

ІСТОРІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ НАРОДІВ ЄВРОПИ

Збірник тез доповідей
IX Міжнародного наукового конгресу
істориків фізичної культури
(18 вересня 2026 р.)

Волинський національний університет
імені Лесі Українки (м. Луцьк, Україна)

Університет імені Яна Длугоша
в Ченстохові (Польща)

ЗА ПІДТРИМКИ
Міністерства освіти і науки України;
секції з фізичної культури і спорту Відділення вищої освіти;
Національної академії педагогічних наук України;
Олімпійської академії України;
Товариства історії фізичного виховання і спорту України

ІСТОРІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ НАРОДІВ ЄВРОПИ

Збірник тез доповідей
IX Міжнародного наукового конгресу
істориків фізичної культури
(18 вересня 2026 р.)

Луцьк
2026

УДК 796(Д82)
І 90

Рекомендовано до друку вченою радою Волинського національного університету імені Лесі Українки (протокол № 13 від 30.09.2026 р.)

Редакційна колегія

Цьось А. В. − доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна, головний редактор);

Бєлікова Н. О. − доктор педагогічних наук, професор (Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна, заступник головного редактора);

Альошина А. І. − доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна);

Андрійчук О. Я. − доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна);

Індика С. Я. − кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент (Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна, відповідальний секретар).

Чернозуб А. А. – доктор біологічних наук, професор (Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна).

І 90 **Історія** фізичної культури і спорту народів Європи [текст]: зб. тез доп. IX Міжнар. наук. конгр. іст. фіз. культ. (18 верес. 2026 р.) / укладачі: А. В. Цьось, С. Я. Індика. – Луцьк: Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2026. – 94 с.

Збірник містить наукові роботи учасників IX Міжнародного наукового конгресу істориків фізичної культури «Історія фізичної культури і спорту народів Європи». Матеріали представляють узагальнені результати досліджень у напрямку теоретичних та практичних аспектів виникнення, становлення і розвитку фізичної культури і спорту на різних етапах розвитку суспільства.

Матеріали подаються мовою оригіналу.

За достовірність фактів, статистичних та інших даних, точність формулювань і висновки несуть відповідальність автори матеріалів.

УДК 796.011.1(063)

© Цьось А. В., Індика С. Я. (укладання), 2026
© Волинський національний університет імені Лесі Українки, 2026

Секція 1
Філософські, політичні та соціально-економічні чинники розвитку фізичної культури і спорту

ЗАРОДЖЕННЯ НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЇ ДУМКИ В ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Ігор Бакіко[1], Сергій Савчук[2], Володимир Ковальчук[3], Віталій Дмитрук[4]

[1]Доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, Луцький національний технічний університет, bakiko_ihor@ukr.net

[2]Кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, Луцький національний технічний університет, ser.savchuk@lutsk-ntu.com.ua

[3]Кандидат педагогічних наук, доцент, Луцький національний технічний університет, v.kovalchuk@lntu.edu.ua

[4]Кандидат педагогічних наук, доцент, Луцький національний технічний університет, dvs099775@gmail.com

Вступ. Фізичне виховання є важливою складовою розвитку особистості, оскільки забезпечує не лише зміцнення здоров'я, а й формування фізичних, психофізіологічних та соціальних якостей людини. Становлення науково-методичної думки у цій галузі відбувалося поступово, під впливом суспільних потреб, розвитку педагогіки, медицини, філософії та природничих наук. Витоки теоретичного осмислення фізичного виховання сягають античної доби, коли фізичний розвиток розглядався як невід'ємна частина гармонійного формування особистості [3].

У подальші історичні періоди погляди на роль фізичних вправ, їх зміст, засоби та методи зазнавали суттєвих трансформацій відповідно до культурних і соціально-економічних умов. Особливого значення розвиток науково-методичних підходів набув у період Відродження, коли посилилася увага до людини, її природних можливостей і необхідності поєднання розумового та фізичного розвитку.

Поступове накопичення педагогічних, медичних і практичних знань сприяло формуванню наукових засад організації фізичного виховання та обґрунтуванню доцільності систематичного застосування фізичних вправ [4]. Дослідження процесу зародження науково-методичної думки дає змогу простежити історичні передумови становлення сучасної системи фізичного виховання та визначити роль провідних учених і педагогів у її розвитку.

Методи дослідження: аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури та Інтернет-джерел.

Результати дослідження. Важливу роль у поширенні ідей про оздоровче значення фізичних вправ відіграв італійський лікар Ієронім Меркуріаліс. У своїй фундаментальній праці, присвяченій мистецтву гімнастики, він обґрунтовував необхідність використання фізичних вправ як одного із засобів збереження та зміцнення здоров'я. Спираючись на положення античної та середньовічної медичної традиції, зокрема праці Гіппократа, Платона, Галена й Авіценни, Меркуріаліс підкреслював значення раціонального харчування та відповідно організованої рухової активності. Його наукові погляди стали важливим етапом у формуванні концепції фізичних вправ як засобу не лише військової підготовки, а й підтримання здоров'я, фізичного розвитку та життєздатності людини.

Зазначені історичні передумови сприяли відновленню ролі систематизованої фізичної підготовки в педагогічній теорії та практиці. Показовим є те, що одними з перших до проблеми фізичного розвитку особистості звернулися педагоги-гуманісти, представники медицини та духовенства італійських міст. Поширення природничо-наукових знань забезпечило дослідників новими відомостями про будову та функціонування організму людини. Зокрема, італійський науковець, інженер, художник і мислитель Леонардо да Вінчі (1452–1519) здійснював дослідження пропорцій людського

тіла та закономірностей його рухової діяльності. Його наукові розробки містили передбачення низки технічних винаходів, зокрема літальних конструкцій, прототипу велосипеда та підводного спорядження. Важливе значення для становлення фізіології мав внесок англійського лікаря Вільяма Гарвея (1578–1657), який обґрунтував закономірності кровообігу та заклав наукові засади подальшого вивчення функціонування організму. Нідерландський анатом Андреас Везалій (1514–1564) започаткував новий етап у дослідженні анатомічної будови людського тіла, що стало важливою передумовою розвитку наукових уявлень про фізичний розвиток людини.

Вагомий внесок у розвиток гуманістичної педагогічної думки зробив французький гуманіст, учений і письменник Франсуа Рабле (1494–1553), автор відомого твору «Гаргантюа і Пантагрюель». У романі він піддав критичному осмисленню схоластичну модель середньовічної освіти та протиставив їй концепцію гуманістичного виховання. На думку Рабле, освітній процес мав забезпечувати всебічний розвиток особистості, стимулювати її пізнавальну активність і творчий потенціал, а також передбачати раціональну організацію режиму дня [2].

Особливе місце у педагогічних поглядах Рабле посідало фізичне виховання. Прикладом практичного втілення його ідей є система занять Гаргантюа, яка передбачала широкий спектр фізичних вправ і рухової діяльності. До них належали вправи зі списом та сокирою, полювання, різноманітні ігри з м'ячем, біг, стрибки, плавання, метання списа та дротика, а також вправи на перекладині, жердинах, канатах і драбинах. Такий підхід поєднував елементи фізичної культури античної доби з традиційними народними вправами, характерними для тогочасного суспільства.

Водночас Рабле висловив низку методично важливих положень щодо організації фізичних вправ. Він обґрунтовував доцільність використання наочності в освітньому процесі, поступового ускладнення рухових завдань та врахування можливостей дитини під час навчання. Фізичне виховання розглядалося ним не лише як засіб удосконалення тілесних якостей, а й як важливий компонент формування моральної культури, дисциплінованості, активності та інших соціально значущих якостей особистості. Таким чином, педагогічні погляди Франсуа Рабле сприяли утвердженню ідеї цілісного розвитку людини, у якій фізичне виховання органічно поєднувалося з інтелектуальним, моральним і творчим становленням.

Важливий внесок у розвиток теоретичних засад фізичного виховання підростаючого покоління зробили представники раннього соціалістичного утопізму. У працях Томас Мор та Томмазо Кампанелла – «Утопія» та «Місто Сонця» – здійснено критичний аналіз суспільного устрою феодальної доби, тогочасної системи виховання, а також нових соціально-економічних відносин, що формувалися в період становлення буржуазного суспільства. Мислителі обґрунтовували модель суспільства, заснованого на соціальній рівності, відсутності приватної власності та забезпеченні всебічного розвитку особистості.

У концепціях Т. Мора і Т. Кампанелли фізичне виховання розглядалося як невід'ємна складова гармонійного становлення людини. Особливого значення вони надавали суспільній та державній відповідальності за збереження здоров'я населення й організацію фізичного розвитку. На їхню думку, систематичне виконання гімнастичних і військово-прикладних вправ сприяє формуванню фізичної сили, витривалості, працездатності та зовнішньої гармонійності людини, одночасно забезпечуючи її підготовку до трудової та суспільної діяльності [1].

Висновки. Проведений аналіз історико-педагогічних і науково-методичних джерел дає підстави стверджувати, що становлення наукової думки у сфері фізичного виховання відбувалося поступово та визначалося розвитком суспільства, педагогіки, медицини, філософії й природничих наук. Витоки теоретичного осмислення фізичного виховання сформувалися ще в античну добу, коли фізичний розвиток розглядався як важлива умова гармонійного становлення особистості. Значний внесок у розвиток наукових уявлень про фізичні вправи зробив Ієронім Меркуріаліс, який обґрунтував їх оздоровче значення та необхідність раціональної організації рухової активності. Важливими передумовами подальшого розвитку теорії фізичного виховання стали наукові дослідження Леонардо да Вінчі, Андреаса Везалія та Вільяма Гарвея, спрямовані на поглиблення знань про будову, рухову діяльність і функціонування організму людини. Педагогічні погляди Франсуа Рабле сприяли утвердженню принципу всебічного розвитку особистості, у межах якого фізичне виховання поєднувалося з інтелектуальним, моральним і творчим становленням. Ідеї Томаса Мора та Томмазо Кампанелли розширили соціальне розуміння фізичного виховання, акцентуючи увагу на його значенні для здоров'я, працездатності, фізичної підготовленості та суспільної активності людини.

Отже, зародження науково-методичної думки у галузі фізичного виховання стало результатом поступового накопичення знань і формування ідей про систематичну рухову активність як важливий засіб гармонійного розвитку та життєдіяльності людини.

Джерела та література

1. Губарєв І. В. Конспект лекцій з дисципліни «Історія фізичної культури» для здобувачів вищої освіти за освітньо-професійною програмою «Фізична культура і спорт» першого (бакалаврського) рівня спеціальності: 017 «Фізична культура і спорт» очної форми навчання. Кам'янське, ДДТУ, 2022. С. 49–52.
2. Киселевська С. М. Історія фізичної культури: метод. вказ. Київ: КНУБА, 2021. 40 с.
3. Кошева Л. В. Історія фізичної культури: Курс лекцій для студентів спеціальності 017 Фізична культура і спорт. Краматорськ: ДДМА, 2021. 216 с.
4. Шиян Б. М., Єдинак Г. А., Петришин Ю. В. Наукові дослідження у фізичному вихованні та спорті: навч. пос. 3-е видан., стереотип. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський нац. у-тет імені Івана Огієнка, 2021. 280 с.

СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНІ УМОВИ ЗАРОДЖЕННЯ І РОЗВИТКУ ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО РУХУ НА КАТЕРИНОСЛАВЩИНІ (КІНЕЦЬ XVIII ст. – XIX ст.)

Ілона Балджи[1], Ніна Долбишева[2], Крістіна Волосунова[3]

[1]К.фіз.вих., доцент, Український державний університет науки та технологій навчально-науковий інститут Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, Ilona.perelygina@gmail.com

[2]К.фіз.вих., професор, Український державний університет науки та технологій навчально-науковий інститут Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, Goodfinish@ukr.net

[3]Здобувач вищої освіти ступеня бакалавр Український державний університет науки та технологій навчально-науковий інститут Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, Kris.volosynova2010@gmail.com

Вступ. Розвиток фізичної культури і спорту, так само, як і будь-якої іншої сфери суспільного життя залежить від низки чинників і передумов. Загальними передумовами, які обумовили розвиток всіх сфер суспільного життя у XIX ст. були: відміна кріпацтва (1861 р.); активізація революційно-демократичного і буржуазно-демократичного рухів; промислове зростання, розвиток капіталізму; розвиток науки і культури; земельна, військова, шкільна та інші реформи; розвиток суспільного руху з фізичного виховання дітей і молоді [5]. Після 1861 р. розвиток капіталізму був настільки інтенсивним, що в декілька десятиліть відбулося таке зростання у промисловості, яке у деяких країнах Європи зайняло цілі століття. Ці глибокі суспільно-економічні й політичні зміни зумовили бурхливий розвиток Катеринославщини.

Методи дослідження. 1. Аналіз і узагальнення науково-методичної літератури, архівних документів та програмно-нормативних матеріалів. 2. Описовий метод. 3. Історико-логічний метод. 4. Хронологічний метод.

Результати дослідження. Катеринослав, як губернське місто, був заснований в жовтні 1776 р. До середини XIX століття, це було провінційне місто з населенням близько 19 000 осіб [3]. Вивчення архівних матеріалів показало, що зародження фізичної культури на Катеринославщині відноситься до другої половини XVIII ст. і пов'язано, перш за все, з фізичним вихованням в навчальних закладах. Перша згадка про організовані заняття фізичними вправами пов'язана з найстарішим навчальним закладом – Головним народним училищем, відкритим в квітні 1793 р. Крім основних предметів (арифметика, письмо, священна історія, географія, іноземні мови), за бажанням діти могли брати платні уроки танців, музики, етикету і фехтування. У 1805 р. школа була перетворена в класичну чоловічу гімназію, яка протягом 100 років була одним з найпрестижніших навчальних закладів губернії. У гімназії був обладнаний невеликий спортивний зал, де проводилися заняття з фехтування і гімнастики [4].

У другій половині XIX століття в Катеринославі налічувалося 32 навчальних заклади включаючи гімназії, училища, приватні пансіонати та ін. У зв'язку з реформами в системі освіти, з 1863 р. стали проводитися заняття з гімнастики у всіх училищах і гімназіях, в тому числі і в жіночій Маріїнській гімназії, заснованої в 1870 р., де готували домашніх вчительок і наставниць (нині багатопрофільна гімназія № 33) [1].

У 1865 р. в Катеринославі проживало 22 846 осіб, у 1897 р. – понад 112 000, а у 1911 р. – 215 332 особи. За чисельністю населення місто займало 4 місце в Україні [3]. У губернії одне за одним з'являлися нові навчальні заклади. У 1899 р. було відкрито Вище гірниче училище, на початку XX ст. почали роботу I і II Реальні училища, Олександрівське технічне училище (м. Запоріжжя), Комерційне училище Миколи II та ін. В цей період в більшості з цих навчальних закладів були обладнані спортивні зали та літні спортивні майданчики [4].

Наприкінці XIX ст., після відкриття на Криворіжжі родовищ залізної руди та їх інтенсивної розробки почався справжній економічний і культурний розквіт краю, а з ним і його губернського центру – Катеринославу. Починаючи з 80-х рр. XIX ст. металургійні та металообробні підприємства виникали один за одним. За десять років було побудовано близько 70 промислових підприємств, усі вони дуже швидко стали гігантами металургійної, трубної та машинобудівної промисловості, що перетворило Катеринослав на центр економічного життя півдня країни. Високі темпи промислового розвитку супроводжувалися зростанням чисельності населення, зокрема робітників. Також це сприяло притоку капіталу іноземних підприємств, банкірів [4]. Економічне зростання викликало

бурхливий розвиток інфраструктури (транспорту, зв'язку, будівництво доріг, електрифікація та ін.), торгівлі, активізацію духовного, культурного і наукового життя.

У цей же період у місті починають з'являтися заклади для організації дозвілля городян, театри, кінематограф, іподром. Так, одним з перших видів змагань в Катеринославі були кінні перегони [4]. Більш швидкими темпами фізичне виховання серед учнівської молоді стало розвиватися наприкінці XIX - початку XX ст. Крім занять фізичними вправами в навчальних закладах представниками інтелігенції стали створюватися навчальні та просвітницькі товариства, метою яких було фізичне виховання дітей і підлітків. У 1905 р. в Катеринославі почали свою діяльність «Сімейно-педагогічний гурток», товариство «Дитяче містечко Катеринославської губернії» і товариство «Сприяння фізичного виховання», у яких проводилися екскурсії, походи, рухливі ігри та інші форми занять з фізичного виховання [2].

Важливу роль у зародженні фізкультурно-спортивного руху Катеринославщини відіграло гімнастичне товариство «Сокіл», засноване при II Реальному училищі в 1908 р. [**Ошибка! Источник ссылки не найден.**]. Крім того, Сокільський рух отримав свій розвиток в повітових містах Кам'янське, Олександрівськ (нині Запоріжжя). У спортивно-гімнастичному товаристві «Сокіл» розвивалася не тільки сокільська гімнастика, але і легка атлетика, футбол, теніс. Крім того, «соколи» Кам'янського розвивали веслувальний спорт [3].

Важливим чинником, що впливав на зародження фізкультурно-спортивного руху наприкінці XIX – початку XX ст. було створення спортивних організацій і клубів, в яких розвивалися окремі види спорту. Важливу роль у зародженні спортивного руху в області відігравали Катеринославський і Каменської Яхт-клуби, створені наприкінці XIX ст. На початку XX ст. набули популярності такі види спорту, як важка атлетика, футбол, веслувальний і вітрильний спорт. До кінця XIX ст. в гімназіях і училищах Катеринославської губернії заняття проводилися на платній основі, коли після основних уроків учні могли брати платні заняття з фехтування і танців. На початку XX ст., після освітньої реформи 1912 р., в середніх навчальних закладах обов'язкові заняття стали проводитися за системою Сокільської гімнастики, до програми якої входили фехтування, футбол, рухливі ігри.

Висновки. Отже можна констатувати що, основними передумовами зародження фізкультурно-спортивного руху на Катеринославщині були соціально-економічний розвиток Катеринославщини, зростання міського населення, зацікавленість громадян окремими видами спорту. Важливу роль у розвитку фізичної культури і спорту в умовах відсутності державної політики у сфері фізичної культури і спорту грала підтримка громадських діячів та меценатів Катеринослава. За їх активної підтримки розвивалися фізичне виховання в навчальних закладах, діяльність спортивно-гімнастичного товариства «Сокіл», Катеринославського та Кам'янського Яхт-клубів. Важливе значення для зародження фізкультурно-спортивного руху та виникнення окремих видів спорту мав розвиток системи фізичного виховання в навчальних закладах, у яких почали розвиватися гімнастика, фехтування, легка атлетика, футбол.

Джерела та література

1. Болєбрук А. Г. Історія міста Дніпропетровська. Дніпропетровськ: Грані, 2006. С. 16-17.
2. Звіт про діяльність товариства «Дитяче містечко» Катеринославської губернії за 1915 (рік перший). Катеринославська друкарня Э. Вільтер. 1916. 26 с.
3. Катеринославський адрес-календар / печатано за розпорядженням Катеринославського губернатора. Катеринослав, 1915. 241 с.
4. Лазебник В. І. Неизвестная Екатеринославщина / вступне слово Н. Капустіної. Дніпропетровськ, 2012. 448 с.
5. Пангелова Н. Є. Історія фізичної культури: навч. посіб. Київ: «Освіта України», 2007. 288 с.

ВПЛИВ ХРОНІЧНОГО ВОЄННОГО СТРЕСУ НА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН УКРАЇНСЬКИХ СТУДЕНТІВ-СПОРТСМЕНІВ

Анна Гакман[1], Іван Васкан[2]

[1]*Доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, завідувач кафедри спорту та фітнесу, Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича, an.hakman@chnu.edu.ua*

[2]*Кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри теорії та методики фізичної культури, Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича, i.vaskan@chnu.edu.ua*

Вступ. Повномасштабна війна суттєво змінила умови підготовки спортивного резерву та функціонування студентського спорту. Порушення стабільності тренувального процесу, безпекові й логістичні обмеження, поєднання навчання, тренувальної та змагальної діяльності формують додаткове психоемоційне навантаження на студентів-спортсменів. Особливої актуальності набуває проблема «подвійної кар'єри», яка передбачає одночасне виконання академічних і спортивних вимог [1, 2].

