань на вибір уже припускає і рефлексію, і саморегуляцію, і самоактуалізацію, і всі ті функції, які властиві

саморозвитку особистості. Обираючи завдання, студент прагне задовольнити потреби, актуальні для нього у певній ситуації. Отже, позааудиторна робота стає ситуацією самоствердження студента як суб'єкта майбутньої професійної діяльності.

Поєднуючи ці міркування вважається, що є підстави змодельовати *п'ять напрямів позааудиторної діяльності* студента:

1. Актуалізація регулятивно-нормативної функції позааудиторної діяльності на основі *ціннісного сприйняття об'єктивної дійсності*.

2. Актуалізація предметно-практичної функції позааудиторної діяльності на основі *виконання поставлених педагогом завдань з творчою інтерпретацією їх змісту*.

3. Актуалізація соціокультурної функції позааудиторної діяльності щодо *розвитку оціночних суджень студентів* на основі інтерактивних методів організації цієї діяльності, що дозволяє найбільшою мірою створити атмосферу спільного творчого пошуку.

4. *Адекватна самооцінка власних можливостей і досягнень у позааудиторній діяльності*.

5. *Ствердження у позааудиторній діяльності власного образу "Я"* на основі мотивів задоволеності (або незадоволеності) кінцевими результатами цієї діяльності.

Отже, позааудиторна діяльність студентів має бути певним чином контрольована і керована педагогом. Внаслідок цього виховні і професійні досягнення студентів стають результативнішими.

Розглядаючи питання розробки технологій і діагностики рівня сформованості фізичної культури, дослідники зазначають, що достатній обсяг і інтенсивність фізичних навантажень позитивно впливають на якісні показники розумової працездатності молоді. Вони пропонують шляхи управління процесом формування фізичними якостями особистості засобами фізичного виховання, зокрема у позааудиторній роботі.

Загально відомо, що студент, який має недостатню фізичну підготовку,

а як наслідок цього низький рівень фізичної культури, досить швидко втомлюється від різного роду навантаження і йому важко виконати повний обсяг завдань, які ставить перед ним викладач. Внаслідок перевантаження (розумового і фізичного) студенти отримують низьку результативність у навчанні й професійному становленні. Саме тому сьогодні постала необхідність визначити більш конкретні форми рухового режиму студентів, які б підвищували рівень працездатності молоді в період навчання й покращували стан здоров'я майбутнього спеціаліста, створюючи тим самим оптимальні умови для успішної самостійної професійної діяльності.

У позааудиторній діяльності з фізичного виховання передбачається як самостійна робота студентів з самовдосконалення, так і під керівництвом педагога.

Вчені вважають, що основою організації такої роботи, має стати „метод самовдосконалення” (інколи вживається термін „метод самоуправління”). Цей метод передбачає попередню розробку спеціальних інструкцій для тих, хто самостійно бажає підвищувати свою фізичну культуру. Підкреслюється необхідність детальної і конкретної розробки таких інструкцій.

В умовах сучасної вищої школи багато часу займає як аудиторна, так і позааудиторна навчальна робота. Нас цікавлять студенти, які не займаються цілеспрямовано фізичною культурою і спортом і не навчаються в інститутах фізичної культури.

Отже, у більшості студентів не фізкультурних вузів, за даними багатьох дослідників, відсутня звичка самостійно займатися фізичними вправами вдома. Одночасно постає питання про відсутність у юнаків інтересу до виконання фізичних вправ і рухових навантажень. Значна кількість їх невпевнена у достатньому розвитку своїх фізичних якостей.

На жаль, фахівці, пропонуючи студентам для користування програми фізичного розвитку, не торкаються проблеми педагогічного впливу викладачів-спеціалістів, які повинні створювати мотиваційні ситуації, що сприятимуть формуванню у молоді потреби до самостійних занять

фізичними вправами. Вивчаючи вплив занять з фізичної культури на стан розумової працездатності, фахівці констатують, що студенти, які використовують фізичні вправи протягом тижня (займаються ранковою гімнастикою, оздоровчим бігом, плаванням та іншими видами самостійних фізичних вправ), набагато швидше включаються у повсякденні справи. Така молодь здебільшого має оптимістичний настрій, вміє керувати своїм станом, впевнена у собі. Серед таких студентів значно менше тих, хто палить і вживає спиртні напої, а скарги на порушення пам'яті, недуги, головний біль – відсутні. Разом з тим студенти, які відвідують тільки академічні заняття з фізичного виховання, мають нижчу фізичну активність, ніж ті, що використовують фізичні вправи, індивідуально доповнюючи свій позааудиторний руховий режим.

Перебіг позааудиторної діяльності студентів ЗВО має різноманітні форми.

У Філософській енциклопедії поняття «форма» трактується як спосіб організації і спосіб існування предмета, процесу, явища.

У найновішому довідковому виданні під назвою: “Педагогіка: велика сучасна енциклопедія” форми виховання розглядаються як зовнішнє вираження процесу виховання. Одним з критеріїв в аналізі цієї форми виступає поділ за кількістю охоплених процесом виховання людей: індивідуальна, мікрогрупова, групова (колективна) і масова.

Отже, у педагогічній науці форма визначається як спосіб організації виховного процесу, що відображує внутрішній зв'язок його елементів і характеризує взаємовідносини вихователів і вихованців.

Таким чином, форму виховання ми розуміємо як спосіб організації її змісту, який забезпечує систему виховного впливу, характеризуючи суб'єктно-об'єктний взаємозв'язок.

Сьогодні у педагогічній науці існують різні підходи щодо класифікації форм виховання: фронтальні або масові; групові чи гурткові; аудиторні і позааудиторні; індивідуальні. Багато авторів досліджень роблять спроби

класифікувати форми організації виховного процесу залежно від методики виховного впливу. За такої класифікації форми виховання поділяють на групи: словесні (інформація, збори, конференції, зустрічі, усні журнали, радіогазети тощо); практичні (походи, екскурсії, спартакіади, олімпіади, конкурси); наочні (музеї, галереї, виставки, тематичні стенди та ін.).

Отже, організація позааудиторної діяльності майбутнього вчителя фізичної культури передбачає використання спеціальних форм, засобів і методик виховання, які сформують у студентів патріотичні якості.

Для цього студентській молоді з метою виховання необхідних патріотичних рис, необхідно використовувати комплекс виховних заходів, які б одночасно вдосконалювали професійну підготовку. На цьому наголошують багато фахівців, вважаючи використання нетрадиційних форм фізичної культури необхідним доповненням до традиційних систем фізичного виховання.

Таким чином, ігровий підхід як *колективна* форма патріотичного виховання майбутнього вчителя фізичної культури є продуктивним і обґрунтованим, оскільки позааудиторні програми для студентів повинні містити не тільки фізичні вправи й навантаження, а й мати патріотичну спрямованість.

Іншою формою позааудиторної діяльності є *групові* заняття, які здійснюються за клубним принципом, який нині поширений в країнах Західної Європи та США. Позитивним досвідом функціонування цих клубів є ефективне сприяння моральному, професійному, інтелектуальному та оздоровчому розвитку молоді. А найціннішим у діяльності зарубіжних соціальних і спортивних клубів є те що вони ставлять особистість у центр виховної системи.

Однією із нових форм позааудиторної діяльності студентства є *скаутський рух*, який передбачає оволодіння інформацією з історії, географії, природознавства, практичними вміннями з табірництва, мандрівництва, спорту тощо. У змісті діяльності скаутів є потенційні можливості

патріотичного виховання. На цьому у своєму дослідженні наголошує М.Окаринський, запевняючи, що досвід скаутського руху можна використати для зміцнення духу патріотизму і свого стану здоров'я.

Як констатують психологи, існує три головні потреби людини – рухова активність, правильне харчування, емоційні задоволення. Саме тому необхідно навчити студентів самостійно задовольняти названі потреби, що дозволить їм одержувати від такого способу життя позитивні емоції.

Розкриваючи досвід інтегративного підходу до спортивно-гуманістичного виховання студентів існує потреба в активізації студентської молоді. Пропонуючи програму спортивно-фізкультурного виховання студентів на засадах інтегративного підходу, потрібно використовувати комплекс засобів педагогічного впливу на студентів. Програма фізичного виховання містить: спецкурс (теоретична інформація), який проводиться у вигляді лекцій, діалогових занять та передбачає розгляд проблемних питань, що викликають інтерес у студентів до: різних нетрадиційних форм фізичної культури; проведення спортивних ігор; спортивних розваг; спортивно-творчих свят тощо.

Фахівці з фізичної культури ведуть пошук засобів, які дозволять за короткий час відновити працездатність людини. Розробляються оздоровчі програми з бігу, плавання, гімнастики. Чимало дослідників переконані, що окремі рекомендації щодо розвитку фізичних якостей мають значну кількість шанувальників.

Пошуковий (проблемний) підхід до організації позааудиторної діяльності студентів, перетворить традиційне виховання на продуктивну особистісно-формуючу основу. При цьому головною метою є розвиток у студентів потреби у самовихованні. У ході спільної взаємодії викладача й студентів відбувається «породження» нових знань, способів дій, особистісних смислів.

У педагогіці вищої школи позааудиторна робота визначається як спрямована навчально-виховна діяльність студентів, яка здійснюється під

впливом планування й керування як з боку адміністрації ЗВО і викладачів, так і внутрішніх спонук особистості студента, його ціннісних установок та орієнтирів.

Таким чином, *позааудиторна діяльність — це особливий вид фронтальної, групової й індивідуальної навчально-виховної роботи студентів, яка здійснюється на умовах партнерської участі викладача і характеризується великою активністю перебігу пізнавальних і виховних процесів у позанавчальний час і служить засобом підвищення ефективності професійної самопідготовки, самовиховання й самореалізації майбутніх фахівців.*

Статистичні дані свідчать, що сучасну молодь не влаштовують традиційні форми фізичної культури, а також кількість годин, яка планується навчальними планами, на заняття фізичними вправами.

Доведено, що після багатьох годин розумового навантаження в період навчання за розкладом занять у більшості студентів виникає відчуття нервового перенапруження, роздратованості, головний біль, а при тривалій роботі інколи й „інформаційний невроз”. Тому збалансованість розумової і фізичної праці, введення нових позааудиторних організаційних форм з фізичної культури потрібні сучасному студенту для підтримки необхідного рівня здоров'я.

Для загартування молоді та підвищення її фізичних якостей, на їх думку, необхідно використовувати здоровий активний відпочинок на лоні природи. Йдеться про самостійну роботу щодо власного фізичного самовдосконалення, а також проведення змагань, спортивних розваг, різні види туризму та альпінізму. Серед багатьох різних форм занять з фізичної культури дослідники виділяють такі, без яких „фізкультмінімум” кожної людини здійснити неможливо. Це — фізичні вправи, виконання яких вибірково впливає на розвиток фізичного стану людини, а також вправи циклічного характеру, що сприяють швидкому розвитку різних груп м'язів (біг на лижах, плавання, їзда на велосипеді, звичайний біг та ін.).

Звертаючи увагу на нетрадиційні форми фізичної культури, зазначимо, що загальна активність молоді є необхідною умовою управління суспільними процесами. Новітні форми фізичної культури мають бути необхідним доповненням до традиційних систем фізичного виховання, яке сприятиме їх фізичному удосконаленню. На нашу думку, фізичне виховання повинно об'єднати два напрямки роботи щодо забезпечення майбутніх спеціалістів певним рівнем здоров'я: це розвиток фізичних якостей особистості й формування потреби у фізичному вдосконаленні.

Отже, можна стверджувати, що для підтримки високого рівня здоров'я молоді необхідно виховувати в неї усвідомлену потребу в певних рухових навантаженнях.

Т. Ольхова пропонує використовувати у позааудиторній діяльності ігри та свята за різними сюжетами, які сприятимуть розвитку творчих здібностей студентів, формують їх гуманні та моральні якості. „Педагогічні ігри”, на її думку, також доцільно проводити за певними сюжетами. Таких „педагогічних ігор” нею запропоновано дві: перша має назву „Критерії оцінки поведінки спортсменів” (здійснюється за принципами „чесна гра”); друга – „Програма спортивно-творчого свята”. Ігри мають передбачити самостійну розробку студентами критеріїв „чесної гри”; самостійну розробку різних варіантів програм спортивних свят. В обох випадках студенти розподілялися на групи, які розробляли критерії чесної гри й варіанти програм їх проведення. Результати проведеної нею експерименту довели педагогічну ефективність роботи зі спортивно-гуманістичного виховання.

Ми вважаємо ігровий підхід продуктивним і обґрунтованим, оскільки позааудиторні програми для студентів повинні містити не тільки фізичні вправи й навантаження, але й сприяти усвідомленню студентами необхідного здорового способу життя і гуманного ставлення до оточуючих.

Розкриваючи форми занять фізичного виховання, основними можна визначити групові, які здійснюються за клубним принципом. Але в навчальних закладах зміст діяльності клубів реалізується тільки тоді, коли

кількість людей, які займаються одним видом діяльності, перевищує 50 чоловік. Тобто значна частина студентів за такої умови, на нашу думку, повинна займатись індивідуально:

- ранковою гігієнічною гімнастикою або спеціальними розминками;
- виконанням спеціальних вправ з метою усунення фізичних вад або залишкових явищ після захворювання;
- тривалими прогулянками або походами у вихідні дні;
- тренувальними заняттями з обраного виду спорту тощо.

Визнано, що однією з найбільш ефективних форм фізичного виховання є домашні завдання з виконання фізичних вправ.

О. Іваницький, О. Іванова, В. Матов, І. Шарабарова, доводять необхідність впровадження у позааудиторну роботу зі студентами нових форм відпочинку, занять з різних видів гімнастики (статичної та динамічної), вправ з предметами і таке ін. Вони вважають, що при плануванні позааудиторної роботи необхідно враховувати індивідуальні потреби студентів та вчити їх правилам гігієни. Зміст завдань необхідно планувати згідно з рівнем розвитку фізичних властивостей кожної особистості, а також спостерігати за динамікою розвитку певних фізичних навичок.

Досліджуючи проблеми розвитку ритмічної гімнастики, вчені розробили методику занять, яка сприятиме підвищенню фізичних якостей і потужному коригуючому ефекту. Наводячи вправи для користування й необхідні формули для урахування серцевих скорочень під час виконання вправ, дослідники довели, що регулярні самостійні заняття з ритмічної гімнастики підвищують загальний стан здоров'я, настрій і сприяють покращенню зовнішнього вигляду молоді.

Отже, правильне використання таких форм фізичної культури, як ритмічна гімнастика, різні види статичної і динамічної гімнастики, різні види рухових і спортивних ігор є одними із головних форм організації позааудиторної діяльності молоді.