За умов тривалого воєнного стресу порушення балансу між навантаженням і відновленням може супроводжуватися підвищенням тривожності, погіршенням сну, накопиченням втоми та зниженням психічного благополуччя [3–6]. Водночас систематична рухова активність може сприяти психологічній стійкості, тоді як високі вимоги спортивної діяльності здатні посилювати стресове навантаження [7].

Попри значну кількість досліджень психічного здоров'я студентської молоді та спортсменів, комплексний психоемоційний профіль студентів-спортсменів в умовах тривалого воєнного стресу залишається недостатньо вивченим.

Мета дослідження – визначити особливості психоемоційного стану українських студентів-спортсменів в умовах хронічного воєнного стресу та встановити відмінності залежно від спортивної кваліфікації, статі й виду спорту.

Методи дослідження. Обстежено 187 студентів-спортсменів ігрових видів спорту віком 19,0 ± 2,2 року, серед яких 55 спортсменів високої кваліфікації (КМС, МСУ) та 132 представники масових розрядів. Застосовано стандартизовані методики: PSS-10 – сприйнятий стрес; WHO-5 – психічне благополуччя; ABQ – спортивне вигорання; ISI – інсомнія; SAS-2 – змагальна тривожність; CFQ-8 – когнітивні збої; RESTQ-Sport – баланс стресу та відновлення. Нормальність розподілу перевіряли за критерієм Шапіро–Вілка. Для міжгрупових порівнянь застосовували t-критерій Стьюдента та U-критерій Манна–Вітні, для парних порівнянь – критерій Вілкоксона з поправкою Бонферроні. Рівень статистичної значущості – $p < 0,05$.

Результати дослідження. За PSS-10 загальний рівень сприйнятого стресу становив 15,83 ± 5,49 бала, що відповідає помірному рівню; 62,6 % учасників мали помірний стрес. Висококваліфіковані спортсмени характеризувалися вищим рівнем стресу порівняно з представниками масових розрядів: 17,4 ± 5,5 проти 15,2 ± 5,4 бала ($t = –2,62$; $p = 0,009$; $d = 0,421$). Волейболісти також мали вищі показники порівняно з представниками інших ігрових видів спорту – 16,7 ± 5,4 проти 15,0 ± 5,5 бала ($t = –2,16$; $p = 0,032$; $d = 0,316$). Статевих відмінностей не виявлено ($p = 0,198$).

За WHO-5 медіана психічного благополуччя становила 60,0 бала (Q1 = 40,0; Q3 = 76,0). У 35,8 % учасників показник був нижчим за 50 балів. Статистично значущих відмінностей залежно від статі, виду спорту та спортивної кваліфікації не встановлено ($p > 0,05$).

У структурі спортивного вигорання найбільш вираженим було емоційне та фізичне виснаження (ABQ_1: Me = 2,8; Q1 = 2,0; Q3 = 3,4), тоді як девальвація спортивної діяльності та зниження почуття спортивних досягнень мали нижчі значення (Me = 2,0). Це свідчить про переважання виснажувального компонента без достатніх підстав для констатації сформованого синдрому вигорання у всієї вибірки. За ISI медіана становила 9,0 бала (Q1 = 6,0; Q3 = 13,0), що характеризує наявність субклінічних проявів порушення сну. Міжгрупових відмінностей не встановлено ($p > 0,05$).

Загальний показник змагальної тривожності за SAS-2 становив 30,0 бала (Q1 = 24,0; Q3 = 36,0). У висококваліфікованих спортсменів він був статистично значуще вищим, ніж у представників масових розрядів (Me = 32,0 проти 29,0; $p = 0,017$; $r_rb = 0,223$). Найбільш вираженим компонентом була когнітивна тривога (SAS_2: Me = 12,0). Дівчата мали вищий рівень когнітивного занепокоєння, ніж юнаки ($p = 0,034$), а волейболісти – порівняно з представниками інших ігрових видів спорту ($p = 0,039$).

За CFQ-8 медіана когнітивних збоїв становила 9,0 бала (Q1 = 5,0; Q3 = 13,0). Водночас 36,8 % учасників мали понад 10 балів, що свідчить про поширеність суб'єктивних труднощів із концентра-

цією та когнітивним функціонуванням. За RESTQ-Sport медіана стресу становила 1,125 бала, відновлення – 2,750, а інтегрального балансу – 0,625 бала. У 36,4 % спортсменів виявлено нульове або негативне значення балансу «стрес–відновлення».

Висновки. У студентів-спортсменів в умовах хронічного воєнного стресу встановлено помірний рівень сприйнятого стресу, зниження психічного благополуччя у понад третини учасників, субклінічні прояви порушень сну та переважання компонента емоційного й фізичного виснаження.

Висококваліфіковані спортсмени характеризувалися вищими рівнями сприйнятого стресу та змагальної тривожності. Приблизно третина вибірки демонструвала поєднання зниженого психічного благополуччя, когнітивних труднощів і недостатнього балансу «стрес–відновлення».

Отримані результати обґрунтовують необхідність системного психолого-педагогічного супроводу студентів-спортсменів, моніторингу психоемоційного стану, сну та відновлення, оптимізації тренувальних навантажень і впровадження програм стрес-менеджменту в умовах воєнного стану.

Джерела та література

1. Aalto E. P., Pons J., Alcaraz S., Zamora-Solé R., Ramis Y. Psychological and social factors associated with mental health of European dual career athletes: A systematic review. *European Journal of Sport Science*. 2024. 24(12). 1844–1864. DOI: https://doi.org/10.1002/ejsc.12218.
2. Kegelaers J., Wylleman P., Defruyt S., et al. The mental health of student-athletes: A systematic scoping review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*. 2024. 17(2). DOI: https://doi.org/10.1080/1750984X.2022.2095657.
3. Polyvianaia M., Pinchuk I., Feldman I., et al. Mental health of university students twenty months after the beginning of the full-scale Russian-Ukrainian war. *BMC Psychiatry*. 2025. DOI: https://doi.org/10.1186/s12888-025-06654-1.
4. Pinchuk I., Feldman I., Seleznova V., et al. Braving the dark: mental health challenges and academic performance of Ukrainian university students during the war. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*. 2025. 60. 2505–2516. DOI: https://doi.org/10.1007/s00127-025-02867-7.
5. Byshevets N., Andrieieva O., Pasichniak L., et al. Evaluation of Emotional Disorder Risk in Students with Low Physical Activity Levels Under Stressful Conditions. *Journal of Physical Education and Sport*. 2024. DOI: https://doi.org/10.7752/jpes.2024.04102.
6. Walsh E., Leota J., Huynh M., et al. Sleep and Circadian Interventions to Improve Athletes' Mental Health, Mood and Well-Being. *Sports Medicine*. 2026. 56(4). 997–1011. DOI: https://doi.org/10.1007/s40279-025-02387-z.
7. Grugan M. C., Olsson L. F., Vaughan R. S., et al. Factorial validity and measurement invariance of the Athlete Burnout Questionnaire. *Psychology of Sport and Exercise*. 2024. 73. 102638. DOI: https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2024.102638.

РУХОВА АКТИВНІСТЬ ЯК СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИЙ ЧИННИК ЗБЕРЕЖЕННЯ ФІЗИЧНОГО СТАНУ ЖІНОК ЗРІЛОГО ВІКУ ІЗ ЗАЙВОЮ ВАГОЮ

Анна Гакман[1], Владислав Дасюда[2]

[1]Доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, завідувач кафедри спорту та фітнесу, Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича, an.hakman@chnu.edu.ua

[2] Здобувач PHD програми «Фізтчна культура і спорт», Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича, dasiuda.vladyslav@chnu.edu.ua

Вступ. У сучасних соціально-економічних умовах недостатня рухова активність є однією з актуальних проблем громадського здоров'я. Зміни характеру професійної діяльності, поширення сидячої праці, дефіцит вільного часу та зменшення можливостей для активного дозвілля створюють передумови для зниження рівня щоденної рухової активності. Особливої уваги потребують жінки зрілого віку, для яких професійні, сімейні та соціальні обов'язки часто обмежують можливості регулярних занять фізичними вправами.

Надлишкова маса тіла тісно пов'язана з недостатньою руховою активністю та погіршенням показників фізичного стану. Дослідження свідчать, що регулярна фізична активність сприяє контролю маси тіла та окружності талії, а також позитивно впливає на кардіометаболічне здоров'я [3; 4]. Водночас мотиваційні та психоемоційні особливості жінок із надлишковою масою тіла можуть впливати на їхню готовність до систематичної рухової активності [1].

Мета дослідження – визначити рівень рухової активності та основні показники фізичного стану жінок зрілого віку із зайвою вагою в контексті соціально-економічних умов формування їхньої рухової поведінки.

Методи дослідження. У дослідженні взяли участь жінки зрілого віку із надлишковою масою тіла, середній вік яких становив 36,0±2,4 року. Використано аналіз наукової літератури, антропометричні, фізіологічні, функціональні та соціологічні методи дослідження. Визначали масу та довжину тіла, індекс маси тіла (ІМТ), обхвати талії та стегон, життєвий індекс, індекс Робінсона та показники рухової активності. Результати представлено у вигляді M±SD та відсоткового розподілу.

Результати дослідження. Середня маса тіла обстежених становила 84,0±9,7 кг, довжина тіла – 168,0±7,9 см. Розрахований ІМТ становив 29,76 кг/м², що відповідає надлишковій масі тіла та наближається до межі ожиріння I ступеня. Обхват талії становив 116,0±12,3 см, обхват стегон – 119,0±9,8 см; співвідношення обхватів талії та стегон – близько 0,97.

Життєвий індекс становив 28,3±4,0, індекс Робінсона – 95,89±15,02. Отримані характеристики свідчать про необхідність підвищення рівня систематичної рухової активності та використання оздоровчих програм, спрямованих на покращення функціонального стану.

Аналіз рівнів рухової активності показав, що 53,4 % жінок мали сидячий рівень, 30,49 % – базовий, 14,03 % – малий, 2,0 % – середній, тоді як високого рівня не виявлено. Таким чином, у 83,89 % обстежених переважали сидячий або базовий рівні активності.

Такий розподіл може розглядатися в контексті соціально-економічних умов сучасного життя: характеру професійної зайнятості, обмеженості вільного часу, сімейних обов'язків, доступності спортивно-оздоровчих послуг та можливостей організації активного дозвілля. Водночас отримані дані не дають підстав стверджувати про прямий причинно-наслідковий вплив окремих соціально-економічних чинників, оскільки вони безпосередньо не вимірювалися.

Результати узгоджуються з даними B. Sternfeld et al. [3], які показали взаємозв'язок рівня фізичної активності зі змінами маси тіла та окружності талії у жінок середнього віку. Сучасні рекомендації також підкреслюють значення фізичної активності для покращення кардіометаболічного здоров'я незалежно від змін маси тіла [4]. Дослідження А. Нагорної та співавторів [1] додатково вказують на важливість мотиваційних і психічних характеристик жінок із надлишковою масою тіла.

Висновки. Отже, жінки зрілого віку із зайвою вагою характеризуються несприятливими антропометричними показниками: маса тіла – 84,0±9,7 кг, ІМТ – 29,76 кг/м², обхват талії – 116,0±12,3 см. Встановлено недостатній рівень рухової активності: сидячий рівень мали 53,4 %, базовий – 30,49 %, малий – 14,03 %, середній – 2,0 %; високого рівня не виявлено. Недостатня рухова активність у поєднанні з надлишковою масою тіла актуалізує необхідність доступних та індивідуалізованих програм оздоровчої рухової активності. Рухову активність доцільно розглядати не лише як індивідуаль-

ний чинник здоров'я, а й як соціальний ресурс, реалізація якого залежить від умов праці, організації дозвілля, доступності фізкультурно-оздоровчих послуг та мотивації.

Перспективним напрямом є розвиток доступних програм оздоровчого фітнесу, активного дозвілля та повсякденної рухової активності, спрямованих на збереження фізичного стану та профілактику подальшого збільшення маси тіла.

Джерела та література

1. Нагорна А., Андрєєва О., Левінська К. Особливості мотиваційного та психічного станів жінок другого періоду зрілого віку з надлишковою масою тіла. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту.* 2020. № 3. С. 86–90. DOI: 10.32652/tmfvs.2020.3.86-90.
2. Mustafa M., Qamar S., Niaz A., Akhlaq J., Shahid S. Association of gait speed with physical activity, BMI and arch height in postmenopausal women. *Journal of Health, Wellness and Community Research.* 2026. P. e1330. DOI: 10.61919/7xb42d12.
3. Sternfeld B., Wang H., Quesenberry C. P. Jr., Abrams B., Everson-Rose S. A., Greendale G. A. et al. Physical activity and changes in weight and waist circumference in midlife women: findings from the Study of Women's Health Across the Nation. *American Journal of Epidemiology.* 2004. Vol. 160, No. 9. P. 912–922. DOI: 10.1093/aje/kwh299.
4. Swift D. L., Ross L. M., Laddu D. R., Conroy M. B., German C. A., Evangelista L. S. et al. Role of physical activity in obesity treatment and cardiometabolic health: a scientific statement from the American Heart Association. Circulation. 2026. Vol. 154, No. 1. P. e1–e16. DOI: 10.1161/CIR.0000000000001441.

ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ У КОНТЕКСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Наталія Захожа[1]

[1] *Кандидат наук з фізичного виховання і спорту, завідувач кафедри здоров'я та фізичної культури Волинського національного університету імені Лесі Українки, nata.zakhozha@gmail.com*

Вступ. В умовах модернізації системи освіти України особливого значення набуває своєчасне реагування на вимоги та виклики сучасного суспільства, зокрема на потребу у формуванні компетентного, фізично та психологічно підготовленого фахівця. Важливою складовою професійної підготовки здобувачів вищої освіти є формування відповідального ставлення до власного здоров'я, усвідомленої потреби у здоровому способі життя та стійкої мотивації до систематичних занять фізичною культурою і спортом. Однією з передумов реалізації цих завдань є організація високопрофесійної фізкультурно-оздоровчої та спортивної діяльності учасників освітнього процесу.

Фізична готовність майбутнього фахівця є важливою складовою його загальної професійної готовності та характеризує здатність ефективно виконувати професійні обов'язки з урахуванням вимог конкретного виду діяльності. Вона передбачає не лише достатній рівень розвитку основних фізичних якостей, а й сформованість рухових умінь і навичок, функціональних можливостей організму, фізичної витривалості, працездатності та здатності протистояти несприятливим чинникам професійного середовища.

Методи дослідження – теоретичний аналіз та узагальнення наукової, навчально-методичної літератури та педагогічного досвіду.

Результати дослідження. Сучасний рівень розвитку економіки, технологій і ринку праці зумовлює необхідність досягнення нової якості вищої освіти. Основним ресурсом сучасного суспільства стає висококваліфікований, творчий та мобільний фахівець, який володіє не лише необхідним обсягом професійних знань, а й здатний продуктивно виконувати трудові функції, оперативно орієнтуватися у мінливому професійному середовищі, приймати своєчасні рішення та діяти в різноманітних, у тому числі нестандартних ситуаціях [3].

Одним із чинників, що сприяють підвищенню професійної працездатності та продуктивності праці, успішності оволодіння професією і збереженню здоров'я, є фізична культура і спорт. У низці досліджень [1; 2] наголошується, що проблема використання засобів фізичної культури для підвищення якості професійної підготовки молоді стосується не лише процесу підготовки майбутніх фахівців у закладах освіти, а й подальшої самостійної трудової діяльності в різних галузях виробництва.

Фізична та розумова працездатність людини мають спільну фізіологічну основу, оскільки забезпечуються взаємопов'язаним функціонуванням нервової, серцево-судинної, дихальної та інших систем організму. У зв'язку з цим недостатній рівень фізичної готовності може негативно позначатися на здатності студента тривалий час підтримувати необхідний рівень розумової та фізичної працездатності, знижувати ефективність засвоєння навчального матеріалу та ускладнювати адаптацію до майбутніх професійних навантажень. Отже, виникає потреба у професійно орієнтованій фізичній підготовці студентів як одному з важливих засобів забезпечення їхньої високої працездатності та професійної продуктивності з урахуванням специфіки обраної спеціальності.

Тісний взаємозв'язок фізичного виховання молоді з трудовою діяльністю підкреслювали видатні представники педагогічної та фізкультурно-спортивної науки різних країн. Вони розглядали фізичне виховання як невід'ємну складову всебічного розвитку особистості, наголошуючи на необхідності поєднання навчання, трудової діяльності та фізичного вдосконалення. Водночас фізичне виховання має бути спрямоване не лише на підвищення продуктивності праці, а й на формування гармонійно розвиненої, соціально активної та відповідальної особистості. Саме цим визначається важлива суспільна функція фізичного виховання – підготовка людини до продуктивної професійної діяльності, активного суспільного життя та, за необхідності, виконання завдань із захисту Вітчизни. Фізична готовність здобувачів вищої освіти формується не лише в процесі виконання державних тестів і нормативів, а насамперед завдяки систематичній фізичній підготовці, орієнтованій на майбутню професійну діяльність. В умовах сьогодення важливого значення набуває також підготовка молоді до можливих екстремальних і військово-прикладних ситуацій.

Основними засобами фізичної підготовки є різноманітні фізичні вправи, сформовані в межах базової фізичної культури та спорту, а також спеціально-підготовчі вправи, які добираються від-

повідно до характеру професійної діяльності. Важливе значення при цьому має розвиток сили, швидкості, витривалості, спритності, координаційних здібностей, а також удосконалення здатності до тривалої концентрації уваги та підтримання оптимального психофізичного стану. Вибір засобів і методів фізичної підготовки повинен визначатися специфікою професії, характером робочих навантажень, умовами праці, рівнем відповідальності, необхідністю швидкого прийняття рішень, особливостями робочої пози та ступенем нервово-емоційного напруження.

Водночас було б помилковим вважати, що адекватними засобами фізичної підготовки до майбутньої професійної діяльності можуть бути лише вправи, які безпосередньо за формою нагадують професійно-трудові рухові дії. Зведення фізичної підготовки до простої імітації трудових операцій не забезпечує всебічного розвитку необхідних фізичний якостей. Особливо це актуально в сучасних умовах, коли для багатьох професій характерні тривале перебування в одному положенні, виконання локальних і регіональних рухів, монотонна діяльність, робота з цифровими технологіями та недостатня рухова активність. Такі особливості професійної діяльності можуть призвести до виникнення гіподинамії, зниження функціональних резервів організму та погіршення загального фізичного стану.

Сукупність засобів фізичної підготовки не обмежується лише фізичними вправами. У комплексі з ними можуть використовуватися природні фактори: загартування, раціональний режим дня, оптимізація рухової активності, дотримання гігієнічних вимог, раціональне харчування та інші засоби, спрямовані на підвищення адаптаційних можливостей організму. Їх систематичне застосування сприяє підвищенню стійкості до несприятливих факторів професійного середовища, прискоренню процесів відновлення та підтриманню належного рівня працездатності. Досить важливою є також здатність майбутнього фахівця самостійно планувати фізкультурно-оздоровчу діяльність, контролювати власний фізичний стан та використовувати фізичні вправи як засіб профілактики перевтоми.

Висновки. Для успішної навчальної та майбутньої професійної діяльності кожен здобувач вищої освіти повинен володіти необхідними знаннями про засоби, методи й форми фізичного вдосконалення, усвідомлювати значення рухової активності для збереження здоров'я та професійного довголіття. Важливим завданням закладів вищої освіти є створення сприятливих умов для залучення студентів до різноманітних форм фізкультурно-оздоровчої та спортивної діяльності.

Джерела та література

1. Вільчковський Е., Вольчинський А., Пасічник В. Фізичне виховання студентів як чинник їх підготовки до майбутньої професійної діяльності. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві.* № 3 (55). 2021. С. 10–14.
2. Заблоцька І. В. Готовність до професійної діяльності майбутніх фахівців сфери послуг як педагогічна проблема. *Наукові записки. Розділ: Педагогічні науки.* Вип. 135. 2017. С. 90–96.
3. Захарова О. В., Мотузенко Т. Є., Махно В. В. Заняття з фізичного виховання у процесі розв'язання проблеми дефіциту рухової активності студентської молоді. *Наукові записки.* 2022. № 206. С. 133–140.

ПЕДАГОГІЧНИЙ ПОТЕНЦІАЛ ПАУЕРЛІФТИНГУ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Володимир Захожий[1]

[1] *Кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії спорту та фізичної культури Волинського національного університету імені Лесі Українки, zahozhyi@ukr.net*

Вступ. Одним із важливих завдань фізичного виховання у закладах вищої освіти є розвиток основних фізичних якостей, серед яких особливе місце посідає сила. Рівень силових здібностей значною мірою визначає функціональні можливості організму, фізичну працездатність, координацію та ефективність виконання рухових дій. Достатня м'язова сила є необхідною передумовою підтримання рухової активності впродовж життя, сприяє збереженню здоров'я, оптимальної маси тіла, правильної постави та високої працездатності.

Особливого значення формування силових здібностей набуває в юнацькому віці, коли спостерігається значний інтерес до фізичного вдосконалення та силових вправ. Виконання підтягувань, вправ в упорі лежачи, вправ з обтяженнями та інших силових вправ не лише підвищує м'язову силу, а й позитивно впливає на інші рухові якості. Важливе значення у вирішенні цієї проблеми має залучення студентської молоді до секційних занять різними видами спорту та формування стійкої потреби в регулярній руховій активності у позанавчальний час. Такий підхід створює сприятливі умови для цілеспрямованого вдосконалення фізичних якостей, зокрема силових здібностей [2].

Методи дослідження. Для досягнення мети дослідження використано метод теоретичного аналізу та узагальнення даних науково-методичної літератури, а також інформаційних ресурсів мережі Інтернет.

Результати дослідження. Підвищення ефективності фізичного виховання у закладах вищої освіти можливе завдяки пошуку інноваційних підходів та впровадженню сучасних технологій, які роблять освітній процес більш результативним, гнучким і привабливим для студентської молоді. Одним із перспективних засобів є пауерліфтинг. Основу цього виду спорту становлять три базові вправи: присідання зі штангою, жим лежачи та станова тяга. Їх раціональне застосування має оздоровче, виховне та прикладне значення, оскільки забезпечує комплексний вплив на основні м'язові групи та сприяє підвищенню рівня силової підготовленості [3].

Пауерліфтинг може використовуватися не лише як самостійний вид спортивної діяльності, а й як додатковий засіб підготовки у багатьох інших видах спорту. Доступність силових вправ та можливість індивідуального дозування навантаження роблять пауерліфтинг перспективним засобом фізичного виховання здобувачів вищої освіти. Його використання сприяє формуванню відповідального ставлення до власного здоров'я, самостійності, цілеспрямованості, дисциплінованості та здатності систематично працювати над удосконаленням рухових можливостей. Крім того, регулярні силові тренування можуть підвищувати рівень загальної фізичної підготовленості та стійкість до фізичних і емоційних навантажень [1].

Досягнення високих спортивних результатів у пауерліфтингу, як і в інших видах спорту, потребує систематичної підготовки, дотримання принципу поступового збільшення навантаження, удосконалення техніки виконання вправ та розвитку фізичних і психічних якостей. Водночас для здобувачів освіти, які не ставлять за мету досягнення високих спортивних результатів, окремі засоби пауерліфтингу можуть застосовуватися для загальної фізичної підготовки та підтримання оптимального рівня рухової активності. Базові вправи доцільно використовувати як загальнопідготовчі та спеціально-підготовчі засоби, а також як допоміжний компонент практичних занять.

Однією з переваг силової підготовки є можливість комплексного впливу на основні м'язові групи. Раціонально організовані вправи сприяють підвищенню загальної фізичної підготовленості, гармонійному розвитку мускулатури, удосконаленню силових і координаційних здібностей. Водночас застосування обтяжень у студентському віці має здійснюватися з урахуванням стану здоров'я, рівня підготовленості, індивідуальних можливостей та вимог безпеки.

На початковому етапі підготовки здобувачі освіти опановують комплекс загальнорозвивальних і спеціально-підготовчих вправ зі штангою. Під час самостійної роботи вони закріплюють набуті рухові навички та вдосконалюють техніку виконання вправ. На наступних заняттях викладач та тренер оцінює рівень сформованості у студентів відповідних умінь і навичок та за потреби коригує зміст і дозування навантаження.

Теоретична підготовка здійснюється безпосередньо під час практичних занять у формі бесід, пояснень, розповідей, а також перегляду відеозаписів виступу висококваліфікованих пауерліфтерів із подальшим аналізом техніки виконання змагальних вправ. Важливим компонентом є також формування вмінь самостійно організовувати та проводити силові тренування з дотриманням основних принципів безпеки. Для якісного засвоєння навчального матеріалу та формування навичок самостійної роботи доцільно пропонувати здобувачам освіти завдання зі складання комплексів силових вправ відповідно до визначеної мети, рівня підготовленості та доступного обладнання [4].

Загалом методика підготовки у пауерліфтингу передбачає використання циклічного планування, яке забезпечує раціональне чергування періодів навантаження та відновлення. Важливе місце посідають допоміжні вправи, варіації основних рухів, а також вправи для зміцнення м'язових груп і стабілізації суглобів, що беруть участь у виконанні змагальних вправ. Значна увага приділяється силовій витривалості, технічній майстерності, гнучкості, мобільності та стабільності опорно-рухового апарату. Важливим складником безпечної організації тренувального процесу є поєднання силових вправ із вправами на розтягування, дихальними техніками та профілактичними заходами. Комплексний підхід дає змогу ефективніше регулювати навантаження, підтримувати належний рівень фізичної працездатності та знижувати ризик перенапруження.

Висновки. Теоретичний аналіз науково-методичної літератури засвідчує значний педагогічний потенціал пауерліфтингу як засобу фізичної підготовки здобувачів вищої освіти. Його застосування сприяє цілеспрямованому формуванню силових здібностей, підвищенню рівня загальної фізичної підготовленості, розвитку самостійності, дисциплінованості та мотивації до систематичної рухової активності.

Засоби пауерліфтингу можуть інтегруватися в систему фізичного виховання студентської молоді як у межах організованих навчальних і секційних занять, так і під час самостійної фізкультурно-оздоровчої діяльності. Водночас ефективність такого підходу залежить від раціонального дозування навантажень, рівня підготовленості здобувачів освіти, дотримання техніки виконання вправ та вимог безпеки.

Джерела та література

1. Грибан Г. П., Мичка І. В. Педагогічні засади навчання силових вправ з пауерліфтингу студентської молоді в освітньому процесі з фізичного виховання. *Вісник Кам'янець-Подільського нац. ун-ту імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини.* 2018. Вип. 11. С. 102–110.
2. Дудорова Л. Оптимізація рухової активності студентів за допомогою позаурочних секційних занять. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації.* 2016. № 20. С. 62–65.
3. Мичка І. В. Упровадження пауерліфтингу в систему навчально-виховного процесу з фізичного виховання студентів. *Науковий часопис НПУ імениі М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт):* зб. наук. праць. Київ: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2019. Вип. 5(113). С.97–100.
4. Онопрієнко О. В., Онопрієнко О. М. Розвиток силових якостей студентів закладів вищої освіти засобами пауерліфтингу: навч. видання. Черкаси: ЧДТУ, 2022. 128 с.

ЕВОЛЮЦІЯ МЕТОДИЧНОЇ СИСТЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ: ІСТОРИКО-ПЕДАГОГІЧНИЙ АСПЕКТ

Олена Іщук[1]

[1] *Кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фітнесу та циклічних видів спорту Волинського національного університету імені Лесі Українки, Ischuk.Olena@vnu.edu.ua*

Вступ. Розвиток фізичної культури і спорту є складним суспільним процесом, який формується під впливом широкого спектра філософських, політичних, соціальних та економічних чинників [1;4]. У різні історичні періоди ставлення суспільства до фізичної активності, тілесного розвитку, здоров'я та спортивної діяльності змінювалося відповідно до панівних світоглядних орієнтирів, державної політики, соціальних потреб і рівня економічного розвитку. Тому дослідження становлення та трансформації фізичної культури і спорту потребує комплексного аналізу суспільного середовища, у якому відбувалися ці процеси [2].

Філософські уявлення про людину, її тіло, здоров'я, гармонійний розвиток і місце фізичної активності в системі життєвих цінностей визначали теоретичні засади фізичного виховання. Політичні чинники, своєю чергою, впливали на формування державних пріоритетів у сфері фізичної культури і спорту, створення відповідної нормативно-правової бази, системи управління та організаційних структур [2; 5]. Соціально-економічні умови визначали доступність занять фізичною культурою, розвиток спортивної інфраструктури, рівень матеріального забезпечення галузі та можливості залучення різних соціальних груп до фізкультурно-спортивної діяльності.

Особливого значення аналіз зазначених чинників набуває під час вивчення розвитку фізичної культури і спорту в освітньому середовищі, зокрема становлення системи фізичного виховання студентської молоді. Зміни суспільних цінностей, державної політики та соціально-економічних умов безпосередньо позначалися на змісті, меті, формах і методах фізичного виховання студентів.

У цьому контексті розгляд філософських, політичних та соціально-економічних чинників дає змогу простежити закономірності розвитку фізичної культури і спорту, визначити передумови формування відповідних педагогічних і методичних підходів та глибше зрозуміти особливості становлення сучасної системи фізичного виховання студентів [3].

Методи дослідження: аналіз і узагальнення науково-методичної літератури, програм, директивних документів та інформаційних джерел з проблеми дослідження.

Результати дослідження. Протягом багатьох років методична система фізичного виховання залишилася поза увагою провідних спеціалістів України, комплексні та системні дослідження в цьому напрямку були суттєво незначними. Висвітлення деяких методичних аспектів не дозволяли фахівцям у цілому зрозуміти історичну спадщину розвитку методичної системи фізичного виховання у ЗВО України, її становлення та її шляхи подальшого розвитку. Останнім часом науковцями ведеться інтенсивний пошук нових напрямків, форм і методів фізичного виховання у ЗВО. Так організаційно-педагогічне та методологічне підґрунтя вдосконалення системи фізичного виховання викладено у дослідженнях Л. В. Волкова, Т. Ю. Круцевич, О. С. Куца, Б. М. Шияна, диференційованому фізичному вихованню присвячені дослідження Т. В. Петровської, Н. В. Москаленко. Провідні науковці О. М. Вацеба, Є. Н. Приступа, А. В. Цьось велику увагу приділяють вивченню специфічних духовних та матеріальних цінностей фізичної культури, її історичного розвитку, традицій, які є складовими національної культури.

Національне фізичне виховання в Україні упродовж багатьох століть розвивалося на основі національних традицій, змінювало свої структурні компоненти, функції, адаптувалося до відповідних умов існування. Українські народні традиції знайшли своє відображення в різних спортивно – масових заходах, у проведенні змагань із фізичного виховання, народних іграх, забавах і розвагах, у створенні спортивно-гімнастичних товариствах. Розвиток народних ігор, видів спорту та засобів фізичного вдосконалення особистості тісно поєднується з розвитком методичної системи, яка забезпечує їх ефективне функціонування на кожному етапі розвитку суспільства [3]. Процес українських народних традицій, їх розвиток та поширення знайшов також своє відображення і в житті студентської молоді незалежної України, що, відповідно, заклало підґрунтя для вивчення особливостей методичних основ фізичного виховання.

За роки незалежності в Україні здійснено реформування мережі навчальних закладів усіх типів з метою їх приведення у відповідність до потреб особистості та економічних можливостей держави і

регіонів. Створено мережу національних ЗВО, які стали осередками реформування системи освіти, трансформації освіти у європейське та світове співтовариство. В останні роки особлива увага в освіті надавалася методичному забезпеченню навчального процесу у відповідності до вимог сьогодення.

Висновки. Вивчення історичних особливостей розвитку системи фізичного виховання студентської молоді на території незалежної України є досить важливою передумовою дослідження питань становлення та функціонування методичної системи фізичного виховання. Адже ці процеси фізичного виховання в Україні мають свої специфічні риси.

Отже, розвиток фізичної культури і спорту є результатом взаємодії філософських, політичних та соціально-економічних чинників, які в різні історичні періоди визначали їх зміст, спрямованість, організаційні форми та суспільне значення [4]. Філософські концепції формували уявлення про фізичний розвиток людини, її здоров'я, гармонію духовного й тілесного та роль фізичної активності в особистісному становленні.

Джерела та література

1. Воловик С. В. Професійна підготовка фахівців з фізичної культури і спорту у вищих навчальних закладах: теоретико-методичні аспекти. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту.* 2020. № 6. С. 21–26.
2. Іщук О. А. Карабанова Н.С. Історико-педагогічні особливості становлення методичної системи фізичного виховання студентів. *Історія фізичної культури і спорту народів Європи:* зб. тез доп. IV Міжнар. наук. конгр. іст. фіз. культ. (22–24 верес. 2021 р.). Луцьк, 2021. С. 16–17.
3. Іщук О. А. Соціально-біологічні фактори впливу на здоров'я студентської молоді. *Фізична активність і якість життя людини:* зб. тез доп. IX Міжнар. наук.-практ. конф. (12–13 червня 2025 р.), м. Луцьк. С. 51–52.
4. Киселевська С. М. Історія фізичної культури: метод. вказівки до вивчення дисципліни. Київ: КНУБА, 2023. 40 с.
5. Язловецька О., Бабенко А. Сучасні виклики модернізації фізичного виховання в закладах вищої освіти України. *Наукові записки. Серія: Педагогічні науки.* 2025. № 219. С. 288–292.

ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ ЯК ВАЖЛИВА СКЛАДОВА ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Ольга Касарда[1]

[1] *Кандидат педагогічних наук, доцент кафедри здоров'я та фізичної культури Волинського національного університету імені Лесі Українки, Kasarda.Olha@vnu.edu.ua*

Вступ. Сучасний етап розвитку суспільства характеризується значними соціальними, економічними та інформаційними змінами, які безпосередньо впливають на спосіб життя молоді. Особливого значення ця проблема набуває у середовищі здобувачів вищої освіти, оскільки період навчання у закладі вищої освіти є важливим етапом формування особистісних цінностей, життєвих установок і моделей поведінки, пов'язаних зі здоров'ям. Саме в цей період молоді люди набувають значної самостійності, самостійно організовують режим навчання, відпочинку, харчування та фізичної активності.

Здоров'я є одним із найважливіших чинників повноцінного життя людини, її соціальної активності та професійної реалізації. Водночас сучасні умови навчання характеризуються значним розумовим навантаженням, тривалим перебуванням у положенні сидячи, високою інтенсивністю використання цифрових технологій, недостатньою руховою активністю, порушенням режиму сну та відпочинку. Сукупність зазначених чинників може негативно позначатися на фізичному й психоемоційному стані здобувачів вищої освіти.

Здоровий спосіб життя доцільно розглядати як систему повсякденної поведінки людини, спрямовану на збереження та зміцнення здоров'я, підвищення працездатності й забезпечення активного довголіття. Його основними складовими є достатня рухова активність, раціональне харчування, дотримання режиму дня, повноцінний сон, дотримання правил особистої гігієни, відмова від шкідливих звичок, ефективне подолання стресових ситуацій та відповідальне ставлення людини до власного здоров'я.

Особливу роль у формуванні здорового способу життя здобувачів вищої освіти відіграє фізична культура. Регулярна рухова активність сприяє підвищенню функціональних можливостей організму, розвитку фізичних якостей, покращенню працездатності, нормалізації емоційного стану та формуванню стійкої потреби у фізичному самовдосконаленні. Важливим є не лише залучення студентської молоді до занять фізичними вправами, а й формування усвідомленої мотивації до самостійного дотримання принципів здорового способу життя [1].

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення науково-методичної літератури; аналіз сучасних наукових підходів до проблеми здорового способу життя молоді.

Результати дослідження. Результати аналізу науково-методичної літератури свідчать, що здоровий спосіб життя здобувачів вищої освіти формується під впливом комплексу взаємопов'язаних біологічних, соціальних, психологічних та педагогічних чинників. Важливою умовою його формування є усвідомлення особистої відповідальності за стан власного здоров'я та розуміння довгострокових наслідків повсякденної поведінки.

Одним із ключових компонентів здорового способу життя є рухова активність. Навчальна діяльність здобувачів вищої освіти часто пов'язана з тривалим сидінням, роботою за комп'ютером та використанням мобільних пристроїв. За таких умов знижується загальний рівень фізичної активності, що може негативно впливати на функціональний стан організму. Регулярні заняття фізичними вправами дають змогу компенсувати недостатність рухової активності, сприяють зміцненню опорно-рухового апарату, розвитку сили, витривалості, швидкості, гнучкості та координаційних здібностей [4].

Важливе значення має раціональне харчування. Нерегулярний прийом їжі, переважання продуктів із високим вмістом цукру та насичених жирів, недостатнє споживання овочів, фруктів і води можуть негативно впливати на самопочуття та працездатність молодої людини. Раціональне харчування має забезпечувати організм необхідною кількістю енергії та поживних речовин відповідно до віку, характеру навчальної і фізичної діяльності.

Не менш важливою складовою здорового способу життя є режим сну та відпочинку. Недостатня тривалість або нерегулярність сну можуть знижувати концентрацію уваги, погіршувати пам'ять, працездатність і емоційний стан. Тому організація оптимального режиму дня є необхідною передумовою ефективного навчання та збереження здоров'я.

Суттєвий вплив на здоров'я здобувачів вищої освіти має психоемоційне навантаження. Навчання, контрольні заходи, іспити, соціальна адаптація, необхідність поєднання навчання з роботою та інші життєві обставини можуть супроводжуватися виникненням стресових ситуацій. У зв'язку з цим важливо формувати навички саморегуляції, раціонального планування часу, чергування розумової та фізичної діяльності, а також використання доступних засобів активного відпочинку [2].

Окремим напрямом здоров'язбережувальної поведінки є профілактика шкідливих звичок. Вживання тютюнових виробів, алкоголю та інших психоактивних речовин створює додаткові ризики для фізичного й психічного здоров'я молодої людини. Формування негативного ставлення до таких явищ має поєднуватися з розвитком альтернативних моделей поведінки, зокрема залученням до фізкультурно-оздоровчої, спортивної, культурної та соціальної діяльності [3].

Важливим чинником формування здорового способу життя є освітнє середовище закладу вищої освіти. Викладачі, куратори, фахівці з фізичного виховання та інші учасники освітнього процесу мають створювати умови для формування у здобувачів стійкої мотивації до збереження здоров'я. При цьому ефективність здоров'язбережувальної роботи значно підвищується за умови поєднання інформаційно-просвітницьких заходів із практичною діяльністю.

Доцільним є впровадження комплексної системи заходів, яка передбачає популяризацію регулярної фізичної активності, формування культури раціонального харчування, дотримання режиму праці та відпочинку, профілактику шкідливих звичок і розвиток психологічної стійкості. Важливо також створювати можливості для самостійного вибору здобувачами видів рухової активності відповідно до їхніх інтересів, фізичних можливостей і рівня підготовленості. Отже, здоровий спосіб життя здобувачів вищої освіти слід розглядати не як сукупність окремих правил, а як цілісну систему цінностей і поведінкових установок. Її формування потребує тривалого, систематичного та комплексного впливу, спрямованого на розвиток відповідального ставлення молоді до власного фізичного та психоемоційного стану.

Висновки. Встановлено, що особливе місце у системі здоров'язбереження посідає фізична активність, яка сприяє розвитку фізичних якостей, підвищенню функціональних можливостей організму, покращенню самопочуття та формуванню стійкої мотивації до здорового способу життя. Формування здоров'язбережувальної поведінки здобувачів вищої освіти має здійснюватися комплексно та систематично із залученням можливостей освітнього середовища. Важливим результатом такої роботи має стати не лише засвоєння теоретичних знань про здоров'я, а й формування практичної готовності застосовувати їх у повсякденному житті.

Джерела та література

1. Брич В. В., Дудаш Г. В. Основи здорового способу життя: навч. посіб. Ужгород: ДВНЗ «УжНУ», 2025. 150 с.
2. Губенко І. Я., Карнацька О. С., Шевченко О. Т. Основи загальної і медичної психології, психічного здоров'я та міжособистісного спілкування: підручник [2-ге вид., перероб. і допов.]. Київ: Медицина, 2018. 312 с.
3. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження: кол. моногр. / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука. Харків: Вид. Рожко С. Г., 2017. 488 с.
4. Касарда О. З., Захожа Н. Я., Мазурчук О. Т., Малімон О. О. Засоби фізичного вдосконалення учасників освітнього процесу: метод. рек. Луцьк, 2023. 69 с.

ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ЖІНОК ПЕРШОГО ПЕРІОДУ ЗРІЛОГО ВІКУ ДО ЗАНЯТЬ РУХОВОЮ АКТИВНІСТЮ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Наталія Ковальова[1], Тарас Блистів[2], Володимир Ковальов[3]

[1]К.фіз.вих., доц., кафедри оздоровчо-рекреаційної рухової активності Національного університету фізичного виховання та спорту України nkovalova@uni-sport.edu.ua

[2]К.фіз.вих., доц. кафедри оздоровчо-рекреаційної рухової активності Національного університету фізичного виховання та спорту України , tblystiv@uni-sport.edu.ua

[3]Старший викладач кафедри оздоровчо-рекреаційної рухової активності Національного університету фізичного виховання та спорту України

Вступ. У сучасних умовах життєдіяльності, зокрема під впливом чинників воєнного стану, спостерігається стрімке зниження рівня рухової активності населення. Обмеження рухового режиму негативно позначається на перебігу складних біохімічних і фізіологічних процесів в організмі: призводить до пригнічення функцій центральної нервової системи, прискорення втоми та зниження загальної працездатності людини [1, 3]. У цьому контексті особливої актуальності набуває проблема збереження і зміцнення фізичного здоров'я жінок першого періоду зрілого віку. Дана соціально-демографічна група є базовою передумовою для подолання демографічної кризи в країні. Науково доведено, що погіршення показників фізичного стану в жінок цього віку зазвичай має зворотний, функціональний характер. Призупинити процеси деградації систем організму та повністю відновити фізичну працездатність можливо через оптимізацію їх рухового режиму [2, 4, 6].

Сучасна парадигма оздоровчої рухової активності розглядає залучення жінок до здорового способу життя як найбільш дієвий чинник профілактики захворювань та покращення якості їхнього життя. Систематичні фізичні вправи мають загальнобіологічне значення, адже вони не лише зміцнюють соматичне здоров'я та стимулюють розвиток фізичних якостей, а й формують психологічну стресостійкість, що є критично важливим у кризових умовах сьогодення [1, 3, 5].

Методи дослідження: теоретичний аналіз науково-методичної літератури та документальних матеріалів, соціологічні методи дослідження, педагогічні методи дослідження , методи математичної статистики.

Результати дослідження. З метою визначення ставлення та мотиваційної зацікавленості жінок першого періоду зрілого віку у заняттях оздоровчою руховою активністю було проведено анкетування та усне опитування. У дослідженні взяло участь 14 жінок першого періоду зрілого віку.

На питання: Як часто ви займаєтесь спеціально-організованою руховою активністю, 35,7 % жінок відповіли, що три рази на тиждень. Однак 14, 3 % зазначили, що дуже рідко приймають участь в таких заходах, 7,1 % – кілька разів на місяць. Це свідчить про низький рівень мотивації жінок першого періоду зрілого віку до занять рекреаційно-оздоровчою діяльністю (рис. 1).

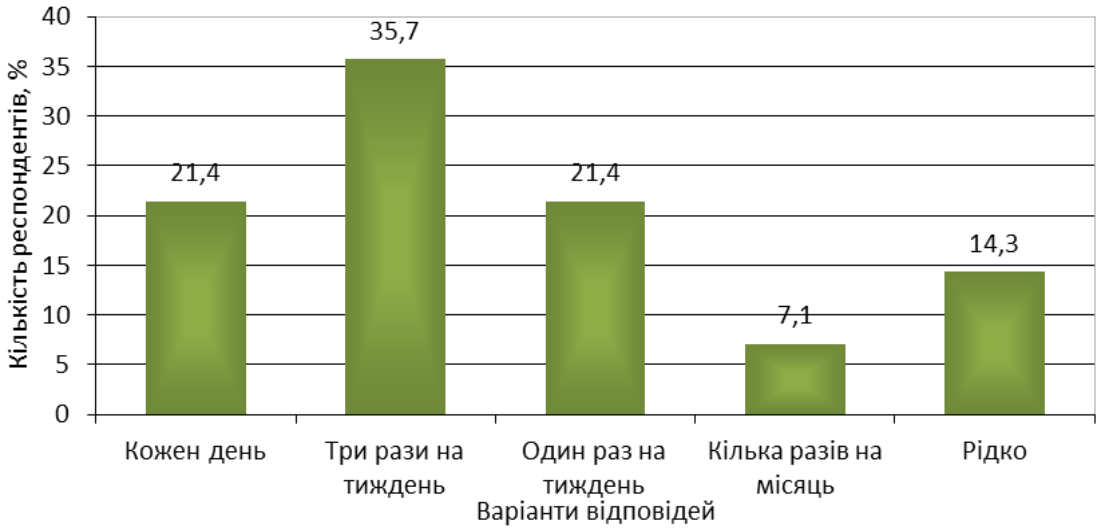


Рис. 1. *Як часто ви займаєтесь спеціально-організованою руховою активністю?*

Цікаво було дослідити які заняття до вподоби сучасним жінкам, відповіді респондентів (рис. 2) свідчать про те, що більшість жінок надають перевагу саме тренуванням в тренажерному залі або груповим заняттям, що визначає мотиваційну зацікавленість жінок першого зрілого віку до занять руховою активністю.

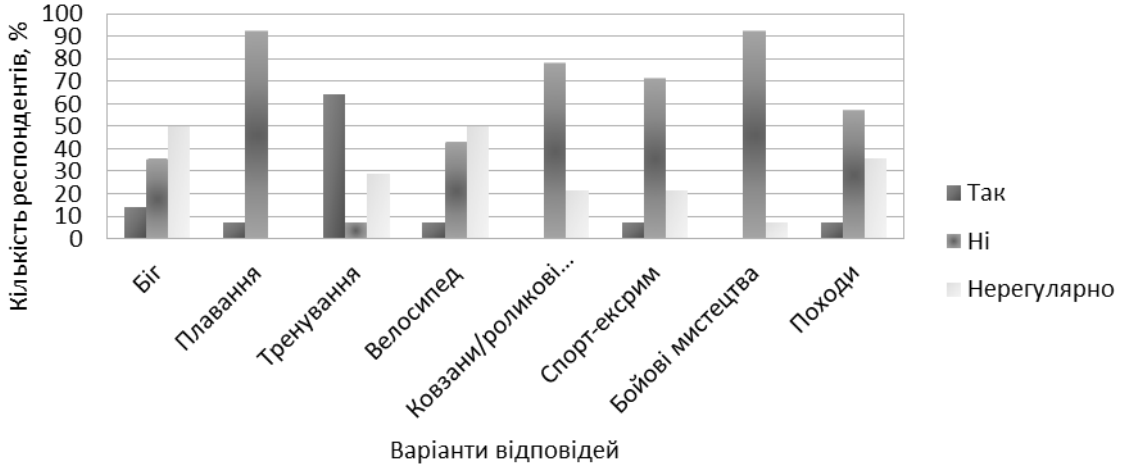


Рис. 2. *Пріоритетні види занять рекреаційно-оздоровчою діяльністю жінок першого періоду зрілого віку*

На основі виявлених особливостей мотиваційно-ціннісної сфери суб'єктів рекреації було спроєктовано поетапну програму формування їхнього інтересу до рухової активності.

Кожен етап програми розв'язував конкретну задачу з покрокового розвитку мотиваційних тенденцій:

1 етап: Спонукання. Створення організаційно-методичного підґрунтя для виникнення первинного інтересу до фізкультурно-оздоровчої діяльності.

2 етап: Цільова орієнтація. Спрямування сформованого спонукання на вибір конкретного виду рекреаційної активності та постановку індивідуальних цілей.

3 етап: Процесуальна підтримка. Забезпечення комфортних умов для практичної реалізації завдань, допомога в плануванні занять та стимулювання тривалої активності осіб зрілого віку.

4 етап: Аналітична рефлексія. Моделювання ситуацій, що дозволяють учасникам оцінити ефективність занять та віднайти в них глибокий персональний сенс.

5 етап: Інформаційне підкріплення. Використання теоретичних блоків під час занять, наочної інформації та інтернет-ресурсів для наочної демонстрації користі від отриманих результатів.

6 етап: Стабілізація та пролонгація. Закріплення потреби у заняттях після досягнення первинних цілей. Цьому активно сприяли лідерські та людські якості тренера (чуйність, наполегливість), а також емоційний затишок у згуртованій групі, що перетворило спільні тренування на вагомий стимул для подальшої рекреаційної діяльності.

Висновки. Дані дослідження свідчать про те, що серед осіб першого періоду зрілого віку існує розуміння необхідності регулярних занять руховою активністю. Аналіз способу життя молодих людей показав, що основний рід діяльності більшості респондентів відповідає «сидячому способу життя», що є проявом глобальної проблеми сучасного суспільства. Переважно інтелектуальна діяльність протягом тривалого часу доби характерна для 94 % осіб зрілого віку, які взяли участь у дослідженні. Люди, які проводять 6–10 годин, займаючись інтелектуальною працею в умовах катастрофічної гіподинамії, так чи інакше переконані, що кількох занять фізичними вправами на тиждень достатньо для врівноваження режимів впливу на організм. Інша сторона ситуації, що склалася − брак мотивації. Мало розуміти важливість і необхідність фізичного навантаження, потрібно хотіти займатися даним видом діяльності. Якщо говорити про зв'язок мотивації і здоров'я, то тут спостерігається пряма залежність – чим вищий рівень здоров'я людини, тим більшою є її мотивація. Як правило, мотивація знижується з віком. У людей з віком появляються різні захворювання, вони бояться отримати травму під час занять фізичною культурою. Тому дуже важливо зберегти у них мотивацію до занять фізичними вправами.

Люди зрілого віку − основний контингент населення, зайнятий продуктивною працею. Маючи великий запас знань, виробничий та життєвий досвід, вони становлять цінність для суспільства. Здоров'я є найбільшою цінністю людини і дається їй при народженні, а збереженням його кожен займається в міру своїх знань.

Джерела та література

1. Андрєєва О., Вербовий В. Особливості формування мотивації до оздоровчо-рекреаційної рухової активності жінок першого періоду зрілого віку. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2020. № 3. С. 39–45. URL: https://reposit.uni-sport.edu.ua (дата звернення: 16.09.2026).
2. Брезденюк О. Ю. Аналіз мотиваційних чинників залучення жінок першого періоду зрілого віку до занять фітнесом силового характеру. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації:* зб. наук. праць. Вінниця, 2023. Вип. 15 (34). С. 12–18. URL: https://intranet.vspu.edu.ua (дата звернення: 16.09.2026).
3. Дутчак М., Андрєєва О., Благій О. Формування мотивації осіб зрілого віку до оздоровчо-рекреаційної рухової активності. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2019. № 2. С. 44–51.
4. Корекція психоемоційного стану жінок, постраждалих від війни, за допомогою оздоровчого фітнесу / Л. В. Сущенко та ін. *Реабілітаційні та фізкультурно-оздоровчі аспекти життєдіяльності людини*. 2024. № 18. С. 102–109. URL: https://enpuir.udu.edu.ua (дата звернення: 16.09.2026).
5. Мосейчук Ю., Мороз О. Особливості мотиваційних засад рухової активності жінок-педагогів першого періоду зрілого віку. *Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення*. Чернівці: ЧНУ, 2021. С. 112–118.
6. Навроцька А., Котова О. Сучасні проблеми формування мотивації жінок до занять оздоровчо-рекреаційною рухової активністю в умовах тривалого соціального стресу. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. Серія 15. 2022. Вип. 7 (152). С. 99–104. URL: https://spppc.com.ua (дата звернення: 16.09.2026).

ВЗАЄМОДІЯ ШКОЛИ ТА СІМ'Ї ЯК ПЕДАГОГІЧНА УМОВА ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

Захар Лимар[1], Олена Томащук[2]

[1]Магістр кафедри теорії фізичного виховання та рекреації Волинського національного університету імені Лесі Українки, znaharred1892@gmail.com

[2]Кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії фізичного виховання та рекреації Волинського національного університету імені Лесі Українки, olena.tomaschuk@vnu.edu.ua

Вступ. Визначальним чинником, що зумовлює якість подальшого дорослого життя, постає здоров'я підлітка, а сам підлітковий вік − це період, коли закладаються поведінкові звички, які згодом важко піддаються корекції. Школу й родину наявні педагогічні підходи здебільшого розглядають відокремлено одна від одної, тоді як практика доводить протилежне: там, де дві виховні інституції діють неузгоджено, підліток отримує суперечливі сигнали щодо значущості власного здоров'я, через що результативність виховного впливу кожної з них знижується. Окремої уваги заслуговує роль фізичного виховання − предмета, здатного поєднати фізіологічну, психічну та ціннісно-мотиваційну складові здоров'я підлітка. Подвійну функцію предмета «фізична культура» обґрунтовує О. Данисько, зауважуючи, що розвиток рухових якостей учня відбувається водночас із формуванням ціннісного ставлення до руху як складника повсякденного життя, а не примусового шкільного обов'язку [3]. Розв'язання завдання формування у підлітків свідомого ставлення до здорового способу життя потребує іншого погляду на взаємодію школи та сім'ї. Не як побажання, а як окремої педагогічної умови, здатної підсилювати або послаблювати виховний ефект кожної з інституцій.

Сукупність практичних звичок − режим харчування, рухову активність, гігієну сну − окреслює здоровий спосіб життя, тоді як свідоме ставлення до здоров'я становить психічний конструкт, що охоплює усвідомлення цінності здоров'я, здатність прогнозувати наслідки власної поведінки та внутрішню мотивацію дотримуватися здорового способу життя без зовнішнього примусу. Як зазначають Н. Гончарова та І. Вако, стійке відчуття несуперечливості вимог формує в дитини узгоджена позиція педагогів і батьків щодо режиму дня, харчування та рухової активності. Розбіжність же позицій дорослих підліток нерідко використовує для уникнення відповідальності за власну поведінку [2]. Близьку тезу обстоює С. Воронова, яка розглядає партнерство родини та школи складовою внутрішньої системи забезпечення якості освіти, адже активна участь батьків поряд із залученням громади формує середовище, у якому сформована звичка утримується стійкіше, ніж за відсутності згаданого партнерства [1].

Метою дослідження визначено розробку та експериментальну перевірку ефективності програми взаємодії школи та сім'ї з формування у підлітків свідомого ставлення до здорового способу життя засобами фізичного виховання.

Методи дослідження охопили теоретичний аналіз науково-педагогічної літератури, педагогічний експеримент, опитувальники для підлітків і батьків та методи математичної статистики. Вибірку становили 26 підлітків 13–15 років та 26 їхніх батьків, розподілених на експериментальну й контрольну групи по 13 осіб у кожній.

Результати дослідження. Вихідну зіставність груп за особистісними характеристиками підлітків − обізнаністю, ціннісними орієнтаціями, поведінковими звичками, рівнем рухової активності − засвідчили результати констатувального етапу, тоді як за показником взаємодії сім'ї та школи групи розрізнялися ще до впровадження програми, оскільки жоден респондент контрольної групи не досягнув високого рівня згаданого показника, а в експериментальній групі його вже демонстрували 46,2 % батьків. Розроблена програма охопила три напрями роботи − безпосередньо з підлітками, з батьками та у форматі спільних заходів, − спрямовані на розвиток когнітивного, ціннісно-мотиваційного, поведінкового компонентів свідомого ставлення до здоров'я та на узгодження виховних впливів двох інституцій.

Ефективність запропонованого підходу за всіма застосованими методиками підтвердив формувальний етап. Найвиразніший приріст в експериментальній групі зафіксовано за когнітивним компонентом (+43,6 % проти +25,6 % у контрольній), що засвідчує здатність програми переводити нерефлексований побутовий досвід підлітка в артикульовану особисту позицію. Приріст середньотижневого показника рухової активності в експериментальній групі майже вчетверо перевищив відповідний

показник контрольної групи, а частка батьків із високим рівнем взаємодії зі школою зросла з 46,2 до 84,6 %. Водночас лише на 0,2 % зріс компонент безпосередньої комунікації батьків із педагогами, а компонент узгодженості виховних вимог практично не змінився, що вказує на потребу розширення вказаного напряму програми в подальшій роботі.

Отримані дані узгоджуються з висновками F. Santos зі співавторами, оскільки статистично значущо кращий та стійкіший результат дають програми, що передбачають безпосередню участь батьків у спільних із дитиною заходах, а не обмежуються інформаційними розсилками для родин [6]. Подібну закономірність підтверджують і результати A. Masini зі співавторами, отримані через метааналіз шкільних утручань, побудованих на домашніх завданнях учнів разом із батьками, − включення родинного компонента підвищує розмір ефекту втручання порівняно з утручаннями виключно шкільного формату [5]. Розв'язання завдання узгодженої взаємодії школи й родини на матеріалі здоров'я спирається на закономірність, зафіксовану й на іншому виховному матеріалі. Аналізуючи формування національної ідентичності підлітків, С. Федоренко, Х. Вороніна та К. Журба доводять ширшу закономірність − механізми узгодженої співпраці двох виховних інституцій, ефективні щодо одного різновиду ціннісних орієнтацій, цілком застосовні й до формування ставлення до здоров'я [4].

Висновки. Взаємодія школи та сім'ї постає педагогічною умовою, без якої шкільний вплив на формування свідомого ставлення підлітків до здоров'я лишається обмеженим і нестійким. Систематичність, охоплення та фаховий педагогічний супровід забезпечує школа, емоційну значущість і повсякденне підкріплення сформованих установок − родина, а поєднання згаданих ресурсів засобами фізичного виховання дає стійкіший приріст поведінкового й ціннісно-мотиваційного компонентів порівняно з ізольованим впливом кожної інституції окремо.

Джерела та література

1. Воронова С. В. Партнерство як складова внутрішньої системи забезпечення якості освіти в закладі загальної середньої освіти. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 5. Педагогічні науки: реалії та перспективи.* 2022. Вип. 86. С. 48–52.
2. Гончарова Н. М., Вако І. І. Співпраця сім'ї та закладу загальної середньої освіти у напрямку збереження здоров'я дітей. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт).* 2018. Вип. 6 (100). С. 22–26.
3. Данисько О. Методолого-теоретичні засади формування здорового способу життя школярів засобами фізичної культури і спорту. *Людинознавчі студії: збірник наукових праць Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка. Серія «Педагогіка».* 2015. № 31. С. 48–56.
4. Fedorenko S., Voronina H., Zhurba K. School-family Interaction in Forming Adolescents' National Identity: the Ukrainian Pedagogical Experience. *Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensionala*. 2020. Vol. 12, no. 4. P. 189–204.
5. Masini A., Salussolia A., Anastasia A. Evaluation of school-based interventions including homework to promote healthy lifestyles: a systematic review with meta-analysis. *Journal of Public Health (Berlin).* 2026. Vol. 34. P. 23–39.
6. Santos F. et al. School-Based Family-Oriented Health Interventions to Promote Physical Activity in Children and Adolescents: A Systematic Review. *American Journal of Health Promotion*. 2023. Vol. 37, no. 2. P. 243–262.

Секція 2
Становлення і розвиток фізичної культури у стародавньому світі

ЯК МИ ПИШЕМО ІСТОРІЮ СПОРТУ: РОЗБІЖНОСТІ МІЖ ВІТЧИЗНЯНОЮ ТА ЗАРУБІЖНОЮ ТРАДИЦІЄЮ

Наталія Салтан[1], Олександр Салтан[2]

[1]Кандидат історичних наук, доцент, доцент кафедри гуманітарних наук Харківська державна академія фізичної культури nataliiasaltan@gmail.com

[2]Кандидат історичних наук, доцент, доцент кафедри гуманітарних наук Харківська державна академія фізичної культури Saltan_Olexandr@ukr.net

Вступ. Україна активно інтегрується у світовий політичний, технологічний та економічний простір. Паралельно триває адаптація вітчизняного законодавства до вимог Євросоюзу, що забезпечує його гармонізацію з європейськими стандартами. При цьому українська наука залишається досить консервативною, частково орієнтованою на старі радянські академічні підходи. З огляду на зазначене, метою дослідження є порівняння українських і зарубіжних наукових публікацій з історії спорту та виявлення ключових відмінностей у методології, структурі та джерельній базі досліджень.

Методи дослідження. Використано теоретичний аналіз, систематизацію, узагальнення та порівняння зарубіжних і вітчизняних наукових публікацій.