2.4. Реалізації завдань патріотичного виховання студентів у системі позааудиторної діяльності

На нашу думку, інтеграційна система позааудиторної роботи – це така система, що об'єднує знання з патріотичної проблематики, а також вміння і навички, які формують безпосередньо в позааудиторній діяльності, реалізуючи поставлені завдання. Досліджено, що патріотичне виховання реалізується в межах формування такої складно диференційованої якості в студентів, як патріотичність. Проаналізувавши тенденції щодо її формування в контексті показників патріотичного виховання, наголосимо, що існує необхідність системного впливу на компоненти позааудиторної діяльності, належне структурування та функціонування яких сприятиме розвитку показників патріотичного виховання та реалізації їхнього безпосереднього впливу на особистість студента.

Позааудиторна діяльність, як зазначено вище, за змістом суттєво відрізняється від навчальної та виховної, з огляду на розуміння реалізації цими видами діяльності власних завдань. Позааудиторна діяльність інтегрує навчальні й виховні технології, водночас не аналізує отриманих результатів впливу на студентів у межах визначених оцінних критеріїв. Здебільшого позааудиторна діяльність базована на активізації особистісного потенціалу студентів та розробленні інноваційних форм їх залучення до практичної діяльності. Саме тому вважаємо за необхідне створити інтегровану систему позааудиторної діяльності з урахуванням потреби реалізувати завдання патріотичного виховання, об'єднати особистісний та фізкультурно-оздоровчий аспекти.

Мета дослідження полягає в розробленні інтеграційної системи позааудиторної діяльності, що є ефективною в реалізації завдань патріотичного виховання та формування патріотичності студентів. Таку систему конкретизовано в спецкурсі, в інноваційних навчальних, виховних та фізкультурних технологіях, структурованій діяльності викладачів і студентів, відповідно до видів та форм роботи, що дало змогу обґрунтувати ефективну

модель позааудиторної діяльності з реалізації завдань патріотичного виховання.

Завдання дослідження сформульовано нижче:

- 1) виокремити основні функціональні аспекти позааудиторної діяльності та конкретизувати їх;
- 2) розробити програму, що забезпечить структурування позааудиторної діяльності та визначення змісту патріотичного виховання, апробувати програму й перевірити її ефективність;
- 3) обґрунтувати систему ефективних навчальних, виховних та фізкультурних технологій, покликаних реалізувати патріотичне виховання в позааудиторній діяльності;
- 4) запропонувати конкретну модель патріотичного виховання в позааудиторній діяльності студентів.

Функціональність позааудиторної роботи – актуальна проблема, оскільки передбачає активність студентів, їх зорієнтованість на оволодіння технологіями, усвідомлення, розуміння та сприйняття змісту патріотичного виховання, що загалом уможливорює формування патріотичності. Функціональність позааудиторної діяльності відображено в таких положеннях:

- позааудиторна діяльність зорієнтована на активність і спрямованість студентів;
- позааудиторна діяльність передбачає інтеграцію різноманітних технологій розвитку особистості студентів, формування в них здорового способу життя та фізичної культури як складника особистості;
- позааудиторна діяльність слугує вектором у пізнанні студентами засобів української народної фізичної культури, передбачає реалізацію інтегрованого змісту, зокрема засад фізичної культури, етнічних особливостей фізичної культури, та формування патріотичних якостей особистості студентів;
- позааудиторна діяльність сприяє підвищенню педагогічної та

загальнопрофесійної компетентності;

- позааудиторна діяльність – це неоцінна діяльність, допускає визначення лише рівнів досягнень студентів у реалізації її завдань;
- позааудиторна діяльність акцентована на розвитку самостійності студентів та самостійного розподілу їхнього вільного часу;
- позааудиторна діяльність сприяє формуванню активної життєвої позиції, відповідального ставлення до фахових умінь та навичок на засадах вільного вибору.

Наголосимо, що позааудиторна діяльність – складна функціональна система, призначення якої полягає не тільки у формуванні знань, умінь і навичок студентів, але й у створенні необхідних передумов для становлення особистості, усебічного розвитку та утвердження життєвої позиції. Позааудиторна діяльність має невичерпні ресурси в реалізації засад патріотичного виховання, оскільки відбувається на добровільних засадах та самостійності студентів, тому формування патріотичності буде якнайбільш ефективним.

2.5. Спецкурс «Педагогічні засади патріотичного виховання в позааудиторній діяльності ЗВО»

Теоретичні положення порушеної проблеми систематизовано в авторському спецкурсі “Педагогічні засади патріотичного виховання в позааудиторній діяльності ЗВО”. У роботі окреслено не тільки суто професійні аспекти, але й суспільно значущі фактори. На сучасному етапі розвитку українського суспільства фізична культура кожної людини набула неабиякого значення, ставши компонентом загальнолюдської культури особистості. Нині виробничі галузі, а також освітня галузь ставлять перед фахівцем високі вимоги; щоб бути конкурентоспроможним, слід мати насамперед гарне фізичне здоров’я.

Після здобуття Україною незалежності вітчизняна освіта отримала нові можливості для підготовки фахівців, які повинні бути передовсім фізично

здоровими та відповідально ставитися до власної фізичної життєдіяльності, сприяючи в такий спосіб входженню України до європейського суспільства на партнерських засадах.

Позааудиторна діяльність – порівняно самостійний інтеграційний процес, складниками якого постають навчальні та виховні технології, а також активність, спрямованість і дисциплінованість студента як суб'єкта навчально-виховного процесу. Патріотичне виховання передбачає опанування студентами знань, умінь, навичок з основ ментальності українського народу, патріотичних переконань та практично спрямованих дій щодо усвідомлення відповідальності, формування громадянської позиції, передання майбутнім поколінням досвіду в подальшій професійній педагогічній діяльності. Патріотичне виховання – невід'ємний складник загальнокультурної позиції студента, дає змогу реалізувати основні положення фізичної культури, зокрема в ставленні до власного здоров'я, у застосуванні традиційних засобів української виховної традиції.

Основне призначення курсу – виконання завдань патріотичного виховання в трьох напрямках: освітньо-просвітницький, розвивально-формувальний, організаційний, що реалізовані в індивідуальній та груповій роботі. Базовими засобами реалізації слугують інтегровані педагогічні технології (навчальні, виховні, фізкультурно-оздоровчі), як-от: міні-лекції, тренінгові заняття, ігрова та організаційна діяльність.

Мета курсу – формування в студентів ЗВО знань, умінь та навичок щодо організації фізичної культури засобами патріотичного виховання в позанавчальний час і формування активної патріотичної й громадянської позиції, відповідальності за власний стан фізичного здоров'я.

Завдання курсу:

- розвиток загальної та фізичної культури студентів, формування їхньої активної патріотичної й громадянської позиції та відповідальності;
- формування знань щодо патріотичного виховання та динаміки його засад в історичному контексті становлення державності України;

– опанування студентами навичок і вмінь реалізувати інноваційні педагогічні технології, інтегровані й створені на основі чинних етнопедагогічних методів та прийомів формування фізичної культури;

– формування в студентів здібностей до організації позанавчальної діяльності, спрямованої на розвиток фізичної культури засобами патріотичного виховання.

Курс складається з трьох модулів.

МОДУЛЬ I. Теоретично-методичні засади патріотичного виховання в позааудиторній діяльності студентів. Змістовний модуль реалізують у тренінговій формі, що має просвітницький характер. Студенти здобувають знання про еволюцію фізичної культури в Україні в ракурсі культурно-історичного становлення її державності; опановують поняття “патріотизму” та з’ясовують його значення для українського народу; вивчають методи й форми реалізації фізичної культури в українській освітньо-виховній традиції; досліджують особливості позааудиторної діяльності.

МОДУЛЬ II. Педагогічні технології формування фізичної культури засобами патріотичного виховання студентів у позааудиторний час. Модуль передбачає формування в студентів знань, умінь і навичок щодо впровадження педагогічних технологій для розвитку фізичної культури засобами патріотичного виховання.

МОДУЛЬ III. Організаційно-методичні засади реалізації фізичної культури засобами патріотичного виховання студентів у позааудиторний час. Модуль передбачає формування в студентів знань, умінь і навичок щодо інтеграції педагогічних технологій у підготовці та проведенні масових культурно-патріотичних заходів.

Спецкурс розрахований на позааудиторну діяльність і передбачає поетапне впровадження модулів у позанавчальний час студентів. Насамперед реалізують модуль I, модулі II та III є інтегрованими, взаємозумовленими та послідовними. Загальна кількість годин, запланованих для спецкурсу, –

близько 160 год., що передбачають проведення студентами організаційно-просвітницьких і фізкультурно-оздоровчих масових заходів, участь у змаганнях, спортивних секціях, походах вихідного дня.

Основні форми роботи: індивідуальна та групова робота, просвітницько-тренінгова, що реалізують в ігровій та організаційно-методичній діяльності.

Після вивчення спецкурсу студенти *повинні знати:*

- особливості патріотичного виховання та реалізації його завдань у галузі фізичної культури;
- специфіку впровадження методів, прийомів та засобів етнопедагогічних засад патріотичного виховання у фізичній культурі;
- особливості педагогічних технологій патріотичного виховання в реалізації завдань фізичної культури молодого покоління;
- специфіку проведення організаційно-масових заходів із розвитку фізичної культури засобами патріотичного виховання;
- особливості українського патріотизму та шляхи його формування.

Студенти повинні мати сформовані *вміння та навички:*

- визначати особливості технологій патріотичного виховання;
- упроваджувати в практичну діяльність педагогічні технології (просвітницькі, ігрові, організаційно-методичні);
- застосовувати засоби етнопедагогіки для збереження фізичного здоров'я юного покоління;
- організовувати секції, спортивно-масові заходи, відповідно до культурно-патріотичної традиції фізичної культури українців;
- формувати фізичну культуру шляхом розвитку засобів етнопедагогіки патріотизму, громадянськості та відповідальності.

Спецкурс потребує інтегрованої діяльності викладачів, кураторів або наставників академічних груп, керівників секцій і студентів. Дисципліну впроваджують у позааудиторній діяльності студентів під час виховних кураторських годин (2–4 год. на тиждень), відвідування секційних занять (4

год. на тиждень), участі в спортивних змаганнях та загальноуніверситетських заходах, просвітницьких тренінгових заняттях (див. табл. 1).

Таблиця 1.

ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН СПЕЦКУРСУ

МОДУЛЬ I. Теоретично-методичні засади патріотичного виховання в позааудиторній діяльності студентів				
№ з/п	Змістовні навчальні блоки	Орієнтовна кількість годин, зокрема:		
		Міні-лекції	Практична діяльність	Самостійна робота
1.1.	Патріотичне виховання в історичному ракурсі.	2	2	4
1.2.	Методи, прийоми та засоби патріотичного виховання в етнопедагогічній традиції професійного самовдосконалення.	6	4	8
1.3.	Організаційно методичні засади патріотичного виховання в позааудиторній діяльності студентів.	6	4	8
1.4.	Фізична культура та її особливості в контексті патріотичного виховання особистості студента.	4	2	4
Усього		18	12	24
МОДУЛЬ II. Педагогічні технології формування фізичної культури засобами патріотичного виховання студентів у позааудиторний час				
2.1.	Педагогічні технології організації просвітницької діяльності щодо здорового способу життя та його культурно-історичної традиції.	4	2	6
2.2.	Педагогічні технології з організації турнірів, організаційно-масових заходів.	4	2	4
2.3.	Педагогічні технології організації виступів, змагань.	4	2	4
2.4.	Педагогічні технології організації молодіжних спортивних фестивалів та розваг.	2	2	2
Усього		14	8	16

МОДУЛЬ III. Організаційно-методичні засади реалізації фізичної культури засобами патріотичного виховання студентів у позааудиторний час				
3.1.	Організаційно-методичні засади реалізації педагогічних технологій фізичної культури засобами патріотичного виховання студентів.	4	4	8
3.2.	Організаційно-методичні засади походів вихідного дня.	2	4	6
3.3.	Організаційно-методичні засади гімнастики статичної та динамічної направленості, оздоровчого бігу.	4	6	6
3.4.	Організаційно-методичні засади роботи спортивних секцій.	2	4	4
3.5.	Організаційно-методичні засади молодіжно-оздоровчих таборів.	4	4	6
Усього		16	22	30

Модуль I, реалізований у формі просвітницького тренінгу, передбачає проведення міні-лекцій із таких тем, як: “Патріотичне виховання в історичному ракурсі”; “Методи, прийоми та засоби патріотичного виховання в етнопедагогічній традиції”; “Організаційно-методичні засади патріотичного виховання в позааудиторній діяльності студентів.”; “Фізична культура та її особливості в контексті патріотичного виховання особистості студента”.

Особливістю просвітницького тренінгу є обов’язкове практичне опрацювання знань студентів шляхом тренінгових вправ, основним призначенням яких є отримання зворотного зв’язку від студентів. Модуль передбачає проведення 2-4 год. на тиждень (у межах виховних або кураторських годин).

Модуль II реалізують у формі міні-лекцій, які озброюють студентів знаннями інтеграційних педагогічних технологій, їхнього змісту та структури,

інструктують про особливості впровадження. Основні педагогічні технології такі: “Педагогічні технології організації просвітницької діяльності щодо здорового способу життя та його культурно-історичної традиції”; “Педагогічні технології з організації турнірів, організаційно-масових заходів”; “Педагогічні технології організації виступів, змагань”; “Педагогічні технології організації молодіжних спортивних фестивалів та розваг”.

Модуль покликаний забезпечити знання, уміння і навички студентів інтегрувати та творчо застосовувати козацькі ігри, які допомагають виховувати патріотизм засобами фізичної культури, розвивати громадянську позицію й відповідальність. Під час модулю студентів залучають до секційних занять.

Модуль III реалізують безпосередньо в процесі спільної діяльності викладачів та студентів, формування в них знань, умінь і навичок організовувати культурно-масові заходи патріотичного змісту, зокрема за такими основними напрямками: “Організаційно-методичні засади реалізації педагогічних технологій фізичної культури засобами патріотичного виховання”; “Організаційно-методичні засади походів вихідного дня”; “Організаційно-методичні засади гімнастики статичної та динамічної направленості, оздоровчого бігу.”; “Організаційно-методичні засади роботи спортивних секцій”; “Організаційно-методичні засади молодіжно-оздоровчих таборів”.

Модуль має на меті навчити студентів самостійно розробляти та впроваджувати спортивно-масові заходи, визначати їхню структуру та змістовне наповнення. Специфіка таких заходів полягає в застосуванні культурно-розвиваючих та оздоровчих традицій козацьких ігор.

Запропонований спецкурс впроваджено в практику шляхом системи розроблених нами навчальних, виховних і фізкультурних технологій, диференційованих відповідно до специфіки порушеної проблеми і регламентованих за напрямками діяльності в межах експерименту та

позааудиторної діяльності. У ході експерименту залучено органи студентського самоврядування вищого навчального закладу. До розроблення системи позааудиторної роботи також запрошено спортивний клуб, який мав на меті зорієнтовувати молодь на здоровий спосіб життя, формувати усвідомлене ставлення студентів – до власного здоров'я, до фізичних вправ та ігор, як компонентів системи засобів української фізичної культури, удосконалювати фізичні якості. У руслі завдань патріотичного виховання також активізовано дозвілля та розважальну роботу, сконцентровану на ідеї створення фізкультурно-спортивного активу студентів, що покликаний сприяти розвитку фізичній культурі та культурі студентів загалом, засобами української фізичної культури патріотичності як особистісної якості.

Кожна з підсистем позааудиторної діяльності реалізовувала складноструктуровані завдання, сутність яких полягала не тільки в розвитку фізичної культури, але й у патріотичному вихованні, тобто в упровадженні засобів української фізичної культури. Поряд із традиційними напрямками навчально-методичної роботи передбачено аспект патріотичного виховання (дозвілля, фізкультурно-оздоровчі форми роботи зі студентами в позааудиторний час). Окреслені в спецкурсі форми роботи зі студентами були спрямовані як на розвиток фізичних якостей, так і на формування патріотичності студентів. Саме з цією метою наш спецкурс передбачав упровадження поряд із традиційними формами фізкультурної роботи проведення тренінгів, семінарів, міні-лекцій як структурних складників тренінгів.

Представлений нами спецкурс отримав схвальні відгуки з боку викладачів фізичного виховання, яка підтримала виокремленні аспекти планування, організації, координації, контролю, регулювання та аналізу впровадження засад патріотичного виховання в позааудиторну діяльність студентів.

Залученням студентів до фізкультурної та просвітницької діяльності

опікувалася студентська фізкультура рада, яка розвивала фізкультурну активність і самостійність студентів, застосовувала ресурси української фізичної культури як методу реалізації завдань патріотичного виховання безпосередньо в системі позааудиторної діяльності студентів. Активно втілювали в практику обрані нами форми роботи зі студентами, чільне місце посідали, зокрема, навчальні, виховані та фізкультурні технології з розвитку патріотичності й реалізації засад патріотичного виховання загалом. Патріотичною тематикою були наповнені форми роботи з розвитку здорового способу життя, із формування навичок правильного харчування та активного відпочинку, дозволя студентів у напрямі усвідомлення та розуміння важливості зміцнення власного здоров'я – необхідного складника розвитку патріотичності. Виконання цих завдань контролював фізкультурний актив, до якого входили представники академічних груп.

Упроваджуючи основні форми роботи, проаналізовані в спецкурсі, ми враховували інтереси та побажання студентської фізкультурної ради, зокрема з приводу фізкультурно-оздоровчої роботи, активного відпочинку, дозволя, проведення свят, парадів, показових виступів, демонстрації вмінь, організації товариств, клубів за вподобаннями. Такий підхід сприяв ефективнішій реалізації спецкурсу, оскільки одним з основних складників патріотичності є активна життєва позиція студента, цілеспрямованість.

Особлива роль у реалізації завдань патріотичного виховання належала студентському виховному активу. Так, відділові інформації доручено організувати під керівництвом викладачів тренінг із розвитку патріотичності та впровадити патріотично зорієнтовані засоби української фізичної культури в дозволя. Активісти готували теоретичну інформацію про тенденції розвитку особистості, формування її активної патріотичної, громадянської позицій. Розроблено та впроваджено в практику інформаційні міні-лекції щодо стану розвитку спорту в нашій державі, стосовно важливих спортивних подій та змагань як в Україні, так і за кордоном.

З'ясовуючи особливості реалізації спортивних заходів і їхнього

призначення в нашій країні та за кордоном, студенти аналізували патріотичний зміст спортивних подій і змагань. У ході позааудиторної роботи зі студентами проведено соціологічні дослідження для вивчення того, як студенти розуміють проблему патріотизму; створено агітаційні групи, що поширювали відомості про патріотичний характер фізичної культури, налагоджували співпрацю студентів різних закладів.

Отже, під час дослідження виокремлено та впроваджено в практику позааудиторної діяльності такі навчальні інтеграційні технології: просвітницькі, тренінгові, агітаційні, соціологічні технології, інформаційні міні-лекції, технології аналізу, порівняння, абстрагування. Їх можна умовно поділити на об'єктивні та суб'єктивні. Суб'єктивні технології мають індивідуальний характер і покликані допомогти студентам зрозуміти та усвідомити основні патріотичні положення шляхом аналізу, порівняння, абстрагування тощо. Об'єктивні навчальні технології застосовують для взаємообміну досвідом, думками та пропозиціями. Навчальні технології з реалізації засад патріотичного виховання підвищують активність студентів, формують відповідальність, дисциплінованість і самостійність, не передбачають оцінювання з боку викладачів, які натомість лише підтримують та структурують студентів.

Поряд із навчальними реалізують виховні технології, що є їхнім гармонійним компонентом. За результатами експерименту, виховні технології поділено на патріотичні, індивідуальні й групові, причому вони не існують у чистому вигляді, а взаємопереплітаються. Так, патріотичні технології мають власний зміст, що відображається в характері проведення того чи іншого фізкультурного заходу в позанавчальній діяльності. Індивідуальні та групові виховні технології потрактовано відповідно до форм роботи зі студентами в позааудиторній діяльності. Для впровадження названих технологій необхідно проконсультувати викладачів фізичної культури з приводу патріотичного призначення засобів фізичної культури та системи української фізичної культури загалом. З огляду на це важливу роль

відіграє просвітницька робота серед викладачів фізичної культури.

У контексті нашого дослідження виховні технології проаналізовано в діяльності служби з організації дозвілля, що поряд з основними її завданнями покликана реалізовувати патріотичне виховання, зокрема формувати патріотичність студентів засобами фізкультурної діяльності. Зусилля такої служби зосереджено на організації фізкультурних свят, розваг, туристично-молодіжних таборів. За складом служба є інтегрованою, оскільки об'єднує викладачів, методистів, тренерів-інструкторів та студентський актив. До основних напрямів діяльності служби додано основні завдання патріотичного виховання: організація фізкультурних свят, розваг, упровадження навчальних, виховних і фізкультурних технологій, спрямованих на формування патріотичності – активної патріотичної, громадянської позиції, відповідальності, обов'язковості та відчуття обов'язку перед державою й суспільством.

Принагідно зауважимо, що, згідно з матеріалами спецкурсу, фізкультурні свята структуровані відповідно до засад патріотичного виховання (див. Додаток Л). Організація свята відтворює зміст II модулю спецкурсу та передбачає інтегровану діяльність викладачів фізичної культури, тренерів-інструкторів, студентського активу. У ході свята заплановано застосування засобів української фізичної культури в безпосередній фізкультурно-оздоровчій діяльності студентів. Так, проведено козацькі патріотичні ігри; спортивне свято “Моє здоров'я – цінність суспільства”, яке передбачало спортивні ігри, естафети, конкурси, вікторини; розважальне свято на воді; семінар-диспут “Здоровий активний спосіб життя та патріотична позиція”; конкурс-захист проєктів з ефективних моделей упровадження патріотичного виховання у фізкультурно-оздоровчій діяльності; велосипедну екскурсію визначними історичними місцями району.

Загалом уся система позааудиторної роботи, комплексно проаналізована нами в розробленому спецкурсі, прогнозує застосування таких форм роботи, як тренінги, ділові, педагогічні та імітаційні ігри,

педагогічні ситуації на патріотичну тематику та ін. Зазначимо, що тренінг слугував основною формою роботи із забезпечення I модулю, покликаною підвищити активність студентів, нейтралізувати емоційне напруження в певних ситуаціях педагогічної взаємодії та посилити самостійність ухвалення рішень студентами. У ході тренінгу обговорено змодельовані навчальні ситуації для вироблення в студентів навичок адекватно застосовувати власний психологічний, інтелектуальний, емоційний і творчий потенціал, для формування особистісної та творчої компетентності, що оптимізуватиме розв'язання складних проблем. Загалом така форма роботи має на меті:

- формування в студентів почуття відповідальності за виконання інтелектуальних і фізичних завдань у позааудиторній діяльності;
- активізація уваги на патріотично зорієнтованих засобах української фізичної культури;
- інформування студентів про те, що позааудиторна діяльність – не оцінна, основне її призначення полягає у формуванні самостійності, дисциплінованості та відповідальності студентів;
- сприяння активній рольовій позиції всіх охочих;
- вироблення професійного ставлення всіх учасників тренінгу до виховного процесу;
- виховання поваги та довіри до всіх учасників позааудиторної діяльності.

У процесі тренінгу апробовано низку навчальних і виховних технологій.

Тренувально-імітаційні технології (фрагмент)

Блок I. Асоціативно-рольова гра. Інструкція: спробуйте створити образ, уявивши себе в ролі організатора розважально-оздоровчого заходу; тренера-інструктора нетрадиційних форм фізичної культури; методиста з питань засобів української фізичної культури; тренера з козацьких єдиноборств.

Фізкультурно-педагогічна ситуація. Інструкція: Вашій увазі запропоновано певний вид фізичних вправ у формі жестів. Розгадайте, який

саме вид фізичних вправ Вам представляють.

Блок II. Фізкультурно-виховна технологія. Інструкція: студентам пропонують представити за 1-2 хв. той чи інший види української фізичної культури та довести його патріотичний зміст. Виступи обговорюють усі учасники тренінгу, обираючи найкраще представлення й обґрунтування фізичних вправ.

Блок III. Організаційні ігри. Інструкція: розподіліть учасників на окремі команди. Усім командам надано 20 хв., щоб обрати тему та представити умовну організацію культурно-оздоровчого свята (за вибором). Ви повинні зазначити мету свята, основні етапи його організації та охарактеризувати його патріотичне спрямування. Журі (студенти, які не увійшли до команд) визначає найбільш активних організаторів та найзмістовніше за патріотичним наповненням свята.

Блок IV. Фізкультурно-виховні технології. Інструкція: об'єднайтеся в групи, доберіть комплекс рухливих вправ за запропонованою музикою, що відображали б патріотичну проблематику, зокрема виховували патріотизм, витривалість, рухливість, швидкість. Визначте вболівальників, які підтримуватимуть ваш виступ. За результатами ви отримаєте право брати участь у Спартакіаді університету з видів спорту.

Представлений фрагмент упровадження навчальних, виховних і фізкультурних технологій у позааудиторну діяльність дає змогу підтвердити висловлене припущення стосовно інтегративного характеру позааудиторної діяльності та наявності потенціалу патріотичного виховання (за умови правильного добору методів і прийомів реалізації засад патріотичного виховання) саме в окресленому виді роботи.

Структурною частиною тренінгу також стали ігрові технології, до яких зараховано педагогічні ігри, проблемні педагогічні ситуації, ділові та рольові ігри. Апробуючи будь-які ігрові ситуації, ми дотримувалися кількох базових правил:

- ігрові технології мають реалізовуватися на засадах толерантного

ставлення учасників до інших осіб;

- ігрові технології повинні базуватися на свободі самовиявлення кожного учасника, що сприятиме ініціативності, творчій активності, інтеграції ідей;

- ігрові технології покликані активізувати діяльнісний характер висловлених учасниками гри ідей, побажань, створювати умови для їх практичного втілення, розв'язання проблемних ситуацій.

У ході спецкурсу апробовано такі педагогічні ігри, як “Моя патріотична позиція” (студентам запропоновано створити власну модель патріотизму), “Технології сучасної фізичної культури та їх реалізація засобами патріотичного спрямування” (використання засобів української фізичної культури та надання їм сучасного патріотичного змісту), “Фізичний потенціал та відчуття обов’язку” (у грі студенти мали представити власні фізичні можливості та визначити їхнє патріотичне спрямування, висловити бачення стосовно власної відповідальності). Крім того, застосовано й педагогічні ігрові ситуації патріотичного характеру.

Проблемна ситуація 1. Зміст ситуації: Вам запропонували створити фізкультурно-оздоровчий центр для студентів або для школярів, зазначивши обов’язкову умову – у діяльності центру має переважати патріотичне спрямування. Проблемні позиції: зазначте, що саме домінуватиме у Вашій діяльності; які основні напрями роботи Ви виокремите; як би Ви відобразили патріотичний зміст у діяльності центру; які засоби фізичної культури використовуватимете?

Проблемна ситуація 2. Зміст ситуації: Ви тренер-інструктор із будь-якого сучасного виду спорт. Вам доручено урізноманітнити цей вид спорту засобами української фізичної культури, зокрема козацькими забавами, іграми та ін., щоб стиль, форми й методи тренування узгоджувалися з бажаннями Ваших відвідувачів і зацікавлювали їх. Проблемні позиції: які саме види та форми української фізичної культури Ви б обрали і чому; як би Ви адаптували обрані види української фізичної культури; які методи та

засоби були б Вами обрані для досягнення мети?

Проблемна ситуація 3. Зміст ситуації: Вам потрібно розробити ефективну систему з організації відвідування студентами позааудиторних занять із фізичної культури, де реалізують засоби української фізичної культури. Проблемні позиції: як саме Ви б організували такі заняття; які методи та прийоми Ви застосовували б у власній діяльності; чим би Ви урізноманітнили діяльність власних занять та зацікавили б учасників?

Проблемна ситуація 4. Зміст ситуації: Вам пропонують розробити сучасну систему українських ігор, які сприяли б оздоровленню та формували патріотичність студентів. У такій системі мають бути передбачені фізичні вправи на розвиток гнучкості, сили, витривалості, спритності, рухливості та ін. Проблемні позиції: які саме методи та прийоми були б обрані Вами для реалізації такого завдання; яким фізичним вправам і розвиткові яких саме якостей Ви б надали перевагу; як би Ви обґрунтували розвиток патріотичності, що відображається в застосуванні українських народних ігор?

Виконуючи завдання патріотичного виховання в позааудиторній діяльності, ми застосовували рольові ігри як компоненти ігрових технологій – для розвитку патріотичності шляхом трансмісії отриманих студентами знань із патріотичної проблематики в практичну площину. Рольові ігри покликані посилити інтерес до патріотичних особливостей фізичної культури, формувати вміння та навички орієнтуватися в ситуаціях, які потребують активізації почуття обов'язку, відповідальності, вияву стійкої патріотичної та громадянської позиції. Ситуації патріотичного характеру, представлені в рольових іграх, були спрямовані на розвиток умінь студентів ухвалювати рішення, що узгоджувалися б з патріотичною позицією та громадянським баченням тих чи тих ситуацій.

Особливого значення набуває те, наскільки в студентів розвинені вміння аналізувати, синтезувати, узагальнювати, оцінювати ситуації патріотичного характеру і чи здатні вони прогнозувати результати власної

діяльності, пов'язаної з певним патріотично зорієнтованим вибором. Такі ігри, на нашу думку, збагачують досвід студентів, допомагають з'ясувати, як чинити відповідно до власної громадянської та патріотичної позиції, зважати на громадянський обов'язок. Застосування рольових ігор патріотичного спрямування сприятиме розширенню патріотичного світогляду, розумінню, усвідомленню та реалізації творчої компетентності й формуванню готовності втілювати патріотичний зміст у фізкультурну діяльність. Для демонстрування теоретичних положень фрагментарно подаємо розроблену нами рольову гру "Визнач власну патріотичну позицію" (у двох варіантах).