Результати дослідження. С. Єрмаков, оцінюючи академічну якість наукових журналів України у сфері фізичної культури, зазначає, що сучасні науковці працюють в умовах підвищених вимог до наукової культури та академічних стандартів. Українські журнали, які індексуються у міжнародних наукометричних базах Scopus та Web of Science, загалом відповідають цим вимогам. За його оцінкою, рівень відповідності ключовим критеріям є високим, особливо за показниками актуальності (4,8), наукової новизни (4,7) та структурної якості (4,7). Водночас якість публікацій у журналах категорії Б (фахові видання України, не представлені у світових базах даних) залишається нижчою. Зокрема, слабкою ланкою часто виступає методологічна частина дослідження, а структура наукових робіт нерідко є недостатньо системною або фрагментарною, хоча, на наш погляд, в останні роки спостерігаються суттєві покращення в цьому напрямі. Однією з основних відмінностей між світовими та українськими дослідженнями є використання джерельної бази: українські науковці надають перевагу локальним джерелам, при цьому бібліографія іноземних статей складається переважно з іноземних публікацій. Також залишається критично низьким рівень міжнародного співробітництва. Серед позитивних моментів є те, що українські журнали знаходяться у відкритому доступі, що значно підвищує їхню видимість, рівень переглядів та потенційну цитованість у міжнародному науковому середовищі [1].

Погоджуючись з автором щодо більшості загальних висновків, ми хотіли б охарактеризувати ситуацію з гуманітарним напрямком досліджень в історії фізичної культури та спорту. Базою для порівняння ми взяли наукові статті провідних західних авторів.

В Україні історія спорту порівняно зі світовою перебуває на початковому етапі розвитку, оскільки їй ще бракує розвиненої системи наукових установ, спеціалізованих видань, дослідницьких центрів і сталої академічної традиції, про що як про ознаки зрілої дисципліни говорить корифей британської історії спорту Мартін Джоунс [2].

В рамках світової історіографії виділяють спортивну історію та історію спорту. Американський спортивний історик Марк Дайресон зазначає різницю між спортивною історією, яка фокусується на спорті як самодостатньому явищі, та історією спорту, що розглядає спорт крізь призму суспільних

змін як наслідків або передумов занять спортом. На прикладі виникнення баскетболу автор пояснює, що фахівці з кінезіології насамперед досліджують природу та правила гри. Водночас історики розглядають баскетбол як інструмент для розуміння ширших контекстів, зокрема, як винахід баскетболу ілюструє американський «Прогресивізм». Дайресон вважає, що ці два підходи мають доповнювати один одного [3, с. 410].

В рамках українського наукового дискурсу фізична культура і спорт розглядаються в рамках різних наукових галузей, але не мають чіткого розподілу на «спортивну історію» та «історію спорту». Мультидисциплінарність є характерною як для світової, так і для української наукової спільноти. Але в зарубіжному науковому дискурсі саме історія спорту нерозривно вплетена в історію економіки, гендеру, великої політики тощо. Як результат, це відображається у тематиці наукових досліджень: «Спорт, політика та міжнародні відносини», «Нація, етнічна приналежність, ідентичність і спорт», «Спорт, тіло та гендер» і «Спорт, економіка та право» [4, с. 19]. Ще одним результатом, характерним для західної спортивної історіографії, є глибокий системний аналіз напрацювань колег та посилання на цих авторів із використанням непрямого цитування.

Сучасні західні праці з історії спорту характеризуються глибокою зануреністю в методологію, яка стає фундаментом для побудови авторської наукової теорії. Показовим прикладом такого підходу є праця Маартена ван Боттенбурга *«Beyond Diffusion: Sport and Its Remaking in Cross-Cultural Contexts»*. Автор пропонує критично переосмислити класичні моделі поширення спорту, що панували в науці у другій половині XX ст. Він розглядає «дифузію спорту» як процес активної взаємодії. Локальні спільноти не просто копіюють запозичені спортивні практики, а виступають активними суб'єктами, які адаптують та видозмінюють їх. Науковий підхід Боттенбурга зміщує фокус із питання «як спорт поширювався» на питання «як він трансформувався у крос-культурному контексті» [5].

Відрізняється і сам підхід до побудови тексту. Замість описової лінійної структури, характерної для вітчизняних розвідок [6], західний підхід пропонує проблемно-тематичну архітектуру [7]. Це дозволяє відійти від простої фіксації дат і персоналій до критичного аналізу подій як складників ширшого соціального контексту.

Висновки. Історія спорту в українському науковому дискурсі все ще перебуває на початковому етапі становлення. Щоб світова наукова спільнота бачила та сприймала вітчизняні напрацювання, наш контент має відповідати глобальним дослідницьким стандартам. Це означає, що фокус уваги варто змістити на питання здоров'я, гендеру, класу, раси, сексуальності, підприємництва та політики, а в основі логічної побудови кожного дослідження повинен домінувати чітко виражений проблемний підхід.

Джерела та література

1. Iermakov S., Korobeynikov G., Curby D. Assessment of the academic quality of scientific journals of Ukraine in physical culture. *Pedagogy of Health*. 2025. № 2. С. 92–107.
2. Johnes, M. (2004). Putting the History into Sport: On Sport History and Sport Studies in the U.K. *Journal of Sport History,* 31(2), 145–160. http://www.jstor.org/stable/43610105.
3. Dyreson, M. (2007). Sport History and the History of Sport in North America. *Journal of Sport History*, *34*(3), 405–414. http://www.jstor.org/stable/43611752.
4. Malz, A., Rohdewald, S., & Wiederkehr, S. (2007). Sport zwischen Ost und West.: Eine kurze Einführung. In A. Malz, S. Rohdewald, & S. Wiederkehr (Eds.), Sport zwischen Ost und West: Beiträge zur Sportgeschichte Osteuropas im 19. und 20. Jahrhundert (1st ed., Vol. 16, pp. 11–52). Duncker & Humblot GmbH. http://www.jstor.org/stable/jj.31732211.4].
5. Beyond Diffusion: Sport and Its Remaking in Cross-Cultural Contexts. *Journal of Sport History*. 2010. Vol. 37, iss. 1. P. 41–53. DOI: https://doi.org/10.5406/jsporthistory.37.1.41.
6. Орленко О., Салтан Н. Development of non-olympic sports in Left-Bank Ukraine. *Південний архів (історичні науки)*. 2022. Вип. 35. С. 36–40. DOI: https://doi.org/10.32999/ksu2786-5118/2021-35-6.
7. Eisenberg C. The Rise of Internationalism in Sport. *The Mechanics of Internationalism: Culture, Society, and Politics from the 1840s to the First World War* / ed. by M. H. Geyer, J. Paulmann. Oxford: Oxford University Press, 2001. P. 375–403.

Секція 3
Фізична культура і спорт в епоху середньовіччя

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ В ЕПОХУ СЕРЕДНЬОВІЧЧЯ

Жанна Мудрик[1]

[1] *Кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри теорії спорту та фізичної культури, Волинський національний університет імені Лесі Українки, Zanna.Mudrik@vnu.edu.ua*

Вступ. Середньовіччя (V–XV ст.) тривалий час розглядалося в історії фізичної культури як період занепаду античних традицій тілесного виховання. Такий підхід був зумовлений насамперед порівнянням середньовічної культури з розвиненою системою фізичного виховання та змагань античної Греції і Риму. Проте сучасні історико-культурні дослідження засвідчують, що подібна оцінка є спрощеною. Фізична активність у середньовічному суспільстві не зникла, а трансформувалася відповідно до нових соціальних, військових, релігійних та побутових умов. Її зміст визначався становою структурою суспільства, характером праці, необхідністю військової підготовки, місцевими традиціями та способом життя населення. Різноманітні форми рухової активності виконували прикладну, військову, виховну, оздоровчу, рекреаційну та комунікативну функції [1; 3; 4].

Мета дослідження – узагальнити характерні особливості фізичної культури та змагальних практик епохи Середньовіччя, визначити їх соціальне й виховне значення та показати місце фізичного виховання Київської Русі в загальноєвропейському контексті.

Методи дослідження. Для досягнення поставленої мети використано аналіз та узагальнення наукової й історичної літератури, порівняльно-історичний метод, аналіз писемних джерел, систематизацію відомостей про форми фізичної активності різних соціальних груп. Особливу увагу приділено дослідженням середньовічного спорту Західної Європи та працям, присвяченим становленню фізичного виховання на території Київської Русі [1–4].

Результати дослідження. Фізична культура Середньовіччя була тісно пов’язана із соціальною диференціацією суспільства. Для представників феодальної знаті провідне місце посідали види діяльності, що відповідали військовим функціям та лицарському способу життя. Основу фізичної підготовки становили верхова їзда, володіння списом і мечем, стрільба з лука, боротьба, полювання, біг, стрибки та інші вправи, спрямовані на розвиток сили, витривалості, спритності, швидкості реакції й координації рухів. Військово-фізична підготовка мала систематичний характер, оскільки рівень фізичних і технічних можливостей воїна безпосередньо впливав на його ефективність у бою.

Особливе місце в культурі європейського лицарства посідали турніри. Виникнувши на основі військово-тренувальної практики, вони поступово перетворилися на організоване змагально-видовищне явище. Поєдинки на списах, групові сутички, демонстрація майстерності верхової їзди та володіння зброєю вимагали значної фізичної, технічної та психологічної підготовленості. Учасник мав не лише володіти зброєю, а й контролювати коня, швидко реагувати на дії суперника, зберігати рівновагу та діяти в умовах значного фізичного й емоційного навантаження. Турніри виконували функції військового тренування, соціалізації лицарства, демонстрації статусу та формування культури суперництва. У цьому контексті їх можна розглядати як одну з історичних форм переходу від військової вправи до регламентованого змагання [1; 5].

Водночас рухова культура Середньовіччя не обмежувалася лицарським середовищем. Міщани й селяни брали участь у народних іграх, боротьбі, бігу, стрибках, метаннях, танцях, змаганнях на силу та спритність, а також у різноманітних іграх із м’ячем. Значна частина таких занять була пов’язана з календарними святами, ярмарками, обрядами та громадськими зібраннями. Народні ігри сприяли не тільки фізичному розвитку, а й передаванню традицій між поколіннями, формуванню групової

ідентичності та організації дозвілля. Дослідники середньовічного спорту вказують на значне різноманіття локальних і командних ігор, окремі елементи яких у процесі історичного розвитку простежуються у сучасних спортивних іграх [1; 3].

Характерним явищем було регулювання фізичних розваг з боку державної та церковної влади. В Англії окремі популярні ігри обмежувалися, якщо вони відволікали населення від військової підготовки, тоді як стрільба з лука, навпаки, активно заохочувалася через її практичне військове значення. Це свідчить про те, що ставлення до рухової активності визначалося не лише моральними чи релігійними нормами, а й конкретними потребами держави та суспільства [4; 6].

Особливе місце в історії фізичної культури на українських землях посідає Київська Русь. Аналіз писемних пам'яток IX–XIV ст., літописних, етнографічних та інших джерел свідчить про існування розвиненої системи засобів фізичного виховання. До неї належали народні ігри, танці й розваги, кулачні бої, боротьба, вправи з предметами, природні способи пересування та військово-фізична підготовка. Дослідники виокремлюють народну, релігійну, освітню, військово-фізичну та змагальну форми фізичного виховання [2].

Значна частина рухових умінь формувалася безпосередньо в процесі повсякденної діяльності. Полювання, верхова їзда, пересування у складних природних умовах, володіння зброєю, боротьба та силові вправи мали прикладне значення. Водночас народні ігри й змагання створювали умови для розвитку фізичних якостей дітей і молоді. Важливою особливістю було поєднання трудового, морального та фізичного виховання. У писемних джерелах Київської Русі простежуються уявлення про необхідність рухової активності, загартування, раціональної поведінки та підготовки молодої людини до праці й захисту своєї землі [2].

Висновки. Фізична культура і змагальні практики Середньовіччя становили складне та неоднорідне соціокультурне явище. Їх зміст визначався становою структурою суспільства, військовими потребами, трудовою діяльністю, народними традиціями та релігійними нормами. Поряд із лицарськими турнірами та спеціалізованою військово-фізичною підготовкою існували народні ігри, боротьба, стрільба, кінні вправи, танці, силові та м'ячеві ігри. Особливого значення для історії фізичної культури України набуває досвід Київської Русі, де фізичне виховання поєднувало народні, трудові, військові, освітні та змагальні елементи. Таким чином, Середньовіччя доцільно розглядати не як період повного занепаду фізичної культури, а як важливий етап її історичної трансформації, у межах якого зберігалися традиційні форми рухової активності та поступово формувалися елементи організованої змагальної діяльності, що вплинули на подальший розвиток європейської спортивної культури.

Джерела та література

1. Gleason A. Medieval Sport. *The Oxford Handbook of Sports History* / ed. by R. Edelman, W. Wilson. Oxford: Oxford University Press, 2017. P. 101–112. DOI: 10.1093/oxfordhb/9780199858910.013.9.
2. Dedeliuk N., Vashchuk L., Tomashchuk O., Mudryk Zh., Voytovych V. Physical Education Formation within Borders of Modern Ukraine in the Middle Ages. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2017. № 3(39). С. 11–17. DOI: 10.29038/2220-7481-2017-03-11-17.
3. Ha W.-Y., Ok K. An Investigation of Cultural History of Sport in the Medieval West. *한국체육사학회지 (Korean Journal of History for Physical Education, Sport, and Dance)*. 2006. Vol. 17. P. 43–56. UCI: G704-001773.2006.17..008.
4. Bubczyk R. Średniowieczne sporty w obliczu krytyki na podstawie wybranych źródeł. *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska, sectio F – Historia*. 2021. Vol. 76. P. 43–64. DOI: 10.17951/f.2021.76.43-64.
5. Barber R. Chivalry in the Tournament and Pas d'Armes. *A Companion to Chivalry* / ed. by R. W. Jones, P. Coss. Boydell & Brewer, 2019. P. 119–138. DOI: 10.1515/9781787445420-010.
6. Carter J. M. Perspectives on Medieval Sport in Twelfth and Thirteenth Century England. *Canadian Journal of History of Sport*. 1981. Vol. 12, No. 1. P. 10–20. DOI: 10.1123/cjhs.12.1.10.

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ В ЕПОХУ СЕРЕДНЬОВІЧЧЯ: СТАНОВА ДИФЕРЕНЦІАЦІЯ ТА ІНСТИТУЦІЙНІ ФОРМИ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ

Максим Чабар[1]

[1] *Аспірант факультету фізичної культури, спорту та здоров'я, Волинський національний університет імені Лесі Українки, Chabar.Maksym2025@vnu.edu.ua*

Вступ. Тривалий час в історіографії фізичної культури домінувало уявлення про Середньовіччя як про період занепаду тілесної культури, спричиненого скасуванням Олімпійських ігор наприкінці IV ст. та аскетичними настановами християнського віровчення. Проте джерела засвідчують протилежне: середньовічна Європа виробила розгалужену, хоч і станово диференційовану систему рухової активності, що охоплювала військово-фізичну підготовку феодалів, корпоративні форми вишколу міщанства та народні ігри. Мета роботи – виявити провідні напрями розвитку фізичної культури доби Середньовіччя та схарактеризувати їх інституційне оформлення.

Методи дослідження. Застосовано історико-генетичний і порівняльно-історичний методи, аналіз, систематизацію та узагальнення наукової літератури, а також опрацювання писемних пам'яток: літописів і повчань, королівських ордонансів, фехтувальних трактатів і статутів міських братств.

Результати дослідження. Провідною для доби зрілого Середньовіччя була лицарська система фізичного виховання, що постала разом з інститутом лицарства близько X ст. Її ядром слугували сім лицарських чеснот: їзда верхи, плавання, стрільба з лука, фехтування, полювання, гра в шахи та складання й виконання віршів. Підготовка мала виразну етапність: до чотирнадцяти років хлопець служив пажем, згодом – зброєносцем, а посвячення в лицарі відбувалося у двадцять один рік або раніше – за виявлену в бою відвагу. Формою публічної демонстрації підготовленості став лицарський турнір, поширений із другої половини XI ст.; батьківщиною турнірів вважають Францію, а їх засновником – Жоффруа де Прейлі. Із XIII ст. турніри дедалі частіше супроводжувалися важкими пораненнями й загибеллю учасників, тож церква забороняла і самі змагання, і поховання загиблих, однак звичай виявився стійким та згас лише у XVI ст., коли лицарська кіннота втратила військове значення [5].

Паралельно усталювалася міська, цехово-корпоративна лінія підготовки. Її підґрунтям стали фехтувальні трактати (Fechtbücher): традицію започаткував німецький майстер Йоганнес Ліхтенауер у XIV ст., а її вершинними зразками є «Flos Duellatorum» італійця Фіоре деї Лібері (1409–1410 рр.) та ілюстровані посібники Ганса Тальхоффера 1440-х рр. Показово, що фехтування набуло ознак регульованої професії: братство святого Марка (Marxbrüder) від 1487 р. утримувало санкціоновану владою монополію на присвоєння звання фехтмайстра у Священній Римській імперії [4]. Спорідненою формою були стрілецькі, або куркові, братства. У Львові таке товариство вперше згадується під 1445 р.; членство було обов'язковим для цехових ремісників, а ухиляння від вправ каралося штрафом. Щорічні змагання-перевірки боєздатності мали чотири нагороди, а мішенню слугувала фігурка півня, що й дала братству назву [3].

Третю лінію становили народні ігри, укорінені у святковому календарі. У Нормандії й Бретані побутувала гра la soule, згадка про закупівлю м'ячів для якої міститься у грамоті 1147 р.; Вільям Фіцстефен у XII ст. описав масові ігри з м'ячем, у яких брали участь учні шкіл і ремісничі цехи Лондона. Через травматизм і відволікання від військового вишколу такі розваги неодноразово заборонялися: Едуард II обмежив гру в Лондоні 1314 р., Філіп VI заборонив la soule 1331 р., а Едуард III указом 1363 р. під загрозою ув'язнення заборонив «пусті ігри», зобов'язавши натомість щонеділі вправлятися у стрільбі з лука [5]. Попри заборони, ігрова традиція збереглася, а подекуди набула сталих форм, як флорентійський кальчо на площі Санта-Кроче.

На українських землях середньовічна рухова активність поєднувала військово-прикладну та обрядову складові. «Повчання» Володимира Мономаха подає лови як цілісну школу витривалості, сміливості й вольових якостей, а літописні свідчення фіксують верхову їзду, стрільбу з лука, ігрища та кулачні бої як усталені елементи побуту [2]. Аналіз археологічних, фольклорних і писемних матеріалів засвідчує, що на теренах України вже в цей період існувала розвинена система фізичного виховання, органічно вплетена в народні звичаї та обрядовість [1].

Висновки. Середньовіччя не було паузою в історії фізичної культури: воно сформувало три відносно самостійні, але взаємопов'язані напрями рухової активності – лицарський, міщансько-корпоративний і народний, кожен з яких відповідав потребам свого стану. Головним здобутком доби

стало інституційне оформлення змагальної практики: регламентація правил, запровадження суддівства, системи призів, обов'язкового членства та професійної сертифікації наставників. Саме вони забезпечили спадкоємність між середньовічною тілесною культурою та спортом Нового часу. Перспективу подальших студій убачаємо в порівняльному аналізі західноєвропейських і українських форм фізичного виховання доби Середньовіччя.

Джерела та література

1. Цьось А. В., Деделюк Н. А. Історія фізичного виховання на теренах України з найдавніших часів до початку XIX ст.: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Луцьк: Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2014. 456 с.
2. Літопис руський / пер. з давньорус. Л. Є. Махновця; відп. ред. О. В. Мишанич. Київ: Дніпро, 1989. 591 с.
3. Охріменко Ю. Куркове (стрілецьке) товариство Львова. *Незалежний культурологічний часопис «Ї».* URL: http://www.ji.lviv.ua/n78texts/Kurkove_tovarystvo_Lvova.htm (дата звернення: 05.09.2026).
4. Anglo S. The Martial Arts of Renaissance Europe. New Haven; London: Yale University Press, 2000. 384 p.
5. Carter J. M. Medieval Games: Sports and Recreations in Feudal Society. New York: Greenwood Press, 1992. 192 p.

Секція 4
Розвиток фізичної культури і спорту у період нової історії

РОЗВИТОК ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ В ПЕРІОД НОВОЇ ІСТОРІЇ В ТВОРЧОСТІ ГІ ДЕ МОПАССАНА

В'ячеслав Гончар[1], Дмитро Батулін[2]

[1]Старший викладач кафедри сучасної хореографії та спортивно-оздоровчих технологій, Харківська державна академія культури, (м. Харків, Україна), gonchar060574@gmail.com

[2]Старший викладач кафедри сучасної хореографії та спортивно-оздоровчих технологій, Харківська державна академія культури, (м. Харків, Україна) dmytro_batulin@xdak.ukr.education

Вступ. Творчість французького письменника другої половини XIX століття Гі де Мопассана є одним з найвизначніших надбань європейської та світової культури, що справила величезний вплив на становлення цілих поколінь письменників, в тому числі й українських. Ідеї, образи, символи, прийоми творчості Мопассана до сьогодні формують світогляд як діячів культури та мистецтва, так і пересічних читачів. Відтак окремої уваги вимагають питання фізичної культури і спорту в творчості французького письменника, тим більше що він мав в цих питаннях великий досвід і широко використовував його в своїх творах, через них формуючи ставлення до спорту і рухової активності в читачів і послідовників.

Методи дослідження: аналіз літературних джерел, зокрема текстів творів Гі де Мопассана, порівняння та систематизація фактів.

Результати дослідження: Гі де Мопассан був палким любителем спорту, зокрема тих його видів, що пов'язані з водою – плавання, веслування, парусний спорт, до яких він долучився в дитинстві, проведеному на морському узбережжі Нормандії. Заняття спортом, зокрема веслуванням, письменник продовжив і після переїзду в Париж. Також він відмінно володів зброєю, захоплювався фехтуванням, мав досвід перебування в воюючій армії під час франко-пруської війни 1870 року. Крім задоволення, яке давали фізичні зусилля під час занять спортом, літератора приваблювало сподівання через фізичну культуру здолати численні недуги, що супроводжували його з дитинства. Відомо, що Мопассан страждав на нестерпні мігрені, нервові розлади, потерпав від важкої інфекційної хвороби, з якою тодішня медицина не могла впоратись. Сподівання на одужання через спорт не справдились, письменник помер, не доживши до 43 років. Особистий досвід зумовив суперечливе відображення фізичної культури і спорту в новелах і романах Мопассана.

Роман «Життя» Гі де Мопассана [3] відобразив перші спроби цілеспрямованого впровадження фізичної культури в оздоровчих цілях. Філософія і світогляд доби Просвітництва, зокрема розвиток природничих досліджень, поширення ідей гуманізму, занепад релігії, змінили ставлення до фізичної активності вищих верств суспільства, що в романі відображено в своєрідних концепціях виховання головних героїв, зокрема представниця давнього аристократичного роду вміє і любить плавати в морі, з власного бажання вирушає в далекі прогулянки. В неї з дитинства сформована любов до природи і простого сільського життя на волі, що контрастує з образом життя аристократії попередніх поколінь, орієнтованого на службу при дворі, прийоми, бали, сезонні полювання, підкорену, впорядковану природу парків і квітників, мисливських угідь, ритуали замість живих почуттів. Окремої уваги з точки зору розвитку фізичної культури і спорту в XIX столітті заслуговує лінія матері головної героїні і спостережливість письменника в її відображенні. Тендітна і романтична дівчина до заміжжя, після відправлення дванадцятирічної доньки на навчання в монастирську школу стрімко набрала зайву вагу, звернулася за допомогою до лікаря зі скаргами на ядуху, отримала діагноз «гіпертрофія серця» і пораду більше рухатись, яку і намагалась виконувати, скільки вистачало сил. Описи тих виснажливих «моціонів», що різко контрастували з повними задоволення прогулянками інших,

займають значне місце в романі і несуть певний образний зміст, адже «гіпертрофія серця» чи не єдиний діагноз, при якому фізичну активність необхідно обмежити, а надмірну тучність коригувати дієтою. Баронеса Аделаїда померла саме під час такого «моціону». Ця лінія виглядає як заклик до більш глибоких і системних досліджень впливу фізичної активності на стан здоров'я людини при наявності хронічних захворювань, втілює розчарування самого автора в медицині свого часу, нагадує про зв'язок медицини і фізичної культури, змінність парадигм в науці про людський організм.

Значне місце в творчій спадщині Гі де Мопассана посідає фехтування. Описи двобоїв і підготовки до них є в романі «Любий друг» [2], новелі «Маслиновий гай» [3], низці інших творів. На відміну від плавання та веслування, де людина контактує з природною стихією, фехтування є чистим протистоянням людських характерів і сили волі.

Окремого розгляду потребує питання про оптимальну фізичну форму в творчості Гі де Мопассана в контексті французької літератури XIX століття. Перше, що слід відзначити, певного еталону фізичної форми в той час не існувало. Вимальовується дещо аморфний критерій придатності до виконання соціальної функції, здатності вести життя своєї суспільної верстви [5]. Конкретних параметрів не відзначається, бо в той час в них не було потреби: житло та інші споруди будували, виходячи з традицій і матеріальних можливостей, так само було і з транспортом; одяг шили індивідуально, до того ж мода XIX століття передбачала можливість корекції в разі зміни параметрів за рахунок шнурівок і речей без певного розміру. Однак слід зауважити, що стрункість, спритність і фізична сила неодмінно відзначались у творах Мопассана як позитивні якості. Зокрема герой вище згаданої новели «Маслиновий гай», дворянин, який став священиком і обійняв парафію в Провансі, був шанований громадою перш за все через фізичну силу і вправність фехтувальника і рибалки. Інше питання, що французькі літератори (і не лише вони) вважали силу, стрункість і витривалість результатом спадковості і впливу «клімату» -- якості повітря, води, температури, вологості певного регіону, а також якості харчування [4]. Величезну роль в набутті певної фізичної форми, на їхню думку, відігравав психологічний стан героя, його характер. Іншими словами, тіло відображало стан душі, а спроби вплинути на душевний стан через фізичну культуру і спорт подаються як недоречні або шкідливі. Слід визнати, що таке уявлення залишається поширеним і в наш час, хоча науково доведено терапевтичний вплив фізичної культури при широкому спектрі захворювань та реабілітації після травм.

Висновки. Таким чином, відображення фізичної культури як рекреаційно-оздоровчої рухової активності (моціону) і спорту, зокрема веслування і фехтування, в творчості Гі де Мопассана повністю відповідає рівню знань про людський організм XIX століття. Фізична культура і спорт зображені як спосіб відчути тілесність, дати вихід надлишку життєвих сил, зумовлених спадковістю і умовами життя.

Джерела та література

1. Корж Г. В., Васильченко Р. В. Світоглядна культура: традиції та сучасність: монографія. Харків, 2020. 212 с.
2. Мопассан Г. Любий друг. Харків: Фоліо, 2024. 320 с.
3. Мопассан Г. Твори. В 8-ми т. / ред. Д. В. Затонський. Київ, 1969–1972.
4. Флобер Г. Пані Боварі. Харків: Фоліо, 2023. 400 с.
5. Bourdieu, P. Distinction: A Social Critique of Taste. Cambridge University Press. 1984.

СТАНОВЛЕННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ В ПЕРІОД НОВОЇ ІСТОРІЇ

Олександр Малімон[1]

[1]*Кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри здоров'я та фізичної культури Волинського національного університету імені Лесі Українки, malimon.oleksandr@vnu.edu.ua*

Вступ. Період Нової історії займає важливе місце у становленні сучасної фізичної культури і спорту. У традиційній історичній періодизації Новий час охоплює період від англійської буржуазної революції XVII століття до початку XX століття. Саме в цей період відбулися значні соціально-економічні, політичні, наукові та культурні зміни, які суттєво вплинули на розвиток фізичного виховання, гімнастики та спорту.

Особливістю цього періоду стало поступове переосмислення ролі фізичного виховання в житті людини. Якщо раніше фізичні вправи переважно розглядалися як засіб військової підготовки, трудової діяльності, розваг або підтримання фізичної спроможності, то в Новий час формується уявлення про фізичне виховання як важливу складову гармонійного розвитку особистості. Значний вплив на цей процес мали ідеї європейських педагогів і філософів, зокрема Дж. Локка, Ж.-Ж. Руссо та Й. Г. Песталоцці, які наголошували на взаємозв'язку фізичного, розумового та морального виховання.

У XVII–XVIII століттях розвиток промисловості, науки й освіти, а також зміни у військовій справі зумовили підвищення потреби суспільства у фізично підготовленій людині. Водночас поширення нових педагогічних ідей сприяло включенню фізичних вправ до системи освіти. У XIX столітті цей процес набув організованого характеру: виникли національні системи фізичного виховання, почали створюватися спортивні клуби й товариства, удосконалювалися правила спортивних змагань.

Методи дослідження: аналіз і узагальнення наукової та навчально-методичної літератури; історико-логічний метод, порівняльно-історичний метод, системний аналіз.

Результати дослідження. Розвиток фізичної культури в Новий час відбувався під впливом комплексу суспільних чинників. Важливе значення мали промислова революція, розвиток науки й медицини, зміни в системі освіти, створення масових армій та поширення ідей Просвітництва. Фізична підготовка поступово набувала не лише військового, а й педагогічного, оздоровчого та соціального значення.

Одним із визначальних напрямів розвитку стало формування теоретичних основ фізичного виховання. Ідеї Дж. Локка про необхідність загартування та фізичного розвитку дитини, педагогічні погляди Ж.-Ж. Руссо щодо природного виховання, а також концепція гармонійного розвитку Й. Г. Песталоцці сприяли утвердженню нового розуміння фізичного виховання. Фізичні вправи почали розглядатися як засіб не лише розвитку сили та витривалості, а й формування дисциплінованої, самостійної та всебічно розвиненої особистості.

Важливим етапом стало виникнення шкіл нового типу, у яких фізичне виховання посідало більш помітне місце. Особливу роль у цьому процесі відіграли представники німецької педагогічної традиції, зокрема Йоганн Крістоф Фрідріх Гутс-Мутс. Його праці сприяли систематизації фізичних вправ та їх упровадженню в освітній процес. На початку XIX століття ідеї організованого фізичного виховання поширювалися в різних країнах Європи.

У XIX столітті сформувалися національні системи фізичного виховання. Найбільш відомими стали німецька, шведська та французька гімнастичні системи, а також англійська спортивно-ігрова система. Німецька система, пов'язана з діяльністю Фрідріха Людвіга Яна, значною мірою орієнтувалася на розвиток сили, витривалості, спритності та патріотичних якостей. Значного поширення набули гімнастичні товариства, майданчики та колективні заняття. Фізичні вправи використовувалися не лише для фізичного розвитку, а й для виховання дисциплінованості, організованості та готовності до суспільної діяльності.

Шведська система, пов'язана з Пером Генріком Лінгом, характеризувалася більшою увагою до анатомо-фізіологічного обґрунтування вправ. Основною метою було всебічне вдосконалення організму, розвиток правильної постави, координації рухів і функціональних можливостей. Шведська гімнастика стала важливою складовою подальшого розвитку лікувальної та оздоровчої фізичної культури.

Французька система фізичного виховання поєднувала гімнастичні, військово-прикладні та педагогічні засоби. Значну увагу приділяли розвитку сили, спритності, витривалості та практичних

рухових умінь. Поряд із гімнастикою розвивалися різноманітні форми фізичної підготовки, пов'язані з подоланням природних перешкод та прикладними руховими діями.

Водночас особливий шлях розвитку фізичної культури сформувався в Англії. Тут значного поширення набули спортивні ігри, змагання та клубна організація спорту. У XIX столітті відбувалася стандартизація правил окремих видів спорту, створювалися спортивні клуби й організації. Саме англійська модель значною мірою сприяла формуванню сучасного розуміння спорту як організованої змагальної діяльності.

Друга половина XIX століття характеризувалася активним розвитком спортивного руху. У різних країнах виникали спортивні товариства, клуби, федерації, проводилися місцеві, національні та міжнародні змагання. Спорт поступово перетворювався на соціально значуще явище, доступне дедалі ширшим верствам населення.

Важливим явищем стало також поширення фізичного виховання серед жінок, робітників та молоді, розвиток релігійних і національних спортивних організацій. Наприкінці XIX – на початку XX століття виникали нові форми організації фізкультурно-спортивної діяльності, що сприяло її масовізації. Розвиток фізичної культури в цей період відбувався і на українських землях. Фізичне виховання продовжувало існувати у народно-побутових формах: календарній та родинній обрядовості, народних іграх, танцях, боротьбі, різноманітних фізичних вправах і забавах. Особливе місце посідали традиції фізичної підготовки українського козацтва.

У другій половині XIX – на початку XX століття в Україні активізувався розвиток організованого фізкультурно-спортивного руху. Виникнення спортивних і гімнастичних товариств, поширення європейських гімнастичних систем та діяльність педагогів і громадських діячів створили передумови для подальшого інституційного розвитку фізичної культури. Дослідження українських науковців також засвідчують поступове формування теоретико-методичних основ фізичного виховання дітей та молоді. Таким чином, у Новий час відбувся перехід від переважно стихійних і традиційних форм фізичної активності до систематизованого фізичного виховання та організованого спорту. Були закладені основи професійної підготовки фахівців, розвитку спортивних організацій, стандартизації правил змагань і формування міжнародного спортивного співробітництва.

Висновки. Отже, період Нової історії був одним із найважливіших етапів становлення сучасної фізичної культури і спорту. Соціально-економічні та культурні перетворення XVII–XIX століть сприяли зміні ставлення до фізичного виховання та його поступовому перетворенню на важливу складову освіти й суспільного життя. У цей період були сформовані теоретичні засади фізичного виховання, започатковано систематичне використання фізичних вправ в освітньому процесі, виникли національні системи гімнастики та спортивно-ігрова система. Німецька, шведська і французька гімнастичні школи, а також англійська модель спорту здійснили значний вплив на подальший розвиток світової фізичної культури.

Джерела та література

1. Вербицький В. А., Бондаренко І. Г. Історія фізичної культури та спорту в Україні: навч. посіб. Миколаїв: ЧДУ ім. Петра Могили, 2014. 340 с.
2. Пангелова Н. Є. Історія фізичної культури: навч. посіб. Київ, 2007. 288 с.
3. Степанюк С. І., Гречанюк О. О., Маляренко І. В., Ткачук В. П. Історія фізичної культури: навч.-метод. посіб. Херсон: вид-во ПП Вишемирський В. С., 2016. 272 с.

ІСТОРИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЗМАГАНЬ У ПРОФЕСІЙНОМУ ГОЛЬФІ

Христина Хіменес[1], Неоніла Нерода[2], Мар'ян Пітин[3]

[1]*Доктор фіз.вих, доцент, професор кафедри олімпійського, професійного та адаптивного спорту ЛДУФК імені Івана Боберського,*

[2]*К.фіз.вих, доцент, завідуюча кафедри олімпійського, професійного та адаптивного спорту ЛДУФК імені Івана Боберського,*

[3]*Доктор фіз.вих, професор, проректор ЛДУФК імені Івана Боберського*

Вступ. Історія професійного гольфу позначена численними подіями, що зумовили формування та функціонування ефективної системи змагань, яка поєднує організаційні та економічні аспекти. Сьогодні цей вид спорту активно розвивається й популяризується у світі, забезпечуючи значні прибутки як спортсменам, так і організаціям, що його представляють. Для більш ґрунтовного розуміння специфіки становлення системи змагань у гольфі необхідно структурувати цей процес, визначити його ключові періоди та, що особливо важливо, окреслити основні моделі формування в історичному контексті.

Мета: охарактеризувати історичні особливості моделі змагань у розвиткові професійного гольфу.

Методи дослідження: аналіз наукової та історичної літератури, історико-логічний метод, порівняльний аналіз, системний підхід.

Результати дослідження. Аналізуючи хід історії розвитку змагальної практики в гольфі та детально вивчаючи ключові дати та події у цьому процесі відокремлено наступні періоди, а в їх межах і моделі змагань з гольфу.

Період 1860–1915 рр. слід охарактеризувати як початковий у розвиткові гольфу. При цьому відзначимо, що у цьому виді спорту паралельно одразу розвивалися любительський та професійний його напрям. Для цього періоду характерною є відсутність злагодженої системи змагань у гольфі, оскільки він лише починав розвиватися і в основному методом «спроб та помилок», проте уже у цьому проміжку часу ми виділили дві ключові моделі змагань з гольфу.

Однотурнірна модель змагань (1860–1894 рр.). У цей період існував лише один турнір, який був ключовим для гольфістів-професіоналів – British Open (1860). Змінювалася кількість змагальних днів (від одного до трьох), тривалість раундів, кількість лунок, які потрібно пройти учасникам (з 36 до 72). Згодом (у 1907 році) було упроваджено кваліфікаційні раунди.

Двотурнірна неузгоджена модель змагань (1895–1920 рр). У 1895 році на території США був організований власний відкритий турнір з гольфу – US Open. British Open та US Open у цій моделі не були узгодженими між собою. Організації, які курували турніри жодним чином не співпрацювали. Обидва змагання проводяться із використанням способу визначення переможця stroke play (гравцям плюсуються удари на кожній лунці і виграє той, хто зробив їх найменше). Змагання відбуваються на 72 лунках (з 1898 року у US Open). Додається також раунд плей-офф (з 1888 – British Open, 1901 – US Open), який проводиться у подальшому за необхідності.

У *період 1916–1920 рр.* У 1916 році була створена перша керівна організація професійного гольфу – PGA Америки. У цьому ж році вона засновує ще один – третій по суті «Великий» турнір з гольфу – PGA Championship, до участі у якому допускають виключно гольфістів-професіоналів.

У цьому періоді продовжує мати місце *Двотурнірна неузгоджена модель змагань.* З урахуванням того, що британський турнір не проводився, на арені залишався US Open та новостворений PGA Championship. До спільних компонентів турнірів слід віднести наявність кваліфікації до основних стартів (на 36 лунках), основні раунди проводяться на 72 лунках зі зрізом після 36 лунок. Також в обох турнірах допускається проведення раунду плей-офф за потреби, проте його формати відрізняються.

Період 1921–1941 рр. – міжвоєнний період суспільного розвитку, де більшість сфер функціонування суспільства поступово врегульовуються і оновлюються. Розвиток змагальної практики у гольфі в цьому періоді ми об'єднали у дві моделі. Перша з них – *тритурнірна неузгоджена модель* існувала упродовж 1921–1933 рр. у цей час на гольф-арену повертається турнір British Open, інші два ключових турніри – US Open та PGA Championship також активно розвиваються. Вже у 1934 році до трьох визначних «Великих» турнірів з гольфу додається Masters Tournament, який також проводиться Національним гольф-клубом Огасти на території США.

У часовому проміжку 1934–1941 років виділено *чотири турнірну неузгоджену модель* змагань з гольфу. Кожен з турнірів розвивається самостійно. Водночас поступово продовжують уніфікуватися окремі компоненти формату цих турнірів. Так, в усіх чотирьох професійних турнірах гравці грають на 72 лунках. Окрім того до трьох змагань потрібно пройти кваліфікацію на 36 лунках (British Open, US Open, PGA Championship), водночас допуск до турніру Masters базується виключно на запрошеннях організаторів.

Залишаються розбіжності у плануванні кількості раундів та способі проведення змагань. Так British Open та US Open проводяться у 3 дні (3 раунди, PGA Championship – 5 днів (5 раундів), а Masters Tournament – 4 дні (4 раунди). Спосіб визначення переможця у British Open, US Open та Masters Tournament stroke play, тоді як у PGA Championship – match play.

З позиції всесвітньої історії і відповідно з урахуванням подій, котрі відбувалися у світі нами був виділений *період історії гольфу 1942–1945 рр.* У цей період його розвиток призупиняється, жодних вагомих кроків не робиться внаслідок подій Другої світової війни.

Період 1946–1967 рр. достатньо яскраво виділяється у розвиткові змагань у гольфі. Ключовими залишаються чотири турніри – British Open, US Open, PGA Championship, Masters Tournament. Отже у цьому періоді розвитку ми виділили *чотирьохтурнірну відносно узгоджену модель* змагань у гольфі. Слід відзначити, що у цьому часовому проміжку, внаслідок поширення та популяризації гольфу відстежується зацікавлення його подіями з боку ЗМІ. Так, зокрема у 1954 році відбувається перша телетрансляція US Open на широку авдиторію.