Мета гри 1: формувати усвідомлення студентами власної патріотичної позиції та навичок її утвердження в міжособистісній взаємодії; формувати вміння та навички виражати власну патріотичну позицію, повідомляти її в колективі, безконфліктно обстоювати її та керуватися нею в проблемних ситуаціях; виховувати самостійність, творчий підхід, дисциплінованість, уміння об'єктивно оцінювати діяльність.

Вступний етап гри передбачає розподіл студентів на підгрупи, визначення експертних осіб, які будуть оцінювати учасників гри за власними розробленими правилами.

Основний етап гри: за активну громадянську та діяльнісну позицію в житті студентського колективу адміністрація університету передбачила три заохочувальні призи для відзначення найкращих студентів. Необхідно визначити таких осіб і розподілити між ними нагороди.

Ігрові проблемні ситуації на вибір:

- шляхом розроблення конкурсних завдань, попереднього оцінювання успішності, активності, наявності громадянської позиції та відповідальності Рада факультету вважає за необхідне визначити осіб, які заслуговують на призи;

- зібрано відповідні органи управління та студентського самоуправління, проаналізовано успішність студентів; старости груп назвали тих, хто є найбільш активним у житті студентської групи, на підставі чого

ухвалено рішення про відзначення нагородами.

Можливий вибір та обґрунтування: яку б позицію обрали Ви, розв'язуючи цю проблемну ситуацію; якими критеріями Ви б керувалися; що саме слугувало б показником успішності – навчання чи загальна громадянська позиція тих, кого потрібно відзначити нагородою; яке Ваше особисте рішення?

Завершальний етап гри передбачає окреслення основних критеріїв вибору, конкретизацію показників, за якими обирали тих, кого варто нагородити, констатацію особистісних і громадянських характеристик осіб. Підбиття підсумків гри.

Мета гри 2: формування активної громадянської та відповідальної позиції; формування вміння конструктивно визначати власну позицію та повідомляти її іншим; формування вміння усвідомлювати та структурувати власну громадянську позицію, обирати необхідне рішення щодо її реалізації; виховання відповідальності, обов'язковості та дисциплінованості.

Вступний етап гри передбачає вільний розподіл обов'язків між студентами.

Основний етап гри: необхідно підготувати та організувати фізкультурно-оздоровче свято серед студентів, чия позиція має бути активною.

Ігрові проблемні ситуації на вибір – організація фізкультурно-оздоровчого свята повинна відбуватися в чотирьох напрямках:

- організаційний напрям передбачає підготовку засобів для проведення свята, зокрема облаштування спортивної зали та підготовку належного спорядження;

- змістовний напрям прогнозує розроблення сценарію свята, виокремлення його основних етапів, видів фізичної активності та фізичних завдань, з'ясування патріотичного спрямування;

- методичний напрям передбачає технічне оформлення свята і добір студентів до груп підтримки;

– агітаційно-масовий напрям включає інформаційну роботу серед студентів для залучення їх до участі у святі.

Виокремленні організаційні напрями були складними і передбачали свідомий вибір студентами їхньої участі в тому чи в тому святі. Процедурно їм було запропоноване право вибору участі в певному напрямі. У процесі вибору студентами завдань викладач додатково інструктував їх та контролював адекватність сприйняття інформації.

Можливий вибір та обґрунтування: аргументуйте, чому саме Ви обрали той чи той напрям організації фізкультурно-оздоровчого свята; як саме Ви будете реалізовувати обраний напрям; чи потрібна Вам додаткова допомога викладача; чи доцільно, на Вашу думку, створювати комісію, яка має контролювати організацію свята?

Завершальний етап гри передбачає спільне обговорення викладачем та учасниками гри того, чи досягнуто мети, які саме особистісні й патріотично зорієнтовані якості виявилися, яким був рівень активності та відповідальності кожного учасника гри, хто зарекомендував себе як найбільш активний та відповідальний учасник.

Представлені варіанти гри покликані з'ясувати рівень відповідальності, громадянськості, обов'язковості, дисциплінованості, самостійності та поміркованості в ухваленні рішень, що дає підстави говорити про рівень розвитку патріотичності.

Рольова гра “Патріотичні якості майбутнього фахівця в галузі фізичної культури”

Мета гри: визначення студентами основних якостей майбутнього фахівця фізичної культури; виокремлення якостей, що свідчать про патріотичну позицію; конкретизація ставлення студентів до здорового способу життя та його патріотичного характеру; формування вмінь визначати та моделювати особистісні, професійні й патріотичні якості.

Вступний етап гри інформує учасників про особливості підготовки до гри, а також передбачає визначення можливих лідерів.

Основний етап гри прогнозує розподіл студентів на підгрупи та визначення активу.

Ігрові проблемні ситуації на вибір – розподіл між підгрупами таких завдань:

- визначити особистісні та патріотичні якості майбутніх фахівців у галузі фізичної культури за такими напрямками: професійні, інтелектуальні, фізичні, патріотичні, громадянські;

- розподілити виокремлені якості за критеріями “бажані якості” та “небажані якості”;

- на основі окреслених бажаних і небажаних якостей розробити модель патріотично зорієнтованого та неорієнтованого фахівця; з’ясувати, як саме студенти розуміють такі моделі;

- створити модель патріотичності, подати її змістові характеристики.

Обраний актив має запропонувати та обґрунтувати модель, зважаючи на виокремлені критерії: індивідуально-особистісне розуміння патріотизму та патріотичності особистості майбутнього фахівця, визначення традиційних і нетрадиційних умінь реалізувати завдання патріотичного виховання у власній професійній діяльності, розроблення програми з фізичної культури для студентських груп з урахуванням патріотичного спрямування.

Можливий вибір та обґрунтування: охарактеризуйте активність групи та Вашу активність у процесі виконання завдань гри; з’ясуйте, чи все вдалося Вам у груповій роботі, яка передбачала декілька спільних групових рішень; зазначте, чи було створену ефективну програму з реалізації патріотичного виховання у фізичній культурі.

Завершальний етап гри передбачає обговорення всіх можливих варіантів спільної діяльності, аналіз помилок та промовистих моментів гри, а також з’ясування того, як учасники розуміють зміст моделі фахівця, моделі патріотизму, яку вони мали втілити в ігрових умовах, розробляючи програму з фізичної культури для студентів.

Отже, рольові ігри вможливили з’ясування стану розуміння та

усвідомлення студентами феномену патріотичності не тільки в теоретичному аспекті, але й у практичному руслі діяльній позиції студента.

У ході наукового пошуку апробовано доцільність проведення ділових ігор, покликаних сформувати в майбутніх фахівців ділові вміння та навички організації позааудиторної діяльності й реалізації засад патріотичного виховання. Ділова гра, на нашу думку, сприяє не тільки визначенню власних позицій в організації фізкультурно-оздоровчого заходу, але й формуванню (шляхом добору ефективних фізичних засобів патріотичності) умінь ухвалювати життєво важливі рішення. (Нижче фрагментарно подано зразки ділових ігор.)

Ділова гра “Організація фізкультурно-оздоровчих заходів на патріотичну проблематику”.

Мета гри: формування умінь і навичок розробляти та втілювати методику організації фізкультурно-оздоровчих заходів, покликаних реалізувати завдання патріотичного виховання; обирати ефективні засоби, методи, прийоми та форми, які сприятимуть підвищенню фізичної культури та формуванню патріотичності учасників; позитивному та відповідальному ставленню студентів до власного фізичного здоров'я, усвідомленню його значущості в системі міжособистісної взаємодії.

Вступний етап гри полягає в розподілі учасників на підгрупи, виокремлення можливих лідерів, вибір журі.

Основний етап гри передбачає послідовне виконання таких завдань:

- формулювання групою власного девізу за запропонованими словами: спорт, змагання, рух, відпочинок, біг та ін.;
- послаблення емоційного напруження шляхом демонстрування запропонованих станів: радості, веселощів, гніву, з їхніми позитивними та негативними виявами (наприклад, команді пропонують виразити радість від позитивної чи від негативної події);
- демонстрування командами власних фізичних якостей, зокрема тих, що допомагають як у виконанні фізичних вправ, так і в повсякденному житті;

– реалізація вмінь і навичок студентів із фізичної культури. (Команди мають спочатку відповісти на запитання ведучого про роль фізичної культури в житті людини, обґрунтувати зв'язок фізичної культури та патріотичності людини, довести важливість активності й патріотичної позиції в реалізації завдань фізичної культури та ін. Відповіді фіксує журі. Згодом учасники гри демонструють ті чи ті фізичні вправи на розвиток м'язів, тулуба, рук, ніг, шиї та ін. Журі фіксує отримані бали.)

Завершальний етап гри передбачає обговорення методики організації фізкультурно-оздоровчого заходу та визначення основних аспектів його патріотичного спрямування. Захід має сформувати такі змістові характеристики патріотичності, що дають учасникам змогу переконатися в доцільності здорового способу життя, його цінності для суспільства в цілому, значущості громадянської позиції.

Ділова гра “Конкурс-захист проектів ефективних моделей упровадження патріотичного виховання у фізкультурно-оздоровчій діяльності”.

Мета гри: формування в студентів знань і навичок обґрунтовувати базові положення патріотичного виховання, що реалізують у практичній діяльності засобами української фізичної культури; створення моделі патріотичності та її вираження в засобах української фізичної культури; формування вмінь та навичок розвивати патріотичність засобами української фізичної культури.

Вступний етап гри передбачає обговорення регламенту гри, визначення складу команд та групи незалежних експертів.

Основний етап гри – поетапне виконання визначених структурою гри завдань. Так, перший етап передбачає з'ясування засобів української фізичної культури, що сприяють формуванню патріотичності студентів. Студенти повинні відповісти на запитання, які види спорту та туризму можуть включати засоби української фізичної культури й сприяти розвитку патріотичності; який існує зв'язок між фізичним здоров'ям людини,

системою української фізичної культури та фізкультурно-оздоровчою діяльністю?

Командам потрібно представити відповіді й запитання, обґрунтувавши їх та подавши в обраній формі.

Наступний блок запитань, на які студенти мали дати відповіді, покликаний з'ясувати, якими знаннями володіють студенти щодо практичних шляхів реалізації патріотичності засобами української фізичної культури. Із поданого переліку умов формування патріотичності у фізкультурно-оздоровчій діяльності виокремить ті, які, на Вашу думку, є найбільш ефективними:

- майстерність і професіоналізм викладача, методиста, тренера-інструктора;
- матеріальна забезпеченість фізкультурно-оздоровчої діяльності;
- з'ясування чіткого взаємозв'язку між позааудиторною, навчальною та виховною діяльністю;
- створення єдиної технології: змістове забезпечення, методичні напрацювання, оновлення змісту, методів і форм позааудиторної діяльності засобами фізкультурно-оздоровчої роботи.

Перший етап гри потребував розроблення та підготовки до презентації проекту – моделі впровадження патріотичного виховання у фізкультурно-оздоровчій діяльності.

Другий етап передбачав розроблення командами проекту, розмірковування учасників над тим, як краще його презентувати, виокремлення основних форм і засобів фізичної культури, які б відображали патріотичну проблематику та мали фізкультурно-оздоровчий зміст.

У ході третього етапу команди обґрунтовували власні проекти, вивчали їхню ефективність у контексті формування патріотичності у студентів.

Завершальний етап гри – обговорення презентованих проектів, визначення найбільш ефективних робіт, які максимально реалізовували поставлену мету, оцінювання активності кожної команди.

Отже, застосування ділових ігор було спрямоване на реалізацію III модулю, який передбачав формування в студентів умінь та навичок організовувати фізкультурно-оздоровчі, спортивні заходи, змагання у вигляді українських народних ігор, використовувати засоби української фізичної культури як напряму фізичної культури, що відтворює зміст патріотичної проблеми та сприяє формуванню патріотичності – особистісної характеристики та професійно значущої якості.

Специфіка підготовки майбутніх фахівців полягає у формуванні знань патріотичного характеру, а також у їх закріпленні у фізкультурних навичках, які водночас слугують засобами формування патріотичності саме за допомогою фізкультурної діяльності студентів, що активно розгортається в позааудиторній діяльності. Саме тому особливого значення набули фізкультурно-оздоровчі технології з реалізації завдань патріотичного виховання в позааудиторній діяльності. З огляду на це ми застосовували інтегративні фізкультурно-оздоровчі технології, що, з одного боку, пропонували студентам розкрити власне розуміння змісту та призначення позааудиторної діяльності, з іншого – допомагали з'ясувати засоби, які б максимально реалізовували мету з формування патріотичності. Студентам поставлено такі запитання: “Чи визначаєте Ви для себе власну мету Вашої участі в позааудиторній діяльності?”; “Чи характеризуєте Ви власні знання, уміння та навички з реалізації методики розвитку фізичних якостей як сформовані чи не сформовані? Обґрунтуйте відповідь”; “Розробіть комплекс фізичних вправ для людини Вашого віку, що не тільки мав би на меті фізкультурний зміст, але й сприяв формуванню патріотичного світогляду”.

Відповіді на поставлені запитання дали нам змогу виокремити ще один ефективний вид позааудиторної діяльності (поряд з індивідуальним та груповим) – самостійну роботу. Реалізуючи формувальну частину дослідження, ми суворо регламентували самостійну роботу, запропонувавши студентам створити міні-команди для виконання завдань фізкультурно-оздоровчої діяльності поза межами університету, тобто за місцем

проживання та за інтересами. Із поданого переліку засобів української фізичної культури учасники мали обрати ті, які є для них найбільш прийнятними та зацікавлюють їх. Після обрання засобів фізичної культури студенти спільно з викладачем розробили індивідуальні програми занять фізичною культурою. Для впровадження програми запланований термін становив шість тижнів, протягом яких студенти вдосконалювали власні фізичні якості, розвивали патріотичність.

Наголосимо, що самостійна діяльність міні-команд із реалізації програм, крім того, уможлиблювала участь студентів у загальноуніверситетських фізкультурно-оздоровчих заходах, у секційній роботі та спортивно-розважальних заходах. Для з'ясування ефективності самостійної роботи працювала експертна комісія, що оцінювала результати впроваджуваних студентами програм. До складу незалежної експертної комісії ввійшли студенти фізкультурно-спортивного активу та служби з організації дозвілля. Після завершення визначеного терміну проведено незалежне експертне оцінювання шляхом порівняння попереднього, вихідного рівня сформованості фізичних і патріотичних навичок у студентів та контрольного тестування, що дало змогу виявити динаміку змін. Суттєву увагу в ході оцінювання приділено ініціативності студентів, що виявлялася в модифікації самостійної фізкультурно-оздоровчої діяльності.