У періоді 1946–1961 років слід відзначити уніфікацію способу визначення переможців у них. З 1958 року (у цей рік впроваджено на PGA Championship) і до сьогодні переможець «Великих» турнірів визначається із застосуванням способу stroke play.

У 1961 році допуск отримують темношкірі гравці і фактично одразу демонструють, що є гідними конкурентами у гольфі для європейців та американців.

Наступний *період 1968–1985 рр.* характеризується масовістю професійного гольфу у світі. У 1968 році створюється організація PGA Tour, яка по суті є першим міжнародним керівним органом професійного гольфу у світі. У цей період турніри у різних куточках світу починають об'єднуватися у цілісні тури. Саме тому ми виділили *турову модель* змагань з гольфу, яка розвивалася активно упродовж 1968–1978 рр. У цей період формується три ключових тури, серед яких PGA Tour (1968), European Tour (1972) та Japan Golf Tour (1973), які існують до сьогодні. Кожен з турів об'єднує певну кількість (20–30) турнірів, яка щороку може змінюватися. Водночас кожен тур має впорядкований календар, який до всього ж узгоджується з PGA Tour. Апогеєм сезону продовжують залишатися чотири «Великих» турніри – British Open, US Open, PGA Championship і Masters Tournament, які при цьому проводяться все тими ж організаціями, що їх заснували. У 1979 році PGA Америки за погодженням з іншими організаціями умовно об'єднала чотири «Великих турніри» в Grand Slam у гольфі і організувала новий турнір PGA Grand Slam, у якому приймали участь чотири чемпіони поточного року. Ці змагання були виведені у період 1979–2014 рр. як найбільш престижні у гольфі, тому це дало підстави виділити наступну модель змагань у гольфі як *Grand Slam-модель*.

Ця модель, на нашу думку торкається двох періодів у розвиткові гольфу включно з описаним та наступним *періодом 1986–2018 рр*. Водночас зважаючи на те, що вже у 2015 році турнір PGA Grand Slam було скасовано, то світ гольфу повернувся, як ми вважаємо, до турової моделі змагань.

Період 1986–2018 років розпочинається з утвердженням рейтингової системи змагань у гольфі (Official World Golf Ranking, OWGR). З 1986 року рейтинг зазнавав корекцій, проте до сьогодні врахування балів у ньому є визначальним чинником допуску спортсменів до тих чи інших стартів.

Яскравою подією і відображенням цього процесу стає організація World Golf Championships (WGC) у 1999 році – групи турнірів створених PGA Tour для кращих Водночас вони ще й спільно санкціонуються і Asian Tour, Japan Golf Tour, Sunshine Tour та PGA Tour of Australasia. Загалом для гольф-подій періоду 1986–2018 рр. характерним є виведення подій окремих найпрестижніших турів за межі «свого континенту», тобто до прикладу PGA Tour проводить події в Азії чи Європі.

У 2019 році світ стикнувся з глобальною пандемією COVID. Саме 2019 рік став крайньою точкою виділення наступного періоду у гольфі (загалом *2019–2021 рр.*), а також формуванням ще однієї моделі змагань – *COVID-моделі*. Виникають труднощі для гольфістів перелаштуватися на участь в онлайн-форматі в окремих турнірах. З'являється також потреба в обов'язковій вакцинації і представлені відповідного сертифікату організаторам.

У 2022 році, на нашу думку розпочався відносно новий період розвитку гольфу, для якого характерно суттєве збільшення кількості гольфістів у світі (з 61 млн до 66,6 млн.). Модель змагань цього періоду ми сформулювали як *«фенікс-модель»,* коли система змагань у гольфі відроджується і вкотре оновлюється. При цьому компоненти системи змагань (тури, турніри тощо) зберігаються і водночас продовжують удосконалюватися.

Висновки. З огляду на розвиток професійного гольфу та оптимізацію організації змагань різні періоди та моделі мають низку суперечностей. Характерними рисами історичного розвитку змагань у професійному гольфі є пошук оптимального поєднання окремих турнірів у систему та налагодження узгодженості компонентів, формування управлінських структур, пошук ефективних рішень у еволюції правил, підвищення привабливості та комерційного ефекту в тиз умовах, які були притаманні окремим часовим відтинкам.

Джерела та література

1. Хіменес Х., Пітин М., Еделєв О., Шекель В. Відкритий чемпіонат США з гольфу: історія та сучасність. *Фіз. виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2022. Т. 3, № 59. С. 9–14. DOI: https://doi.org/10.29038/2220-7481-2022-03-09-14
2. Хіменес Х., Пантік В., Пітин М., Еделєв О. Професіоналізація гольфу у XVIII–XX століттях. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2022. № 3. С. 208–214. DOI: https://doi.org/10.32540/2071-1476-2022-3-208
3. Хіменес Х., Бріскін Ю., Пітин М. *Системи змагань в ігрових командних видах професійного спорту Північної Америки та Європи. Від історії до сучасних викликів:* монографія. Львів: ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2025. 388 с.
4. European Tour increases minimum tournament requirement. *Golf Today*. 2008. URL: https://golftoday.co.uk/news/yeartodate/news_08/european_tour.html
5. Casey P. Three tournaments next year to be co-sanctioned by European Tour and PGA Tour. *The Independent*. 2021. URL: https://www.independent.co.uk/sport/golf/genesis-dubai-phil-casey-b1895948.html (дата звернення: 14.07.2026).
6. Brady R. R., Insler M. A. Order of play advantage in sequential tournaments: Evidence from randomized settings in professional golf. *Journal of Behavioral and Experimental Economics*. 2019.

Секція 5
Новітня історія та сучасні тенденції розвитку фізичної культури і спорту у країнах Європи

WSPÓŁCZESNA RODZINA W DOBIE EDUKACJI ZDROWOTNEJ. WYBRANE BADANIA NA PODSTAWIE ANALIZY SWOT

Nataliia Tsyhanovska[1], Dariusz W. Skalski[2,3]

[1]Starszy wykładowca, Katedra Choreografii Współczesnej i Technologii Sportowo-Rekreacyjnych, Charkowska Państwowa Akademia Kultury, m. Charków, Ukraina ncyganovskaa@gmail.com

[2]Doktor habilitowany nauk pedagogicznych i doktor nauk o kulturze fizycznej, profesor, Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu im. Jędrzeja Śniadeckiego, m. Gdańsk, Polska [3]Narodowy Uniwersytet Gospodarki Wodnej i Wykorzystania Zasobów Naturalnych m. Równe, Ukraina dskalski60@gmail.com

Streszczenie Analiza SWOT to metoda oceny sytuacji organizacji lub obiektu poprzez wskazanie: S – Strengths – mocnych stron, W – Weaknesses – słabych stron, O – Opportunities – szans, T – Threats – zagrożeń. Współczesna rodzina odgrywa kluczową rolę w kształtowaniu postaw zdrowotnych dzieci, młodzieży i dorosłych. To właśnie w rodzinie przekazywane są podstawowe nawyki dotyczące odżywiania, higieny, aktywności fizycznej, profilaktyki zdrowotnej oraz troski o zdrowie psychiczne. W dobie dynamicznych zmian społecznych, technologicznych i kulturowych edukacja zdrowotna nabiera szczególnego znaczenia. Analiza SWOT pozwala wskazać mocne i słabe strony rodziny w tym obszarze, a także szanse i zagrożenia wynikające z otoczenia.

Summary SWOT analysis is a method of assessing the situation of an organization or facility by indicating S – Strengths – strengths, W – Weaknesses – weaknesses, O – Opportunities, T – Threats. The modern family plays a key role in shaping the health attitudes of children, adolescents and adults. It is in the family that basic habits regarding nutrition, hygiene, physical activity, health prevention and mental health care are transmitted. In the era of dynamic social, technological and cultural changes, health education takes on special importance. SWOT analysis allows you to indicate the strengths and weaknesses of the family in this area, as well as opportunities and threats resulting from the environment.

Wstęp Według najprostszych definicji rodzina to najważniejsza, podstawowa grupa społeczna, na której opiera się całe społeczeństwo. Jak więc jak możemy zdefiniować aktywną rodzinę? Aktywna rodzina to podstawowa grupa społeczna, która spędza czas wspólnie podejmując różnego rodzaju aktywności – uprawia sport, podróżuje, razem poznaje świat. Kluczowa jest zarówno aktywność, jak i to, że podejmowana jest razem. Aktywna rodzina to rodzina szczęśliwa i warto o tym pamiętać. Nie ma nic cenniejszego od relacji na linii rodzic-dziecko, a sport jest niesamowitym spoiwem, który takie relacje pozwala budować i wzmacniać. Podejmując razem aktywność, stajemy się drużyną, w której każdy odpowiedzialny jest za pozostałych, w której wszyscy możemy na siebie liczyć, w której możemy się realizować, wykorzystując mocne strony i wzmacniając te obszary, gdzie czegoś nam jeszcze brakuje. Nic tak nie wzmacnia więzi jak wspólnie podejmowane działanie. Aktywność nie wymaga od nas żadnych nadzwyczajnych umiejętności. Jest to każdego indywidualny wybór, raz wybrany na pewno zaowocuje w przyszłości. Dlatego tak ważne jest, aby ruch był obecny w każdej rodzinie od początku. Człowiek który wyniesie sport z domu od najmłodszych lat lepiej sie rozwija, nie tylko fizycznie ale także intelektualnie i społecznie. Dzieci aktywnych rodziców chętnie podejmują kolejne wyzwania, są otwarte na świat i ludzi. Łatwiej odnajdą się w społeczeństwie, będą bardziej pewne siebie, potrafi szybko się odnaleźć w nowej grupie, a także posiada większą motywację do nauki. Takie dzieci są zdrowe, uśmiechnięte i pełne energii. Te umiejętności przydadzą się w życiu dorosłym podczas podejmowania pracy, czy wychowywaniu później swoich dzieci. Poniżej przedstawiamy

podstawowe zagrożenia dla życia i zdrowia ludzi w praktycznym ujęciu, które mogą być i pewnie są uzasadnieniem dla prawidłowo prowadzonej edukacji zdrowotnej:

1. Stres, presja społeczna, samotność i przeciążenie obowiązkami mogą pogarszać kondycję psychiczną rodziny [1];

2. Fałszywe informacje dotyczące leczenia, szczepień, diet czy profilaktyki mogą wpływać negatywnie na decyzje rodzin [2];

3. Nadmierne korzystanie z telefonów, komputerów i telewizji ogranicza aktywność fizyczną oraz relacje rodzinne [2];

4. Stres, presja społeczna, samotność i przeciążenie obowiązkami mogą pogarszać kondycję psychiczną rodziny;

5. Nie wszystkie rodziny mają równy dostęp do opieki zdrowotnej, edukacji, zajęć sportowych czy zdrowej żywności;

6. Pandemia, inflacja, wojny, kryzysy ekonomiczne i zmiany społeczne mogą osłabiać poczucie bezpieczeństwa i możliwości dbania o zdrowie.

Mając na uwadze obszerność zagadnienia, dla celów niniejszego opracowania autorzy pomijają charakterystykę innych zagrożeń i także wymogów, jakie powinna spełnić osoba chcąca mieć kwalifikacje i kompetencje do nauczania edukacji zdrowotnej [3].

Cel badań. Zbadanie w jakim stopniu poziom jakości edukacji zdrowotnej dla potencjalnej, współczesnej rodziny. Pilotażowe badania przeprowadzone zostały na grupie 80-ciu osób w wieku od 21 do 34 lat. Badania zostały przeprowadzone w 2025 roku wśród studentów w trybie zaocznym kierunku *pedagogika*, jako zajmujących się elementami edukacji zdrowotnej na swoich praktykach studenckich.

Metody Do przeprowadzenia badań użyto ekonomicznego narzędzia jakim jest Analiza SWOT**.** Rodzaj takiego badania jest z definicji uznawany jako proces badania opinii publiczności i pozwala na ich poznanie w celu zidentyfikowania badanych aspektów.

Wyniki odniesieniu współczesnej rodziny w dobie edukacji zdrowotnej, dokonana analiza SWOT pozwala określić, jakie elementy są nieodzowne w realizacji edukacji zdrowotnej, jakie są jej słabe punkty, jakie możliwości wdrożenia i wykorzystania oraz jakie czynniki zewnętrzne mogą negatywnie wpłynąć na zagrożenia dla życia i zdrowia współczesnej młodzieży szkolnej [3].

Tabela 1

Analiza SWOT w zakresie współczesnej rodziny w dobie edukacji zdrowotnej na podstawie przeprowadzonych badań

Mocne strony (S)	**Słabe strony (W)**
rodzina jako podstawowe środowisko wychowawcze	brak wystarczającej wiedzy zdrowotnej rodziców
bezpośredni wpływ rodziców na styl życia dzieci	osłabienie więzi rodzinnych
możliwość kształtowania trwałych nawyków zdrowotnych	problemy ekonomiczne, ograniczone zasoby finansowe
możliwość kształtowania trwałych nawyków zdrowotnych	niewłaściwe wzorce zdrowotne w domu
wzajemna motywacja członków rodziny	brak czasu wynikający z tempa życia
lepsza kontrola nad profilaktyką zdrowotną dzieci	niski poziom kompetencji medialnych i zdrowotnych członków rodziny
Szanse (O)	**Zagrożenia (T)**
promocja zdrowia psychicznego	uzależnienie od technologii i siedzący tryb życia
nowoczesne technologie wspierające zdrowie, aplikacje mobilne	komercjalizacja zdrowego stylu życia
współpraca rodziny ze szkołą i ochroną zdrowia	kryzysy społeczne i cywilizacyjne
rozwój programów profilaktycznych i prozdrowotnych (administracja, placówki oświatowe)	nierówności społeczne i zdrowotne
rosnąca świadomość społeczna dotycząca zdrowia	wzrost problemów psychicznych wśród dzieci i dorosłych (stres)
dostęp do wiedzy i materiałów edukacyjnych (kursy szkoleniowe i inne formy)	dezinformacja zdrowotna w mediach i internecie

Podsumowanie i wnioski Analiza SWOT pozwala w prosty sposób ocenić sytuację i zauważyć, co warto rozwijać, co poprawić oraz na jakie czynniki zewnętrzne należy zwrócić uwagę. Dzięki temu łatwiej

podejmować dobre, trafne decyzje i planować zdrową przyszłość. W wyniku przeprowadzonych badań autorzy wypracowali następujące wnioski ogólne:

- współczesna rodzina ma ogromny potencjał w zakresie edukacji zdrowotnej, ponieważ to właśnie ona najczęściej kształtuje codzienne wybory i nawyki zdrowotne swoich członków,
- siłą współczesnej rodziny jest bliskość, możliwość oddziaływania wychowawczego oraz wsparcie emocjonalne,
- rodzina mierzy się także z wieloma trudnościami, takimi jak brak czasu, nierówności ekonomiczne czy wpływ dezinformacji,
- w celu skutecznego wspierania rodziny w dobie edukacji zdrowotnej, konieczne jest wzmacnianie kompetencji zdrowotnych rodziców, rozwijanie współpracy ze szkołą i służbą zdrowia oraz promowanie zdrowia fizycznego i psychicznego w sposób dostępny dla wszystkich,
- edukacja zdrowotna może być skuteczniejsza dzięki zaangażowaniu nauczycieli, pedagogów, pielęgniarek i lekarzy.

Bibliografia

1. Czarnecki D. (Чарнецькі Д.), Tsyhanovska N. (Цигановська Н.), Skalski D. W. (Скальскі Д. В.), *Psychologiczne rozumienie ryzyka w sportach ekstremalnych. Wybrane zagadnienia. Monografia (Психологічне розуміння ризику в екстремальних видах спорту. Вибрані питання. Монографія),* Wyższa Szkoła Bezpieczeństwa w Poznaniu *przy udziale:* Charkowskiej Państwowej Akademii Kultury w Charkowie (Вища Школа Безпеки у Познані *за участю:* Харківської державної академії культури у Харкові, Poznań – Charków (Познань – Харків) 2023. [ISBN 978-83-964646-6-8; e-ISBN 978-83-96646-5-1]; DOI: 10.5281/zenodo. 8197002, s. 81.
2. Tsyhanovska N. / Цигановська Н., Skalski D. W. / Скальскі Д. В., Czarnecki D. / Чарнецькі Д. (2025), *Zarządzanie i elementy socjologii w kulturze fizycznej. Wybrane zagadnienia. Monografia / Менеджмент та елементи соціології у фізичній культурі. Вибрані питання. Монографія,* Pomorska Szkoła Wyższa, m. Starogard Gdański *przy udziale:* Charkowskiej Państwowej Akademii Kultury, m. Charków / Поморська Школа Вища, м. Старогард Гданський *за участю:* Харківської державної академії культури, м. Харків, Starogard Gdański - Charków /Старогард Гданський. Харків 2025, ISBN 978-83-965575-6-8, s. 146.
3. Tsyhanovska N. / Цигановська Н., Skalski D. W. / Скальскі Д. В., Kindzer B. / Кіндзер Б. (Redakcja naukowa / Наукове редагування), (2025), *Kultura fizyczna i bezpieczeństwo – wybrane zagadnienia współczesnej komunikacji. Monografia / Фізична культура та безпека - вибрані питання сучасної комунікації. Монографія,* Pomorska Szkoła Wyższa, m. Starogard Gdański *przy udziale:* Charkowskiej Państwowej Akademii Kultury, m. Charków *і* Lwowskiego Państwowego Uniwersytetu Kultury Fizycznej im. Ivana Boberskiego, m. Lwów / Поморська Школа Вища, м. Старогард Гданський *за участю:* Харківської державної академії культури, м. Харків *і* Львівського державного університету фізичної культури Івана Боберського, м. Львів, Starogard Gdański – Charków – Lwów / Старогард Гданський. Харків; Львів, 2025, ISBN 978-83-965575-8-2, s. 62.

ВПЛИВ ЗАНЯТЬ КРОСФІТОМ НА РІВЕНЬ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ ТА ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ МОЛОДІ

Людмила Ващук[1]

[1] *Кандидат педагогічних наук, доцент, Волинський національний університет імені Лесі Українки vaschuk.liuda@vnu.edu.ua*

Вступ. Сучасний етап розвитку суспільства характеризується зниженням рівня рухової активності населення, зокрема молоді. Активне впровадження інформаційних технологій, зростання часу, проведеного за комп'ютером та мобільними пристроями, а також поширення малорухомого способу життя спричиняють погіршення фізичного стану та зростання ризику виникнення різних захворювань. Недостатня фізична активність є одним із провідних факторів ризику розвитку серцево-судинних, метаболічних та опорно-рухових порушень [1].

У зв'язку з цим особливої актуальності набуває пошук сучасних і привабливих для молоді форм організації фізкультурно-оздоровчих занять. Одним із напрямів, що активно розвивається в останні роки, є кросфіт. Ця система тренувань поєднує різноманітні функціональні вправи, елементи важкої атлетики, спортивної гімнастики, легкої атлетики та циклічних видів спорту. Основною особливістю кросфіту є використання високоінтенсивних комплексів вправ, що виконуються протягом визначеного часу або на кількість повторень. [2,3].

Популярність кросфіту пояснюється його доступністю, різноманітністю тренувального процесу та можливістю адаптації фізичних навантажень до індивідуального рівня підготовленості людини. Крім позитивного впливу на показники фізичної підготовленості, заняття кросфітом сприяють підвищенню мотивації до регулярної рухової активності, формуванню здорового способу життя та розвитку вольових якостей. Саме тому дослідження впливу кросфіту на фізичний стан молоді є важливим напрямом сучасної спортивної науки та практики фізичного виховання [4,5]. Метою цього дослідження проаналізувати вплив занять кросфітом на рівень фізичної активності та фізичної підготовленості молоді на основі узагальнення результатів сучасних наукових досліджень.

Методи дослідження. Для досягнення поставленої мети використано аналіз та узагальнення науково-методичної літератури, системний аналіз результатів досліджень вітчизняних і зарубіжних учених, порівняння та інтерпретацію наукових даних щодо особливостей застосування кросфіту в оздоровчій та спортивній практиці.

Під час опрацювання літературних джерел особливу увагу було приділено дослідженням, присвяченим впливу високоінтенсивних функціональних тренувань на розвиток фізичних якостей, стан здоров'я та рівень фізичної активності осіб молодого віку. Також здійснювався аналіз сучасних підходів до організації тренувального процесу в системі кросфіту.