У процесі наукового пошуку були передбачені міні-завдання, покликані вивчити рівень активності студентів до участі в позааудиторній діяльності, з'ясувати ступінь усвідомлення та розуміння студентами значення позааудиторної роботи для формування патріотичного світогляду, патріотичної й громадянської позиції, відповідальності, почуття обов'язку як перед самим собою, так і перед державою та суспільством загалом.

Міні-завдання 1: визначити стан сформованості патріотичності та патріотичної й громадянської позиції в студентів I і II курсів; з'ясувати, чи поєднують вони патріотичність із власною фізкультурною активністю; виконати порівняльну характеристику особливостей патріотичності в

студентів різних курсів.

Міні-завдання 2: конкретизувати методи і прийоми, що застосовують у процесі викладання та які сприяють чи, навпаки, не сприяють розвиткові патріотичності студентів у процесі реалізації ними завдань фізкультурної діяльності; дослідити, які саме особистісні риси викладачів сприяють формуванню патріотичності та активності в реалізації студентами завдань патріотичного виховання й фізкультурної діяльності в позааудиторній роботі.

Міні-завдання 3: шляхом спостереження та фіксації даних вивчити, чи притаманна патріотичність однокурсникам або студентам старших курсів, чи реалізують її на заняттях фізичної культури, чи розрізняють студенти власну патріотичність і як вони її характеризують; розробити критерії розвитку патріотичності в межах реалізації завдань фізичної культури.

Міні-завдання 4: охарактеризувати розвиток патріотичності, власне ставлення й ставлення однокурсників до фізичної культури.

Міні-завдання 5: організувати та провести семінар-диспут у межах позааудиторної роботи на тему “Патріотична позиція та фізична культура особистості”.

Міні-завдання 6: визначити рейтинг та ставлення студентів до позааудиторної роботи, порівняно з іншими видами діяльності в межах освітнього процесу.

Міні-завдання 7: запропонувати власне бачення, стиль, прийоми, методи та засоби, види й форми впровадження позааудиторної роботи зі студентами.

Міні-завдання 8: розробити власну інтеграційну програму, яка включала б розвиток патріотичності шляхом виконання завдань фізкультурно-оздоровчої діяльності.

Представлені нами міні-завдання спрямовано як на розвиток активності студентів, так і на формування їхньої патріотичності засобами фізичної культури і спорту. Міні-завдання запропоновано для самостійної роботи, результати якої обговорено під час тренінгових занять (органічних

складників розробленого нами спецкурсу). Така діяльність студентів у позааудиторній роботі підтвердила висловлене припущення, що патріотичне виховання та розвиток патріотичності як особистісно значущої якості мають відбуватися в межах безоцінної діяльності, де активізується особистісний і творчий потенціал студентів, їхня відповідальність, самостійність та дисциплінованість.

Отже, вивчення педагогічних особливостей позааудиторної діяльності студентів та специфіки реалізації завдань патріотичного виховання дає підстави стверджувати, що позааудиторна діяльність сприяє формуванню патріотичності як інтегрованої та складнодиференційованої системи в розвитку особистості. Дієвість роботи залежить від ефективно структурованої системи її реалізації, що включає виокремлення компонентів позааудиторної діяльності, конкретизацію показників патріотичного виховання, визначення рівнів сформованості патріотичності, обґрунтування навчальних, виховних і фізкультурно-оздоровчих технологій. Формування патріотичності студентів має базуватися на індивідуальній, груповій, самостійній активній позиції студентів.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Балашов Д. І., Скляренко Л. О. Теоретико-методичні та практичні аспекти організації занять фізичною культурою з метою підвищення мотивації студентів. Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту різних груп населення : матеріали XXI Міжнародної науково-практичної конференції молодих учених. Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2021. Т. 1. С. 32-36.
2. Балашов Д. І., Бермудес Д. В., Возний А. П. Дослідження рухової активності учнів основної школи. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наукових праць / Київ : Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2021. Випуск 4 К (132) 21. С. 34-38.
3. Бенедь В. П. Цілеспрямовані дії фізичних вправ на розумову працездатність людини / Луцьк: Настир'я, 1996. 104 с.
4. Бермудес Д. В., Балашов Д. І., Рибалко П. Ф. Педагогічні умови формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до застосування диференційованого підходу навчання. Педагогічні науки : теорія, історія, інноваційні технології : СумДПУ ім. А.С. Макаренка, № 3 (107), 2021.
5. Бех І. Д. Теоретико-методологічні засади сучасного навчально-виховного процесу / Філософія освіти XXI століття: проблеми і перспективи: Зб. наук. праць. К.: Знання, 2009. Вип. 3. С. 226–234.
6. Биличенко Е. Зовнішність як найважливіший стимул мотивації до рухової активності студентів / Спортивний вісник Придніпров'я. 2015. № 1. С. 10–15.
7. Білогур В. Є. Теоретико-методичне забезпечення фізичного виховання у вищих закладах освіти: автореф. дис. канд. наук з фізичного виховання і спорту: 24.00.02 / Рівне, 2002. 18 с.
8. Булатова М. М. Здоров'я і фізична підготовленість населення України / Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2004. № 1. С. 3–9.

9. Винник В. Д. Особливості формування інтересу та мотивації до занять фізичним вихованням / Теорія та методика фізичного виховання. 2010. № 12. С. 39–42.

10. Волков В. Л. Основи професійно-прикладної фізичної підготовки студентської молоді / К. : Знання України, 2004. 82 с.

11. Гончаренко С. У. Український педагогічний словник / К.: Либідь, 1997. 376 с.

12. Дубограй О. Д., Завацький В. І., Короп Ю. О. Методика фізичного виховання студентів, віднесених за станом здоров'я до спеціальної медичної групи / Луцьк: Надстир'я, 1995. 220 с.

13. Домашенко А. В. Організаційно-педагогічні системи фізичного виховання студентської молоді України: автореф. дис. ... канд. наук з фіз.вих. і спорту: 24.00.02 / Львів, 2003. 24 с.

14. Ємець О. Педагогічні ситуації в підготовці вчителя фізичної культури / Фізичне виховання в школі. 1998. № 4. С. 10–11.

15. Закатнов Д. О. Виховання в учнів професійних інтересів у процесі економічної підготовки / Теоретично-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді. : Київ-Житомир: Вид-во Волинь, 2003. С. 219–225.

16. Ільченко А. Рішення колегії Міністерства освіти і науки України від 13 грудня 2002 р. «Про хід виконання заходів Міністерства освіти і науки України цільової комплексної програми «Фізичне виховання – здоров'я нації» / Фізичне виховання в школі. 2003. № 1. С. 12–14.

17. Завійська В. Вивчення рівня зацікавленості в студенток Львівської Комерційної Академії до занять з шейпінгу в навчальному процесі / Молода спортивна наука України. Зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. Вип. 8. Т. 3. Львів: НВФ «Українські технології», 2004. С. 122–126.

18. Ігнатенко П. Р. Співвідношення національних і загальнолюдських цінностей у вихованні / Цінності освіти і виховання. За ред. О. В. Сухомлинської. К., 1997. С. 47–49.

19. Иващенко Л. Я. Условия эффективного управления здоровьем в процессе занятий физическими упражнениями / Фізична підготовленість та здоров'я населення: Зб. наук. матеріалів міжнар. симпозіуму. Одеса, 1998. С. 114–115.

20. Кабачков В. А. Обоснование оптимального двигательного режима для юношей 15-18 лет / Оптимізація процесу фізичного виховання в системі освіти: Матеріали Всеукраїнської наук. конф. Київ – Тернопіль, 1997. С. 83–85.

21. Канішевський С. М., Росипчук І. О. Спілкування у сфері фізичного виховання студентів у вищих навчальних закладах України як соціально-психічне явище / Педагогіка, психологія та медико-іологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наук. праць. За ред. С.С. Єрмакова. Харків – Донецьк: ХДАММ (XXIII), 2005. № 10. С. 26-31.

22. Канішевський С. М., Пех С. В Педагогічне керівництво процесом фізичного самовдосконалення студентів / Матеріали Всеукраїнської наук.-практ. конф. / Київ, Національний університет «Києво-Могилянська академія», 2007. С. 155–158.

23. Карабанов А., Караванова Н., Зубрицький Б. Шляхи підвищення мотивації студентів до фізичного виховання й спорту у закладі вищої освіти / Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб.наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. Луцьк., 2010. № 4 (12). С. 43-46.

24. Карпюк І. Щоденник контролю і самоконтролю – складова навчально-виховного процесу у спеціальній медичній групі / Фізична культура, спорт та здоров'я нації. / Зб. наук. праць. Вип. 5. Вінниця, 2004. С.72–76.

25. Ковтун А. Врахування психофізіологічних особливостей студентів в процесі формування мотивації до занять фізичною культурою і спортом / Спортивний вісник Придніпров'я. 2016. № 1. С. 176–181.

26. Королінська С. В. Клубна форма організації занять фізичним вихованням студентів вузів: автореф. дис. канд. наук з фізичного виховання і спорту: 24.00.02 / Львів, 2007. 21 с.

27. Коваль В.О. Патріотичне виховання учнів у процесі вивчення української літератури в старших класах загальноосвітньої школи: Дис... канд. пед. наук. 13.00.02.-К.: Інститут педагогіки АПН України, 1999.- 191 с.

28. Краснов В. П. Вплив мотиваційних пріоритетів на ефективність занять з фізичного виховання студентів аграрних вищих навчальних закладів / Теорія і практика фізичного виховання. 2004. № 3. С. 188–192.

29. Кузнецова О. Т. Фізична і розумова працездатність студентів з низьким рівнем фізичної підготовленості: автореф. дис. канд. наук з фізичного виховання і спорту: 24.00.02 / Львів, 2005. 22 с.

30. Кузьменко В. Ю. Становлення та розвиток поняття «здоровий спосіб життя» / Морально-духовний розвиток особистості в сучасних умовах: Зб. наук. праць. Книга 1. К., 2000. С. 117–124.

31. Леонов О. З. Формування ціннісного ставлення студентів до власного здоров'я / Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді.: Зб. наук. праць. К-П: Абетка-НОВА, 2007. Випуск 10. Т. 2, С. 442–450.

32. Леко Б. Психологічні особливості студентів спеціальної медичної групи з фізичного виховання / Молода спортивна наука України. : Зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. Вип. 9. Т. 4. Львів: НВФ «Українські технології», 2005. С. 178–183.

33. Матукова Г. І. Формування фізичної культури студентів вищих навчальних закладів у позааудиторний час: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / К., 2005. 221 с.

34. Мудрік В. І. Вплив міжнародних організацій на розвиток фізичного виховання та спорту / Основи здоров'я та фізична культура. 2008. № 5-6. С. 12–17.

35. Мурза В. П. Фізичні вправи і здоров'я / М.: Здоров'я, 1991. 254 с.
36. Окаринський М.М. Антинаркогенне виховання підлітків у пластовій організації: Метод. посіб. для вихов. пластового юнацтва. – Тернопіль: Навчальна книга, „Богдан”, 1999. – 96 с.
37. Національна доктрина розвитку освіти України у ХХІ столітті / Освіта: Всеукраїнський громадсько-політичний тижневик. 2001. № 54-55. С. 4–5.
38. Носко М. О. Проблема рухової активності молоді в сучасній літературі / Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. Х., 2001. № 24. С. 15–24.
39. Педагогічний словник / За ред. М. Д. Ярмаченка. К.: Педагогічна думка, 2001. 516 с.
40. Петрица П. Значення самостійних занять фізичними вправами для студентів груп фізичної реабілітації / Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб. наук. пр. Східноєвроп. нац. ун-ту ім. Лесі Українки / уклад. А. В. Цьось, С. П. Козіброцький. Луцьк: Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2015. № 2 (30). С. 91–95.
41. Працездатність студентів: оцінка, корекція, управління / Магльований А. А. [та ін.]. Л.: Львівська політехніка, 1997. 28 с.
42. Плачинда Т. С. Педагогічні умови стимулювання активності студентів вищих педагогічних навчальних закладів до фізкультурної діяльності: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / К., 2007. 215 с.
43. Пильненький В. В. Організаційно-методичні основи оздоровчого тренування студентів з низьким рівнем соматичного здоров'я: автореф. дис. канд. наук з фізичного виховання і спорту: 24.00.02 / – Львів, 2005. 20 с.
44. Поташнюк Р., Поташнюк Г., Іванова І. Напрями оптимізації фізкультурно-оздоровчої роботи учнівської та студентської молоді / Вісник університету Поділля. № 5. Ч. № (48). Хмельницький, 2002. С. 27–30.

45. Ремзі І. В., Сичов Д. В., Водолазський Д. М. Рухова активність студентів ВНЗ педагогічних спеціальностей у сучасних умовах навчання / Проблеми інженерно-педагогічної освіти. 2011. № 30-31. С. 252–255.
46. Ровний А. С., Ровний В. А., Ровна О. О. Фізіологія рухової активності / Х., 2014. 344 с.
47. Склярєнко А. О., Балашов Д. І. Прояв вольових якостей в процесі занять фізичною культурою. Цифрові технології в процесі підготовки спортсменів в умовах формального і неформального навчання : матеріали І міжнародної науково-практичної конференції : відп. ред. Д. В. Бермудес. Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2021. С. 121-122.
48. Смакула О.І. Формування ціннісного ставлення майбутніх учителів до фізичної культури: дис. канд. пед. наук: 13.00.04 / К., 2004. 194 с.
49. Фалькова Н. І. Фізична підготовка студенток економічних спеціальностей з урахуванням їх морфофункціональних особливостей: автореф. дис. канд. наук з фіз. вих. і спорту: 24.00.02 / Л., 2002. 19 с.
50. Язловецький В. С., Турчак А. Л., Лещенко Г. А. Спортивно-масова та фізкультурно-оздоровча робота у вищій школі: навч. посібн. / Кіровоград : РВВ КДПУ ім. В. Винниченка, 2014. 300 с.
51. Biglan A., Mrazek P. J., Carnine D., Flay B. R. The integration of research and practice in the prevention of youth problem behaviors. *Am Psychol*, 2003; 58:433-440.
52. Janssen I., Katzmarzyk P.T., Boyce W.F. et al. Health Behaviour ix School-Aged Children Obesity Working Group. Comparison of overweight and obesity prevalence in school-aged youth from 34 countries and their relationships with physical activity and dietary patterns. *Obes Rev*, 2005; 6, 123–132.
53. Hopper C. Physical activity and nutrition for health / C. Hopper, B. Fisher, K. D. Munoz. Champaign : Human Kinetics, 2008. 374 p.

ДОДАТКИ
ДОДАТОК А

**Анкета з визначення стану усвідомлення та розуміння студентами
засобів українських народних ігор як складників патріотичного
виховання**

1. На Вашу думку, патріотичне виховання є складником загальної культури особистості:

- а) так;
- б) ні;
- в) не маю чіткої думки з цього приводу.

2. Зазначте, які саме, на Вашу думку, якості є складниками патріотичної позиції людини:

- а) відповідальність;
- б) громадянськість;
- в) обстоювання національних ідей;
- г) патріотичні переконання;
- д) патріотичні установки;
- ж) любов до мови;
- з) любов до Батьківщини.

3. Чи вважаєте Ви, що ігрова рухлива активність сприяє утвердженню та розвитку патріотизму:

- а) так;
- б) ні;
- в) не маю чіткої думки з цього приводу.

4. Як Ви вважаєте, українські рухливі ігри мають патріотичний зміст:

- а) так;
- б) ні;
- в) не маю чіткої думки з цього приводу.

5. Як Ви розумієте українські народні ігри:

- а) довільна гра дітей;
- б) гра, яка має правила та певний зміст;
- в) гра, яка спрямована на засвоєння певних виховних положень дітьми.

6. Чи вважаєте Ви, що за допомогою гри реалізуються та утверджуються переконання людини:

- а) так;
- б) ні;
- в) не маю чіткої думки з цього приводу.

7. Як Ви вважаєте, чи спрямовані українські народні ігри на формування патріотизму людини:

- а) так;
- б) ні;
- в) не маю чіткої думки з цього приводу.

8. На Вашу думку, які саме ігри сприяють розвитку патріотизму:

- а) варіативні ігри;
- б) протиборство;
- в) стандартні змагання;
- г) забава;
- д) розвага;
- ж) танок.

9. Чи сприятиме, на Вашу думку, упровадження в уроки фізичної культури українських народних ігор розвитку патріотизму людини:

- а) так;
- б) ні;
- в) не маю чіткої думки з цього приводу.

10. Чи вважаєте Ви фізичні вправи складниками українських народних ігор:

- а) так;
- б) ні;
- в) не маю чіткої думки з цього приводу.

11. Чи сприятиме, на Вашу думку, упровадження українських народних ігор в практику проведення занять із фізичної культури розвитку та зміцненню здоров'я людини:

- а) так;
- б) ні;
- в) не маю чіткої думки з цього приводу.

Результати анкетування оцінено за нижчеподаними показниками.

Відповіді “так” на запитання 1, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 11 оцінено 1 балом.

Відповіді на запитання 2, 8 оцінено 1 балом за кожне вибране твердження.

Відповіді на запитання 5 оцінено 1 балом за умови вибору твердження під буквою В.

22 бали – високий рівень: свідчить про розуміння студентами сутності патріотичного виховання, усвідомлене ставлення до проблеми, знання змісту українських народних ігор.

16–21 бал – середній рівень: ситуативне знання змісту та призначення українських народних ігор.

12–15 балів – низький рівень: недостатнє усвідомлення та розуміння змісту українських народних ігор у реалізації завдань патріотичного виховання.

**Анкета з визначення стану усвідомлення та розуміння студентами
позааудиторної діяльності як складника навчально-виховного процесу в
реалізації завдань патріотичного виховання.**

1. На Вашу думку, позааудиторна діяльність є значущим складником навчально-виховного процесу в університеті:

- а) так;
- б) ні;
- в) не маю чіткої думки з цього приводу.

2. Зазначте, як саме, на Вашу думку, позааудиторна діяльність має реалізовуватися в межах освітнього процесу у ВНЗ:

- а) бути включеною в загальний навчальний процес, тобто обов'язковою для всіх;
- б) бути позанавчальним процесом і мати характер вибору студентом;
- в) бути позанавчальним процесом та обов'язковою для всіх;
- г) не маю позиції щодо позанавчальної діяльності загалом.

3. Чи вважаєте Ви, що позааудиторна діяльність сприяє розвитку та формуванню професіоналізму майбутнього фахівця:

- а) так;
- б) ні;
- в) не маю чіткої думки з цього приводу.

4. На Вашу думку, позааудиторна діяльність має базуватися на таких формах роботи:

- а) лекція;
- б) практичні або семінарські заняття;
- в) заняття в традиційних секціях із певного виду фізичної культури та спорту;
- г) повинна мати власний зміст і не мати характеру традиційних секційних занять.

5. Чи вбачаєте Ви в позааудиторній діяльності користь для Вашого особистісного та професійного становлення і розвитку:

- а) так;
- б) ні;
- в) не маю чіткої думки з цього приводу.

6. На Вашу думку, позааудиторна діяльність у підготовці студентів повинна базуватися лише на фізичних вправах для зміцнення здоров'я чи мати розвивальний, патріотичний зміст:

- а) так;
- б) ні;
- в) не маю чіткої думки з цього приводу.

7. Для Вас позааудиторна діяльність є значущим складником у Вашому навчанні в університеті:

- а) так;
- б) ні;
- в) не маю чіткої думки з цього приводу.

8. На Вашу думку, позааудиторна діяльність була б більш цікавою, якби застосовували засоби української фізичної культури:

- а) так;
- б) ні;
- в) не маю чіткої думки з цього приводу.

9. На Вашу думку, формування патріотичних якостей та переконань відбувається більш ефективно в позааудиторній діяльності:

- а) так;
- б) ні;
- в) не маю чіткої думки з цього приводу.

10. Чи є позааудиторна діяльність, на Вашу думку, необхідною в розвитку фізичної культури:

- а) так;
- б) ні;
- в) не маю чіткої думки з цього приводу.

Результати анкетування оцінено за нижчеподаними показниками.

Відповіді “так” на запитання 1 а, 2 б, 3 а, 4 г, 5 а, 6 а, 7 а, 8 а, 9 а, 10 а оцінено 1 балом.

Відповіді на запитання, які мали вибір “ні”, “не маю чіткої думки з цього приводу”, оцінено 0 балів.

10 балів – високий рівень: свідчать про розуміння студентами змісту та сутності позааудиторної діяльності, патріотично зорієнтованих навчально-виховних технологій, про усвідомлене ставлення до проблеми.

6–9 балів – середній рівень: ситуативне знання змісту та призначення позааудиторної діяльності в навчанні.

3–5 балів – низький рівень: недостатнє усвідомлення та розуміння змісту позааудиторної діяльності.

ДОДАТОК В

Анкета з визначення змістового наповнення позааудиторної діяльності.

1. На Вашу думку, позааудиторна діяльність є самостійною формою діяльності студентів у їхній професійній підготовці:

- а) так;
- б) ні;
- в) не маю чіткої думки з цього приводу.

2. Чи є позааудиторна діяльність складником навчального або виховного процесів:

- а) так;
- б) ні;
- в) не маю чіткої думки з цього приводу.

3. Чи вважаєте Ви, що позааудиторна діяльність має розвивальний характер:

- а) так;
- б) ні;
- в) не маю чіткої думки з цього приводу.

4. Чи вважаєте Ви, що позааудиторна діяльність сприяє формуванню фізичної культури студентів як складника їхнього особистісного розвитку:

- а) так;
- б) ні;
- в) не маю чіткої думки з цього приводу.

5. Чи вбачаєте Ви необхідність у наповненні позааудиторної діяльності патріотичним змістом:

- а) так;
- б) ні;
- в) не маю чіткої думки з цього приводу.

6. На Вашу думку, позааудиторна діяльність повинна базуватися лише на фізичних вправах для зміцнення здоров'я чи мати розвивальний, патріотичний зміст:

- а) так;
- б) ні;
- в) не маю чіткої думки з цього приводу.

7. Для Вас позааудиторна діяльність – це залучення студентів до участі в секціях:

- а) так;
- б) ні;
- в) не маю чіткої думки з цього приводу.

8. Чи застосовуєте Ви в позааудиторній діяльності зі студентами засоби української фізичної культури:

- а) так;
- б) ні;
- в) не маю чіткої думки з цього приводу.

9. На Вашу думку, формування патріотичних якостей та переконань може відбуватися в позааудиторній діяльності:

- а) так;
- б) ні;
- в) не маю чіткої думки з цього приводу.

10. Чи є позааудиторна діяльність, на Вашу думку, необхідним складником у розвитку фізичної культури та загальної культури студентів:

- а) так;
- б) ні;
- в) не маю чіткої думки з цього приводу.

Результати анкетування оцінено за нижчеподаними показниками.

Відповіді “так” на запитання 1 а, 2 б, 3 а, 4 а, 5 а, 6 б, 7 б, 8 а, 9 а, 10 а оцінено 1 балом.

Відповіді на запитання, які мали вибір “ні”, “не маю чіткої думки з цього приводу”, оцінено 0 балів.

10 балів – високий рівень: свідчить про визнання респондентами значущості позааудиторної діяльності в роботі зі студентами та в розвитку їхньої патріотичної позиції.

6–9 балів – середній рівень: ситуативний характер призначення позааудиторної діяльності в роботі зі студентами.

3–5 балів – низький рівень: респонденти не вбачають вагомої ролі позааудиторної діяльності в роботі зі студентами.

ДОДАТОК Д

Асоціативна методика з визначення стану сформованості знань про патріотичне виховання.

Інструкція: До Вашої уваги запропоновано речення, які мають початок та вимагають свого змістовного завершення. Завершіть запропоновані Вам речення.

1. Патріотизм впливає на формування особистості людини, тому що...
2. Фізичне здоров'я людини залежить від її культури і виявляється в...
3. Патріотичне виховання впливає на бажання людини бути більш здоровою, оскільки...
4. Складниками патріотичного виховання постають...
5. Засоби української фізичної культури відображають як фізичний зміст, так і патріотичний, що виявляється в...
6. Ви визначаєте в собі якості патріотичності, як-от...
7. Патріотичність людини реалізується в...
8. Патріотичний світогляд визначає...
9. Здоровий спосіб життя пов'язаний із патріотичністю за допомогою...
10. Фізкультурно-оздоровче свято з реалізації патріотичного виховання має включати...

ДОДАТОК Ж

Структура бесіди на визначення стану сформованості організаційно-методичних умінь із реалізації патріотичного виховання в позааудиторній діяльності.

1. Зазначте, як саме Ви розумієте патріотичне виховання?
2. Які засоби патріотичного виховання можна, на Вашу думку, реалізовувати саме у фізкультурно-оздоровчій діяльності?
3. Як Ви розумієте українську фізичну культуру?
4. Як саме можна впроваджувати засоби української фізичної культури у фізкультурно-оздоровчу діяльність?
5. Які засоби фізичної культури з тих, що Ви знаєте, можуть ефективно реалізувати засади патріотичного виховання?
6. Як би Ви організовували спортивно-оздоровче свято, мета якого – упроваджувати засади патріотичного виховання?
7. На Вашу думку, застосування засобів фізичної культури сприятиме формуванню патріотичності студентів?
8. Чи слугують спортивні досягнення показником громадянської та патріотичної позиції студентів?

ДОДАТОК 3

Педагогічні ситуації з визначення творчості та мотиваційної спрямованості в реалізації засад патріотичного виховання

Педагогічна ситуація 1. Вам необхідно провести фізкультурно-оздоровче свято, присвячене патріотичній проблематиці. Які саме Ви оберете методи та прийоми фізичної культури, щоб реалізувати мету? Як Ви назвете свято? Яку систему фізкультурних вправ або систему української фізичної культури Ви оберете?

Педагогічна ситуація 2. Вам запропоновано ознайомитися із системою української фізичної культури та визначити виховний і патріотичний аспекти всіх фізичних методів та прийомів, які до неї входять. Які саме фізичні прийоми Ви вважаєте найбільш доцільними в реалізації патріотичного виховання? Як би Ви їх застосовували у власній фізкультурній діяльності?

Педагогічна ситуація 3. Із сучасних видів спорту оберіть ті, які найбільш яскраво виражатимуть патріотичну спрямованість. Зазначте, які саме види Ви оберете? Як Ви застосуєте їх у реалізації мети патріотичного виховання?

Педагогічна ситуація 4. Вам запропонували провести бесіду зі школярами і розповісти про українську фізичну культуру та її патріотичний зміст. Які саме аспекти української фізичної культури Ви будете розкривати? Як Ви будете їх представляти школярам, щоб зацікавити учнів?

Педагогічна ситуація 5. Вам запропоновано розробити систему позааудиторної діяльності студентів, яка б сприяла розвитку їхньої патріотичності. Які методи фізичної культури Ви обрали? Як саме Ви організуєте позанавчальну діяльність, щоб вона була цікавою для студентів? Як Ви організуєте активність та інтерес студентів?

ДОДАТОК И

Структура самоописів студентів із визначення ціннісного розуміння фізичної культури та патріотичних засад її реалізації.

Інструкція: Опишіть Ваше розуміння патріотичного виховання. Зазначте, як воно має бути спрямоване у власній практичній реалізації.

Визначте основні складники патріотичного виховання. Обґрунтуйте Ваше розуміння. Охарактеризуйте взаємозв'язок патріотичного виховання з фізичною культурою особистості. Визначте, як саме в практичній діяльності ці системи взаємопов'язані. Спробуйте окреслити систему фізкультурно-оздоровчих заходів, яка максимально розкриє зміст і сутність патріотичності людини.

Опишіть, як саме Ви розумієте цінність патріотичності, громадянської та патріотичної позиції, відповідальності, обов'язковості та почуття обов'язку. Зазначте, чи існує взаємозв'язок між фізичною культурою людини та цими якостями.

ДОДАТОК К

Перелік фізичних вправ як складників реалізації патріотичного виховання засобами фізичної культури.

№ з/п	Фізичні вправи на розвиток сили та швидкості
1.	Згинання та розгинання рук в упорі лежачи і в упорі на брусах.
2.	Підтягування на високій перекладині.
3.	Вис на зігнутих руках.
4.	Згинання та розгинання рук в упорі лежачи з хлопками.
5.	Вистрибування вгору з позиції присідання.
6.	Стрибки в довжину з місця.
7.	Вправи з гантелями різної ваги.
8.	Стрибки зі скакалкою.
9.	Вправи з набивними м'ячами.
10.	Вправи з використанням супротиву гнучких предметів.
11.	Лазіння по канату.

ДОДАТОК Л

Розроблення й затвердження плану проведення свята

На першому ж засіданні організаційного комітету складають, обговорюють і затверджують план підготовки свята, де зазначають терміни виконання заходів і відповідальних осіб; проводять жеребкування між командами.

Для прикладу надаємо орієнтований перелік питань, що входить до плану підготовки свята.

1. Сформулювати положення про проведення свята.
2. Скласти сценарій свята.
3. Визначити місце.
4. Подбати про наочну пропаганду (стенди, афіші, плакати, запрошення тощо).
5. Організувати бесіди по факультетах із питань фізичного виховання і спорту, присвячені святу.
6. Визначити учасників показових виступів, конкурсів.
7. Організувати медичне обслуговування учасників свята.
8. Визначити склад суддівської колегії, яка буде обслуговувати спортивні команди.
9. Обрати журі, яке оцінюватиме виступи, виконання показових виступів, представлення команд.
10. Провести семінари-інструктажі суддів та осіб, які будуть обслуговувати змагання.
11. Забезпечити тренування команд факультетів.
12. Забезпечити музичний супровід відповідних номерів програми.
13. Скласти перелік необхідного інвентарю й обладнання.
14. Підготувати спортивний майданчик та святково оформити його.
15. Підготувати бланки технічної документації (заявки, протоколи тощо).
16. Придбати призи, грамоти, дипломи для переможців змагань і конкурсів.

17. Забезпечити фотографування переможців змагань і конкурсів.
18. Подбати про інформування подій, що відбуваються на спортивному святі.
19. Підготувати коментатора. До його обов'язків входить представлення глядачам учасників команд, їхніх керівників, членів журі й почесних гостей, суддівської бригади, а також повідомлення результатів змагань, розповіді про спортивні традиції університету, кафедри фізичного виховання.
20. Підготувати звіт про проведення спортивного свята. У плані підготовки до проведення свята зазначають термін виконання того чи того заходу, прізвища осіб, відповідальних за цей захід.
21. Підготувати й розіслати запрошення на спортивне свято за 2-3 дні.

Приблизно за місяць до початку свята формулюють положення про його проведення та план-сценарій. Їх обговорюють та затверджують на одному із засідань організаційного комітету.

Пропаганда свята

Успіх проведення спортивного свята суттєвою мірою залежить від його пропаганди. У період підготовки до свята викладачеві кафедри фізичного виховання та здоров'я людини необхідно регулярно повідомляти про спортивні події в університеті, про те, що кафедра готується до свята та з якою метою проводять захід.

Положення про проведення свята

Положення про проведення спортивного свята в університеті можна скласти за чіткою схемою.

Мета й завдання: спортивне свято проводять для підбиття підсумків навчальної і спортивно-масової роботи з фізичного виховання, для формування здорового способу життя та зміцнення здоров'я студентів. Заохочення за I місце – ... очок, за II місце – ... очок, за III місце – ... очок, за IV місце – ... очок.

Нагородження

Команди, що посядуть I, II і III місця, нагороджують відповідно дипломами, грамотами I, II, II ступеня (перехідним призом, спеціальним призом).

Термін подання заявок

Заявки на участь у спортивному святі, засвідчені лікарем, подають до оргкомітету не пізніше ніж за 5 днів до початку змагань за такою формою:

***Заявка на участь у змаганнях із рухливих ігор
від факультету _____***

№	Прізвище, ім'я, по батькові	Рік народження	Курс	Факультет	Віза лікаря
1. 2. 3.					
Тренер Лікар					

Дата. Рік.

Суддівство

Для обслуговування змагань зі спортивного свята створюють суддівську комісію у складі головного судді, секретаря, суддів-викладачів, а також суддів-студентів (інструкторів від кожного факультету).

Суддів готують так званим змішаним способом, тобто шляхом проведення семінару з групою суддів. Коли судді беруть участь у репетиціях, вони слідкують і допомагають готувати команду.

До складу слухачів семінару залучають студентів від кожного факультету.

Змагання в спортивному святі обслуговує декілька суддівських бригад.

«Представлення команди» і номер художньої самодіяльності оцінює суддя-хронометрист, суддя-секундометрист, який визначає час виконання номера.

В естафеті, пов'язаній зі стрибками, склад суддівської бригади такий: старший суддя, двоє суддів-вимірювачів, секретар.

У період підготовки до свята також інструктують членів журі, наголошуючи, на що слід звернути особливу увагу, оцінюючи той чи той складник частини свята. Наприклад, у масовому виконанні «Представлення команди» передусім беруть до уваги синхронність рухів, поставу, чіткість та якість виконання елементів, зовнішній вигляд учасників та ін.

Для оцінювання деяких номерів (представлення команди, номери художньої самодіяльності, конкурс уболівальників, конкурс «Спортивна форма») створюють журі. До його складу входять викладачі кафедри фізичного виховання. Обов'язки розподіляють між членами журі.

Порядок проведення свята

Спортивне свято проводять у травні, у кінці навчального року. Воно завершує навчальний рік, протягом якого на кафедрі проводять Спартакіаду університету і Спартакіаду першокурсників.

ДОДАТОК М

Спортивне свято, присвячене першокурсникам.

До початку свята лунають спортивні марші, пісні.

Звучать урочисті фанфари на початку свята. Під звуки спортивного маршу з'являються команди для участі в змаганнях.

Команди на вихідному положенні разом із тренерами та викладачами.

Ведучий 1. Добрий день, шановні гості та учасники спортивного свята! Ми раді вітати Вас і присвятити це спортивне дійство нашим дорогим першокурсникам. Адже вступ до нашого університету – це дуже важливий крок у їхньому житті.

Ведучий 2. Студентство – щаслива пора, пора пізнань, невичерпне джерело нашого натхнення.

Ведучий 1. Фізична культура і спорт об'єднують всі народи і нації, усі покоління різних часів. Вони приносять мир, здоров'я, дарують радість і моральне задоволення людям.

Ведучий 2. Спортивне життя наших студентів доволі насичене та різноманітне. Упродовж багатьох років у нашому університеті проводять спартакіади з 11 видів спорту на першість серед академічних груп, змагання серед курсів та загальну першість університету серед збірних команд факультетів.

Ведучий 1. Активну участь у спартакіаді завжди беруть наші першокурсники. Найкраще підготовлені з них посідають призові місця на районних, обласних і навіть усеукраїнських змаганнях. Тому і сьогодні ми маємо честь відкрити Спартакіаду. Бажаємо Вам спортивного духу, непохитної волі та жаги до життя й перемоги!

Ведучий 2. Для підняття прапора запрошуємо переможців і призерів Спартакіади університету. Слово для привітання надаємо завідувачеві кафедри фізичного виховання.

Підняти прапор змагань. Звучить гімн.

Спортсмени виходять. Команди і судді стають на вихідне положення.

Ведучий 1. Шановні судді, сподіваємося, що ваша робота буде найоб'єктивнішою.

Ведучий 2. У змаганнях беруть участь збірні команди 4, 3, 2, та 1-го курсів, у складі десятиох осіб.

Ведучий 1. Ми хочемо, щоб сьогодні першокурсники продемонстрували свої спортивні здібності, оскільки в подальшому саме їм продовжувати спортивні традиції нашого університету.

Ведучий 2. Бажаємо всім спортивного завзяття та настрою.

Ведучий 1. Біг сприяє всьому: навчанню, здоров'ю і труду.

Ведучий 2. Пропонуємо Вашій увазі естафету з переданням естафетної палиці.

Участь беруть усі учасники команди.

Ведучий 1. Виступ спортсменів ДЮСШ «Спартак» – вільні вправи.

Ведучий 2. Увага! Спортивний атракціон «Хто швидше одягне спортивну форму?». Швидкість і спритність продемонструють хлопці. Команди ознайомлені із завданням, тому пропонуємо розпочати виконання.

Ведучий 1. Підіб'ємо підсумки змагань.

Ведучий 2. У наступних змаганнях дівчата продемонструють вправу «Хула-хоп2. Обертання обруча навколо тулуба.

Ведучий 1. У наступних змаганнях ми побачимо, як кожна з команд володіє технікою ведення баскетбольного м'яча, ураховуючи і швидкість.

Естафета з веденням баскетбольного м'яча.

Ведучий 2. Далі естафета – комбінована. Учасники проходять 4 етапи: біг зі скакалкою, перенесення набивного м'яча, стрибки в обруч та підбивання тенісного м'яча ракеткою.

Ведучий 1. Красу і грацію, пластику і координацію демонструють студенти секції «Шейпінг».

Ведучий 2. Спортивні конкурси тривають. Силу і спритність рук продемонструють хлопці, виконуючи вправу «Підняти гирі».

Ведучий 1. А яке ж свято без наших славних козаків, їхньої сміливості, витривалості та спритності. А ось і вони! Сьогодні вони теж візьмуть участь у наших змаганнях (виступ козаків від першого курсу).

1. 2. 3.

Від другого

1. 2. 3.

Від третього:

1. 2. 3.

Від четвертого:

1. 2. 3.

Козацькі розваги: змагання з перекочування діжок.

Ведучий 1. А наостанок козаки хочуть вам щось побажати.

Хай добрі люди вам щастя буде – 1 козак.

Хай буде доля на всі роздолля – 2 козак.

А до того літ пребагато. – 3 козак.

На любов і на згоду – 4 козак.

Хай не буде переводу козацькому роду – усі разом.

Ведучий 2. Напруження спортивної боротьби зростає й зростає.

Ведучий 1. Ретельно готуються до змагань у перетягуванні канату наші дівчата. Цей вид уперше включений до програми Олімпійських ігор 1900 р. , він залишався до 1920 р.

У 2008 році перетягування канату знову передбачено в програмі Олімпійських ігор, де вже беруть участь жінки.

Ведучий 2. Чи готові вони – ми зараз побачимо. Для дівчат вагові категорії не враховують. Тільки на них обов'язково повинні бути одягнені рукавички. (Для інформації: у чоловіків існує 5 вагових категорій: 1 – загальна вага команди 560 кг, це легка категорія; 2 – напівсередня, 640 кг; 3 – середня, 680 кг; 4 – напівважка, 720 кг; 5 – важка, 800 кг.)

Ведучий 1. Оскільки сьогоднішнє свято для вас, шановні першокурсники, то саме студенти старших курсів передають вам спортивну естафету, щоб спорт поряд із наукою були вашим способом життя.

Команда першого курсу шикується в одну шеренгу.

Студент 5 курсу читає «Наказ». «Ми, студенти 5-го курсу, наказуємо вам, першокурсники:

1. Знати роль фізичного виховання в житті людини і суспільства. (Обіцяєте? – Обіцяємо.)

2. Формувати морально-вольові якості та почуття патріотизму. (Обіцяємо.)

3. Формувати потребу до самостійних занять із фізичної культури і спорту.

4. Постійно підвищувати загальну фізичну підготовку. (Обіцяємо.)

5. Розвивати рухливі якості: витривалість; швидкість; спритність; гнучкість; силу. (Обіцяємо.)

Перший курс разом – обіцяємо!

6. Використовувати природні ресурси (сонце, повітря, воду) для загартування організму, обрати найкращу систему оздоровлення. (Обіцяємо.)

7. Займатись в улюбленій спортивній секції. (Обіцяємо.)

8. Брати участь у спортивних змаганнях. (Обіцяємо, обіцяємо, обіцяємо.)

Ведучий 2. А для того щоб спокійно навчатись і не мати зайвих проблем, пам'ятайте:

1. Треба своєчасно пройти медичний огляд та отримати медичну довідку.

2. Кожне пропущене заняття слід відпрацювати.

3. Хвороба – це причина вашого нездорового способу життя.

4. Пропущене заняття через хворобу також потрібно відпрацювати.

Ведучий 1. Хай вам щастить в усьому, бажаємо здоров'я, витримки, наснаги, спортивних злетів та рекордів!

Свято має не лише розважальну мету, воно покликане перевірити в юнацтва вміння і навички, здобуті протягом року. Це вміння ставити намети й

облаштовувати табір, куховарити, правильно скласти вогнище і вільно орієнтуватися за компасом, картою, сонцем. А також це навички екологічного побуту в природі, життя в гурті й уміння не розгубитись у складній ситуації.

В інтелектуальних змаганнях, у подоланні туристичних перешкод організаторам вдається залучити найкращих студентів.

Кожен має змогу показати, на що він здатен, і заслужити довіру та повагу товаришів.

Свята, призначені якимось подіям, мають глибокий духовний і виховний зміст. Такі неформальні молодіжні акції стають усе популярнішими серед молоді України. У ході заходу традиційно використовують форми і методи, що вможливають найбільший виховний результат.

ДОДАТОК Н

Модель-алгоритм сценарію спортивного свята «День студента».

МЕТА І ЗАВДАННЯ

1. Патріотично-спортивні ігри мають виховувати звичку в студентів до систематичних занять фізичною культурою, правильно оцінювати прагнення гравців у змаганнях та іграх, формувати моральні якості, виховувати почуття гідності за пращурів.

2. Сприяти пізнавальному, емоційному підвищенню настрою молоді, закріплювати бажання займатися народними видами спортивних ігор.

3. Ознайомити студентів з історією виникнення свята “День студента”.

Обладнання, інвентар: згідно з програмою.

1-ведучий. Добрий день вам, люди добрі!

Раді ми вас всіх вітати

Щастя та добра бажати!

Сьогодні свято, конкурс нині,

Сьогодні все студентство тут,

І в цьому залі радість лине,

Веселощі, розваги всіх нас ждуть.

Сьогодні ми відкриваємо свято, присвячене Дню студента.

Слово для привітання надаємо завідувачеві кафедри фізичного виховання.

2-ведучий. 17 листопада українські студенти разом зі студентами всього світу відзначають своє свято “День студента”. В Україні його почали відзначати з 1999 року, відтоді як Президент 16 червня того ж року видав указ “Про День студента” на підтримку ініціативи студентської молоді.

Історія свята студентів усього світу трагічна: 1939 року в окупованій Чехословаччині народ вийшов на демонстрацію, щоб відзначити річницю своєї країни. Влада, застосовуючи зброю, розігнала демонстрантів. Серед убитих виявився студент одного з празьких ЗВО Ян Оплетала, у день

похорону якого студенти влаштували маніфестацію. У відповідь на протест студентів проти загибелі ровесника німецькі солдати 17 листопада вигнали студентів із гуртожитків і відправили до концтабору Заксенхаузен.

1941 року в Лондоні на міжнародній зустрічі студентів країн, які боролися проти фашизму, започатковано міжнародний День студентів. Після війни в Празі, у серпні 1946 року, на Всесвітньому конгресі студентів створено міжнародне об'єднання демократичних студентських організацій – Міжнародний союз студентів. Згідно з його статутом, метою діяльності союзу є захист інтересів студентів, боротьба за мир, міжнародну безпеку, національне визволення, соціальний прогрес, гуманізацію і демократизацію освіти.

Міжнародний союз студентів був ініціатором та організатором проведення всесвітніх форумів та фестивалів молоді й студентів, зустрічей солідарності студентів різних країн світу; міжнародних студентських семінарів із питань освіти, студентської преси, спорту, соціально-економічних проблем. Фестивалі ці проходили в різні роки і в різних країнах світу.

Серед молодіжних громадських об'єднань, що діють в Україні, сьогодні є і Українська студентська спілка, створена в 1989 році, яка налічує 6 000 членів.

За всіх часів для студентів ключовою цінністю була свобода – не лише не ходити на пари, а й свобода мати й обстоювати власну думку, свобода вибору професії і свого життєвого шляху. За всіх часів у студентів було загострене почуття справедливості – не лише тоді, коли викладачі ставили занижену оцінку, а й коли йшлося про рівність можливостей, про забезпечення прав людини, права на самореалізацію. За всіх часів основою студентського життя була солідарність – не лише тоді, коли треба було “прикрити” товариша, а й у обстоюванні своїх глибинних інтересів.

Саме ви, студентство, є авангардом української молоді, саме ви берете участь у своєрідному етапі еволюції освіти, науки, громадських взаємин, пов'язаних із демократичними перетвореннями в Україні.

Хай студентська лава стане для вас відмінним стартом у майбутнє самотійне життя, у реалізації доленосних завдань, що стоять перед нашою державою у 21 столітті.

Хай молода енергія та оптимізм будуть вашими постійними супутниками у свята і будні! Хай ваші дні будуть радісними, сповненими сонця, тепла та щасливих незабутніх миттєвостей! А ще зичу вам міцного здоров'я та щастя!

2-ведучий. Як відомо, студенти дуже люблять весело відпочивати. Отож і ми пропонуємо весело провести час, подивитися, на що здатні наші студенти.

1-ведучий. Маємо надію, що сценарій свята, підготовлений кафедрою фізичного виховання, за підтримки ректорату і профкому, вам сподобається.

2-ведучий. А тепер познайомимося з командами. Першу доріжку представляє свободололюбива команда гуртожитку № 1 (девіз та представлення).

1-ведучий. На другій доріжці стартують славні козаки та козачки від гуртожитку № 2 (девіз та представлення).

2-ведучий. На третій доріжці стартують кмітливі та винахідливі студенти гурт. № 3 (девіз та представлення).

1-ведучий. На четвертій доріжці стартує команда, яка славиться своєю силою, відважністю та сміливістю, це представники гуртожитку № 4 (девіз та представлення).

2-ведучий. На п'ятій доріжці – знавці іноземних мов та законів природи, гуртожиток № 5 (девіз та представлення).

1-ведучий. У кожної команди є вболівальники, отож попросимо вас щиро допомагати своїм командам, підтримуючи їх.

2-ведучий. Розпочнемо наші змагання. Першою буде естафета “стрибки в мішку” (програма подана далі).

1-ведучий. Наступною буде “комплексна” естафета.

2-ведучий. Не секрет, що всі студенти люблять солодощі, тому третьою буде естафета “з цукеркою”.

1-ведучий. Четвертою буде захоплива естафета “бій подушками”.

2-ведучий. Мабуть, учасники змагань зголодніли. А тому п'ятою буде естафета “вечеря студента”.

1-ведучий. Щоб визначити найсильнішого учасника з команди, проведемо змагання з “армреслінгу”.

2-ведучий. Мабуть, учасників змагань і спрага замучила. Отож проведемо наступну естафету, що має назву “улюблений напій”

1-ведучий. Силу можна визначити не лише армреслінгом, а й підніманням гир. Отож розпочнемо восьму естафету найсильніших учасників команд – перетягування канату.

1-ведучий. Ось і закінчилися наші змагання, присвячені Дню студента. Поки журі підбивають результати змагань, проведемо конкурс серед уболівальників. Потрібно закінчити прислів'я, що ми розпочнемо. Запрошуємо до нас по одному уболівальнику з кожної команди. Переможець принесе команді додатковий бал.

1.Бережи одяг поки новий, а здоров'я поки... (молодий).

2.Козак – це людина чесна і смілива, найдорожча йому... (Батьківщина).

3.Хто кожен день починає з зарядки, у того все буде... (в порядку).

4.Без заняття з фізкультури не зміцнить... (мускулатури).

5.Як немає сили, то й весь світ... (не милий).

2-ведучий. А зараз для вас підготували свій танець студенти.

1-ведучий. Слово для оголошення результатів та нагородження переможців надаємо завідувачеві кафедри фізичного виховання (ректору).

Нагородження переможців

2-ведучий. Вітаємо переможців, а всім учасникам бажаємо здоров'я.

1-ведучий. Шановні гості, ми щиро дякуємо вам за те, що прийшли на цей святковий вечір. Хай вам щастить. Здоров'я, радості і щастя Вам!

Програма змагань, присвячених «Дню студента»

№	Зміст	Кількість учасників з 1 команди	Інвентар для 1 команди
1.	<i>Стрибки в мішку</i> (на старті в мішках). Від лінії старту виконувати стрибки в мішку до медболу. За медболом зняти мішок і виконати біг назад із мішком, передаючи естафету наступному.	8 осіб	1 мішок, медбол
2.	<i>Комплексна естафета</i> 1 етап: стрибки по жаб'ячому (в повному присіді, руки на колінах). 2 етап: перекид уперед (на маті). 3 етап: прискорення до обруча. 4 етап: у присіді одіти на себе обруч і вийти з нього. 5 етап: з'їсти 1 банан повністю і промовити голосно судді слово: «Вітаю». 6 етап: назад біг до мата, переворот уперед і біг до своєї колони.	8 осіб	1 мат, 1 обруч, 8 бананів, 1 стіл

3.	<i>Естафета з цукерками</i> Перший учасник біжить до стільця з цукерками (руки за спиною), зубами бере 1 цукерку і переносить у пусту тарілку. Повертається назад і передає естафету наступному. Те ж саме виконує вся команда.	8 осіб	2 стільці, 2 тарілки, 8 цукерок
4.	<i>Бій подушками</i> Учасники з протилежних команд стають на колоду. За сигналом збивають один одного подушками.	1 хлопець	2 подушки
5.	<i>Вечеря студента</i> За сигналом хлопець з'їдає 5 пиріжків, бере тарілку з тістечком, підносить до дівчини і каже голосно: «Пригощаю». Дівчина якомога швидше з'їдає тістечко і каже голосно «Дякую».	1 хлопець, 1 дівчина	5 пиріжків, 1 тістечко, 1 секундо- мір
6.	<i>Армреслінг</i>	1 хлопець	1 стіл
7.	<i>Улюблений напій</i> Якомога швидше випити молоко з соски	1 дівчина	0,5 л молока, 1 соска, 1 пляшка
8.	<i>Богатирі</i> Поштовх гирі однією рукою від плеча.	1 хлопець	1 гиря (24 кг)
9.	<i>Перетягування каната</i>	8 осіб	Канат

Сценарій відкриття спортивного свята.

У призначений день кожен факультет одягнений у спортивну форму, має виготовлене власноруч оформлення. Свято починається шикуванням і виходом команд (до складу кожної команди входить 5 чоловіків і 5 жінок).

Команди з'являються на майданчику. Очолює колону суддівська бригада, одягнена в білу форму. Команди шикуються на доріжках, згідно з жеребкуванням.

Привітальне слово має завідувач кафедри. Свято оголошують відкритим.

Після привітання починається програма змагань «Спортивне свято».

1-й ведучий. Добрий день вам, любі друзі!

2-й ведучий. Ми раді вітати вас на нашому святі.

1-й ведучий. Сьогодні ми відкриваємо свято, присвячене завершенню Спартакіади університету. Таке свято проводять щорічно. Адже спорт об'єднує всі народи і нації, усі покоління різних часів. Він приносить мир, здоров'я, щастя і свободу, дарує радість і моральне задоволення людям.

2-й ведучий. Протягом навчального року ви ознайомились зі спортивними баталіями та змаганнями в 11 видах спорту нашого університету. Велику популярність мають футбол, волейбол, легка атлетика, баскетбол, шахи, настільний теніс та інші види спорту.

1-й ведучий. Поздоровляємо всіх присутніх зі святом і бажаємо всім спортивного завзяття і доброго настрою!

2-й ведучий. А зараз ми переходимо до нашої спортивної програми з рухливих ігор.

Програма змагань зі спортивного свята «Рухливі ігри».

1-й ведучий. Стройовий огляд команд.

Умова: згідно з розміщенням команд, команди, що представляють факультети, крокують по своїх доріжках. Головний суддя коментує спортивні досягнення на певному факультеті за навчальний рік.

Стройовий огляд команд.

1. У змаганнях із рухливих ігор беруть участь збірні команди факультетів.

На першу доріжку виходить команда факультету. Команда крокує по своїй доріжці. Коротко характеризують спортивні досягнення за рік.

На другій доріжці крокують учасники команди факультету (перераховують усі команди).

Кожна названа команда, представлена від факультету, крокує по своїй доріжці. Стисло характеризують спортивні досягнення за рік.

Відразу ж після парадів команд журі виставляє командам бали за зовнішній вигляд.

2-й ведучий.

2. До програми змагань входить представлення команди – це показові виступи з ритмічної гімнастики.

До вашої уваги представлення команди факультету.

Усі команди, згідно з результатами жеребкування, представляють оригінальну композицію.

Після завершення показових виступів із ритмічної гімнастики журі виставляє бали, ураховуючи синхронність рухів, чіткість та якість виконання елементів.

Після кожного номера програми, відповідно до розташування по доріжках, кожен факультет представляє номер художньої самодіяльності.

Наступний вид – загальнокомандна естафета **«Намалюй сонечко»**.

Умова: команди по 10 учасників стоять на лінії старту. Перший тримає медбол, другий, третій, четвертий, п'ятий – тримають гімнастичну палицю.

Перший біжить до позначеного місця і кладе медбол, назад повертається бігом, другий, третій, четвертий і п'ятий по черзі біжать і кладуть гімнастичну палицю кругом медбол. Шостий, сьомий, восьмий, дев'ятий біжать до «сонечка», забирають одну з гімнастичних палиць і передають естафету наступному. Останній забирає медбол і біжить до своєї команди.

Загальнокомандна естафета «Хто далі?»

Умови: участь бере 10 осіб. Команда розташовується в колону по одному, за сигналом перший учасник стрибає в довжину з місця, від місця приземлення починає стрибати наступний учасник і так далі виконує вся команда. Перемагає та команда, яка далі стрибнула в довжину.

Відштовхуються перед стрибками біля лінії вимірювання, лінію не переступають, учасник стрибає тільки один раз, результат вимірюють від найближчого сліду, залишеного будь-якою частиною тіла стрибуна до лінії відштовхування.

Загальнокомандна естафета «Подвійна переправа»

Умова: команди шикуються в колону по одному. За сигналом перші гравці біжать до медболу (який розташований на відстані 15-18 м), оббігають медбол, повертаються і беруть 2-го гравця, Знову біжать до медболу, вони удвох оббігають медбол, 1-й гравець залишається за медболом, 2-й гравець повертається до команди і бере 3-го гравця. Вони також оббігають медбол, 2-й гравець залишається за медболом, 3-й гравець повертається до команди і т. ін. Закінчується гра тільки тоді, коли всі гравці оббіжать медбол і команди повернуться на свої місця.

Загальнокомандна естафета «У парах»

Умова: команда шикується по двоє на лінію старту.

I-ша пара – стоячи спиною один до одного, руки в ліктях у замок, виконують стрибки приставними кроками за медбол, зворотно повертаються бігом, узявшись за руки.

II-га пара – стоячи обличчям один до одного, тримають гімнастичну палицю. Просуваючись боком уперед, переступати (на кожен крок) через

палицю до медболу. Палку залишають за медболом, назад повертаються бігом, узявшись за руки.

Ш-тя пара – узявшись за руки, виконує ведення баскетбольного м'яча до медболу один учасник, у зворотному напрямку ведення виконує другий учасник.

IV-та пара – «Чехарда». Один з учасників приймає положення напівприсяду зігнувшись, другий перестрибує через нього, ноги нарізно. Після приземлення приймає положення напівприсяду зігнувшись. Завдання виконують до медболу. Зворотно повертаються бігом, узявшись за руки.

V-та пара – беруть участь 3 особи. Двоє несуть третього на складених замком руках (прийом перенесення потерпілого), назад усі повертаються бігом.

Конкурс штрафних кидків

Умова: по одному учаснику від кожної команди. Кожен учасник виконує 5 штрафних кидків. Переможця визначають за кількістю влучень.

Загальнокомандна естафета

1 естафета. Один учасник біжить із двома обручами. На відстані 5 м до лави він кладе один обруч, оббігає лаву, кладе другий обруч на відстані 5 м після лави, оббігає медбол. Повертаючись назад, пролазить через один обруч, пробігає поряд (повз) із лавою, добігаючи до другого, пролазить в обруч і стає в кінець колони.

2 естафета. Один учасник пролазить в один обруч, оббігає лаву, пролазить у другий обруч, оббігає медбол. Повертаючись назад, швидко збирає обручі.

3 естафета. Один учасник веде баскетбольний м'яч до лави, потім робить ведення м'яча по лаві, а сам біжить біля лави. Далі веде м'яч до медболу, назад повертається з веденням м'яча.

4 естафета. Один учасник біжить із баскетбольним м'ячем. Добігаючи до лави, робить ходіння по лаві, приставляючи стопу до носка. Передає м'яч

за спиною навколо себе з руки в руку, після цього біжить до медболу, назад повертається з веденням м'яча.

5 естафета. Один учасник біжить до лави з малим м'ячем, передає м'яч 4 рази навколо лави, добігає до медболу. Назад повертається, бігом обертаючи м'яч кистями попереду себе.

6 естафета. Один учасник біжить із набивним м'ячем до лави, котить м'яч по лаві, тримаючи руку постійно біля м'яча. Після цього бере м'яч у руки і біжить до медболу, оббігає медбол. Назад повертається таким же чином.

7 естафета. Один біжить із 4 кеглями, ставить один кегль на позначці 3 м, дві кеглі – на лаві, 4 кеглю – на відстані 3 м від лави, оббігає медбол. Назад повертається між кеглями та лавою.

8 естафета. Один біжить між кеглями і лавою, оббігає медбол, назад повертається, збиваючи кеглі.

9 естафета. 2 гравці, тримаючись за руки, біжать до лави і по черзі стають по 2 рази один за іншим, використовуючи довжину всієї лави, оббігають медбол. Назад повертаються бігом, тримаючись за руки.

У кінці змагань журі й судді підбивають підсумки змагань. У цей час команди вишиковуються в колону по одному. Головний суддя оголошує підсумки змагань та підсумки Спартакіади університету.

Урочиста церемонія нагородження. Запрошують капітанів команд для опущення прапора.

***Ведучі.* Дорогі друзі! Спортивне свято завершене. Дякуємо учасникам змагань, уболівальникам, гостям, суддям, бажаємо їм міцного здоров'я, творчих успіхів. До побачення! До нових зустрічей!**

Навчальний посібник

**Онопрієнко Олександр Васильович
Онопрієнко Ольга Миколаївна**

**ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЙНО-ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ ДО
ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ ТА ВИХОВАННЯ
ПАТРІОТИЗМУ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ**

Навчальне видання

2025 р.

Навчальне електронне видання
мережного використання

*Упорядник Онопрієнко Олександр Васильович
Онопрієнко Ольга Миколаївна
В авторській редакції
Ум. друк. арк. 5,5*