Результати дослідження. Аналіз наукових праць свідчить про значний інтерес фахівців до питання використання кросфіту як ефективного засобу фізичного вдосконалення. Більшість дослідників відзначає його позитивний вплив на розвиток основних фізичних якостей: сили, швидкісно-силових здібностей, загальної та спеціальної витривалості, спритності та координації рухів.

Завдяки поєднанню аеробних та анаеробних навантажень заняття кросфітом забезпечують комплексний тренувальний ефект. Виконання вправ із власною масою тіла, вільними обтяженнями та спеціальним обладнанням сприяє залученню великої кількості м'язових груп, що позитивно впливає на функціональний стан організму. Дослідники зазначають покращення показників роботи серцево-судинної та дихальної систем, а також підвищення загальної працездатності осіб, які систематично займаються кросфітом.

Не менш важливою є роль кросфіту у формуванні стійкої мотивації до занять фізичними вправами. Різноманітність тренувальних програм, можливість відстеження особистого прогресу та елемент змагальності сприяють підтриманню інтересу до занять протягом тривалого часу. Саме мотиваційна складова часто розглядається як одна з головних переваг цього виду тренувань порівняно з традиційними формами фізичного виховання. Науковці також підкреслюють позитивний вплив кросфіту на показники складу тіла. Регулярні тренування сприяють зменшенню відсотка жирової тканини, збільшенню м'язової маси та покращенню обмінних процесів. Це особливо важливо в умовах поширення проблем надмірної маси тіла та ожиріння серед молоді. Водночас дослідники наголошують на необхідності дотримання принципів поступовості та індивідуалізації навантажень. Надмірна інтенсивність тренувань за недостатнього рівня підготовленості може

збільшувати ризик травмування. Тому ефективність і безпечність занять значною мірою залежать від кваліфікації тренера та правильного підбору тренувальних засобів. Слід зазначити, що кросфіт може успішно використовуватися не лише в спортивних клубах, а й у системі фізичного виховання закладів вищої освіти, оздоровчо-рекреаційній діяльності та програмах формування здорового способу життя. Його універсальність дозволяє адаптувати тренувальні комплекси до вікових, статевих та індивідуальних особливостей осіб, які займаються.

Висновки. Узагальнення результатів сучасних наукових досліджень дає підстави стверджувати, що кросфіт є ефективним засобом підвищення рівня фізичної активності та фізичної підготовленості молоді. Систематичні заняття сприяють розвитку сили, витривалості, координаційних здібностей і функціональних можливостей організму. Важливою перевагою кросфіту є його позитивний вплив на мотивацію до регулярних занять фізичними вправами та формування здорового способу життя. Ефективне використання кросфіту потребує науково обґрунтованого підходу до планування навантажень, урахування індивідуальних особливостей учасників та дотримання принципів безпечного тренування. Перспективи подальших досліджень полягають у вивченні впливу різних програм кросфіт-тренувань на фізичне здоров'я, психоемоційний стан та якість життя різних груп населення.

Джерела та література

1. Наталя Бєлікова, Анатолій Цьось, Світлана Індика, Людмила Ващук (2022). *Якість життя населення, яке постраждало від військових дій. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*, (1(57), 3–9. https://doi.org/10.29038/2220-7481-2022-01-03-09
2. Heinrich, K.M., Patel, P.M., O'Neal, J.L., & Heinrich, B.S. (2014). High-intensity compared to moderate-intensity training for exercise initiation, enjoyment, adherence, and intentions: an intervention study. *BMC Public Health*, 14, 789.
3. Rebar, A.L., Stanton, R., Geard, D., Short, C., Duncan, M.J., & Vandelanotte, C. (2015). A meta-meta-analysis of the effect of physical activity on depression and anxiety in non-clinical adult populations. *Health Psychology Review*, 9(3).
4. Mangine, G.T., Hoffman, J.R., Gonzalez, A.M., et al. (2015). The effect of training volume and intensity on improvements in muscular strength and size in resistance-trained men. *Physiological Reports*, 3(8).
5. Schoenfeld, B.J., Aragon, A.A., & Krieger, J.W. (2017). The effect of protein timing on muscle strength and hypertrophy: a meta-analysis. *Journal of the International Society of Sports Nutrition*, 14, 53.

ІСТОРИЧНІ ЕТАПИ РОЗВИТКУ ПСИХОЛОГІЇ СПОРТУ В УКРАЇНІ

Ніна Деделюк[1]

[1] *Кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри теорії фізичного виховання та рекреації Волинського національного університету імені Лесі Українки, dedeliuk.nina @vnu.edu.ua*

Вступ. Історичні етапи розвитку психології спорту в Україні синхронізуються з періодами розвитку цієї науки у різних країнах світу. Вперше питанням психології спорту акцентовано увагу П'єром де Кубертеном у 1913 році на міжнародному Олімпійському Комітеті в Лозанні. На той час наукової концепції психології спорту практично не існувало і її визнання, як спеціальної галузі наукових психологічних знань були предметом інтересу лише окремих діячів і вчених. В Україні планомірну наукову базу для вивчення психологічної підготовки спортсменів заклав провідний дослідник та вчений М. Р. Богуш, який очолив кафедру психології і педагогіки НУФВСУ з 1959 року.

Методи дослідження передбачали аналіз теоретико-емпіричних досліджень історичних документів, наукових праць у питаннях формування та функціонування фундаментальних та спеціальних наук, як от: психології спорту, у системі фізичної культури та спорту в Україні.

Результати досліджень. У розвитку психології спорту в Україні виділяють кілька основних історичних етапів, які відображають загальний шлях становлення цієї науки від перших емпіричних спостережень до сучасної прикладної галузі:

На першому етапі свого розвитку – етапі зародження (1920–1940-ті роки)– психологія спорту виступала в основному як пізнавально-описова дисципліна. ЇЇ розвиток визначався теоретичним уявленням і методичним апаратом, характерним в ті роки для загальної психології. Психологія спорту відрізнялася пізнавальною спрямованістю з метою психологічного опису спортивної діяльності. Основна увага приділялась ролі свідомості в спортивній діяльності, характеристиці спортивних рухових навиків. Досліджувались особливості пізнавальних, емоційних і вольових процесів, їх роль в спортивній діяльності, а також дослідження передстартових і стартових психічних станів в умовах відповідальних змагань, сенсорного регулювання, словесно-логічних компонентів діяльності, ролі свідомості і механізмів рухових навиків; проведення початкових психофізіологічних спостережень і тестів у межах медичних та педагогічних закладів; вивчення часу реакції, уваги та рухових навичок першими українськими дослідниками фізичної культури [3].

На другому етапі – етапі повоєнного розвитку (1950–1960-ті роки) – відбувся етап становлення. Психологія спорту, не змінюючи предмету вивчення, набула професійної спрямованості, як прикладна галузь знань. Зберігаючи за собою пізнавальну функцію, вона стала в більшій мірі націлена на теорію і методику спорту, брати участь в рішенні практичних проблем, в першу чергу, педагогічних [2]. Створення профільних кафедр у інститутах фізичної культури (зокрема в Києві, Харкові та Львові) сприяло науковим дослідженням психологічних особливостей формування рухових навичок та виховання вольових якостей у спортсменів.

Третій етап – прикладний розвиток та створення лабораторій (1970 –1980-х роки) У цей період психологія спорту стала науково-практичною дисципліною у межах теорії і методики спортивного тренування. Враховувались існуючі переваги та проблеми, пов'язані з перспективами розвитку спорту, досліджувалися питання, присвячені психологічній підготовці до змагань. Активно розроблялась проблема вольової підготовки спортсменів, розвитку їх вольових якостей в руслі основних ідей теорії і методики спорту. Розроблялись питання загальної психологічної підготовки спортсменів – психологічні особливості технічної, фізичної і тактичної підготовки, питання виховання особистості спортсмена і формування спортивного колективу; досліджувалися методи психорегуляції, діагностики передстартових станів та зняття стресу у спортсменів. З цією метою створювалися товариства спортивних психологів та започаткована підготовка консультантів-психологів для спортивних команд. Саме у цьому періоді розвитку психології спорту спостерігається значний ріст наукових досліджень. Засновуються наукові журнали: «Психологія спорту і фізичного виховання» (1979 рік), «Спортивний психолог» (1986 рік), «Журнал прикладної спортивної психології» (1989 рік). Проводиться ряд конференцій з психології спорту і фізичного виховання, з середини 70-х років спостерігається значний розвиток прикладної сторони психології спорту.

На четвертому етапі, тобто, із набуттям незалежності (1991–2010-ті роки), відбулося спрямування науки на потреби незалежної України та інтеграцію у світову спортивну психологію [1, 2]. Набувають актуальності напрями досліджень в Україні: розвиток психологічного супроводу в олім-

пійському та професійному спорті; психологічна діагностика та розвиток емоційно-вольового потенціалу атлетів високої кваліфікації; перехід від орієнтації виключно на максимальний результат до стабілізації необхідних психологічних якостей спортсмена; психологічний супровід збірних команд України під час підготовки до міжнародних змагань, та ін. Виникла потреба у підготовці сертифікованих спортивних психологів європейського рівня**.** створена

Сучасний етап (з 2010-х років до теперішнього часу). Створена Асоціація спортивних психологів України **(АСПУ)**, що об'єднує науковців та практиків. Вона є платформою для обміну досвідом, проведення семінарів та координації психологічної допомоги українським спортсменам. Враховуючи умови воєнного стану, дослідження фокусуються на ментальному здоров'ї спортсменів, роботі з вигоранням та кризовими станами та стресами. Актуальною складовою досліджень є використання новітніх технологій (біоуправління, нейрофідбек, комп'ютерна діагностика). Психологія спорту в Україні розвивається завдяки фундаментальним та прикладним дослідженням академічних колективів, серед яких провідну роль відіграє профільна Кафедра психології і педагогіки Національного університету фізичного виховання і спорту України (НУФВСУ). Серед відомих науковців О. Р. Гринь – дослідник, автор праць із розробки системи психологічного забезпечення, супроводу підготовки атлетів та психології спортивних колективів; Т. М. Булгакова – завідувачка кафедри психології і педагогіки, яка керує сучасними науковими дослідженнями у сфері спортивної психології та підготовки фахівців; Т. В. Петровська та В. І. Ковальчук – професори та доценти, які досліджують психологічні особливості особистості в системі спортивної діяльності; Н. Волянюк – авторка наукових праць із психологічного супроводу та професійного розвитку тренерів-викладачів [3]. Значний внесок у розвиток сучасної психології спорту привносять науковці Львівського державного університеті фізичної культури імені Івана Боберського Т. Ф. Матвійчук – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри педагогіки та психології, керівник психологічної служби університету; Дмишко О. С., Лозинський О. М., Баклицька О. П. та Якімець Ю. М. – кандидати психологічних наук, доценти кафедри педагогіки та психології, які забезпечують психолого-педагогічну підготовку студентів спортивних спеціальностей [4]. Варто зазначити вагомі наукові внески у розвиток сучасної спортивної психології наукової спільноти Хмельницького національного університету (ХНУ), Київського столичного університету імені Бориса Грінченка, Харківської державної академії фізичної культури (ХДАФК), та ін.

Висновки. Психологія спорту, як наука, продовжує свою етапність, адаптуючись, вдосконалюючись та модернізуючись згідно умов сьогодення. Наукові дослідження та практичні розробки у галузі психології спорту зосереджені переважно навколо профільних університетів фізичної культури України, спеціалізованих факультетів класичних ЗВО, а також науково-практичних центрів і громадських об'єднань, Поєднання наукових знань з практичною діяльністю у сучасну дієву методологічну основу, сприяє результативності функціонування системи фізичної культури в Україні, а також досягненню високих спортивних досягнень на Олімпійських та світових аренах.

Джерела та література

1. Воронова В. І. Психологія спорту: навч. посіб. 2-ге вид., без змін. Київ: Олімп. літ., 2019. 272 с.
2. Панчук М. П.. Психологія спорту: навч. посіб. Київ: SBA Print, 2026. 280 с.
3. Національний університет фізичного виховання і спорту України (НУФВСУ). URL: https://uni-sport.edu.ua/kafedra-psykholohii-i-pedahohiky.
4. Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського. URL: ldufk.edu.ua

КАРАТЕ, ЯК СПОРТ: ІНСТИТУЦІОНАЛІЗАЦІЯ СУЧАСНИХ ВИДІВ СПОРТУ

Анатолій Лозовий[1]

[1] *Українська Академія Будо і Спортивних Єдиноборств, сертифікована Європейською академією EurEthICS ETSIA, uwku.gensec.lozovyy@gmail.com*

Вступ. Цивілізаційний код традиційного японського суспільства не передбачав проведення турнірних змагань, подібно європейському спорту, де учасники поділялися на переможців і переможених. Японці уникали публічного прямого протистояння з іншою людиною, оскільки поразка в ньому була важким ментальним та репутаційним ударом. [Бенедикт] Однак, під впливом процесів модернізації, вестернізації Японії та глобалізації світу японці змушені були подолати своє негативне відношення до турнірного спорту. У випадку з стильовим Будо карате, сформованим в японському цивілізаційному середовищі, ігнорування спорту стримувало успішне впровадження карате в західне суспільство, схильне до спорту. З цієї причини саме в Японії були започатковані перші змагання з карате, які згодом поширилися світом і дістали визнання МОК, як сучасні глобалізовані види спорту: 1) Традиційне (стильове) карате та його версії; 2) Генеральне (загальне) карате; 3) Спортивне (олімпійське) карате.

Методи дослідження: аналіз наукових публікацій, інтернет ресурсу та інформаційних і нормативних матеріалів організацій карате; узагальнення власних спостережень та досвіду автора; дедукція та прогнозування.

Результати дослідження. За визначенням ексголови робочої групи з реформ спорту (2014) Д. Качуровського: вид спорту – це «система змагань, організованих за правилами чесного суперництва на регулярній основі і самодостатня, як така». Вид спорту, як глобальне суспільне явище, має дві складові: 1) спортивну дисципліну, як ядро виду спорту, та 2) спеціально створену вертикальну міжнародну інституцію, яка формує концептуальні засади виду спорту та створює спеціалізовані структури для проведення змагань і організації підготовки до них і керує цими структурами. В свою чергу, спортивна дисципліна містить такі нерозривно пов'язані структурні елементи: а) фізичні дії чи їх комбінації, які визначені предметом змагання; б) сталі та попередньо погоджені правила та регламент змагань; в) спеціалізована система навчання та тренування змагальних дій та підготовки до змагань за цими правилами.

Саме відмінності в змісті спортивної дисципліни є ознакою появи нового виду спорту, тоді як використання тієї самої спортивної дисциплінами різними інституціями є версіями одного й того ж виду спорту. Формування Традиційного карате, як спортивної дисципліни, почалося в Японії ще до Другої світової війни. В 1924 році створено перший клуб карате в університеті Кейо, а згодом виникла виникає ціла мережа пов'язаних горизонтальними інституційними зв'язками університетських клубів, найвідомішими з яких були Токійський Імператорський університет, університети Такушоку, Васєда, Мейдзі, Кейо, Хітоцубасі та інші. Клуби розвивали стилі Шотокан, Вадо-рю, Шито-рю та Годзю-рю, і змагальна діяльність, скоріше, була засобом контролю за ходом тренувального процесу у вигляді змагань всередині одного клубу чи спільних тренувань між клубами одного стилю. Змагання проходили в формі богу-куміте (контактні поєдинки в захисному обладнанні) та демонстрації ката. Правила змагань мали експериментальний, нестабільний характер, перші задокументовані правил з'явилися тільки в 1930 році. Початком же формування Традиційного (стильового) карате, як виду спорту, стало заснування в 1939 році першої вертикальної інституції – Студентської федерації карате Канто, що об'єднала ряд університетських клубів, що розвивали стиль Вадо-рю. Однак, перші всеяпонські змагання відбулися вже в повоєнні роки: в 1954 році організація Ренбукан проводить в Токіо перший всеяпонський турнір за правилами богу-куміте, а в 1957 році JKA організувала 1-й Чемпіонат Японії з ката та куміте за формулою Сундоме/Шобу Іппон за правилами, які діють і зараз [3].

Інституційне формування Генерального (загального) карате, як спортивної дисципліни, де всі стилі змагаються на рівних і справедливих умовах, більш асоціюється з виходом змагань з карате на міжнародний рівень і створенням національних організацій карате. В 1965 році декілька європейських організацій карате заснували Європейську спілку карате (EKU), яка вже в наступному 1966 році проводить 1-й Чемпіонат Європи за правилами Шобу Іппон. В 1970 році започаткована триваюча досі традиція що два роки проводити чемпіонати світу з карате. Організатором 1-го Чемпіонату Світу в Токіо стала Всесвітня спілка організацій карате (WUKO), заснована в цьому ж році EKU та Федерацією всеяпонських організацій карате (FAJKO. Перші чемпіонати світу проходили за програмою

Традиційного карате тільки в куміте Шобу Іппон, але до 1980 року програма доповнюється змаганнями з ката та куміте Шобу Санбон, чим завершується формування програми Генерального карате [4].

В 1993 році МОК в рекомендаціях 101 сесії визнає карате, як єдиний вид спорту, в якому Традиційне і Генеральне карате є рівноправними спортивними дисциплінами , якими управляє єдина об'єднана інституція з рекомендованою назвою WKF [5]. Цим було закріплено передумови для штучного створення нової спортивної дисципліни та відповідного виду спорту – Спортивне (олімпійське) карате. WUKO, яке ще в 1976 році змінило назву на WKF, а в 1992 році вилучило з програми чемпіонатів світу куміте Шобу Іпон, завершує монополізацію олімпійського карате в 2000 році замінивши правила Шобу Санбон новими правилами куміте, далекими від філософії і логіки Будо, та змінивши формулу змагань з ката. Змінені правила отримали визнання МОК, за ними були проведені дебютні змагання з карате на Олімпійських Іграх 2020 року, але є непритаманними для прихильників традиційних напрямків карате.

Висновки. Базуючись на вимогах та користуючись термінологією МОК, слід визнати існування сьогодні трьох концептуально різних, самодостатніх і повноцінних глобалізованих видів спорту, пов'язаних з карате і в різні роки визнаних МОК [3]. Традиційне (стильове) карате – це сукупність окремих змагань, організованих виключно як внутрішні для якогось конкретного стилю. Окремі стилі та утворення, які інституційно є версіями цього стилю, є спортивними дисциплінами єдиного виду спорту. Найбільш потужні стилі, наприклад Шотокан чи Кіокушинкай, можуть сформувати окремий вид спорту, але більшість малих стилів не здатні на це через малу чисельність і недостатню поширеність. Генеральне (загальне) карате грає роль виключно змагальної платформи, де представники будь-якого стилю, включаючи невеликі, може задовольнити свої спортивні потреби, не змінюючи характеру чи змісту традиційного тренування в своєму стилі. Спортивне (олімпійське) карате – це типовий європейський спорт для професіоналів, який вимагає повного занурення специфіку спорту та вузької спортивної спеціалізації, що унеможливлює повноцінне комплексне тренування в якомусь традиційному стилі.

Джерела та література

1. Бенедикт Рут. Хризантема і меч. *Стилет і стилос,* 2025. 350 с.
2. Koyama Masashi. Karate: Its History and Practice. / Koyama Masashi, Wada Koji, Kadekaru Toru. *Nippon Budokan,* Tokyo, Japan, 2021. 486 p.
3. Lozovyy A: Karate Sports Disciplines from the Spotlight of the Paradigm Shift of Japanese Combat Systems: Analytical Study. *Journal of Kinesiology and Exercise Sciences.* 2023; 101(33): 30–37 p. DOI: 10.5604/01.3001.0016.2851
4. Lozovyy A: General Karate: A New Compromise between Budo and Sport in Modern Western Society. International Martial Arts and Culture Journal, 3(1), 154–158. DOI: 10.24036/imacj22019
5. Note on the principles to be included in the statutes of the World Karate Federation (WKF) with a view to its recognition by the IOC (1993). *IOC.* URL: http://www. eurokarate.eu/02recogn/040220.htm (дата звернення: 4.09.2026).

ІСТОРІЯ СТАНОВЛЕННЯ І РОЗВИТКУ БАДМІНТОНУ В УКРАЇНІ ЗА ЧАСІВ НЕЗАЛЕЖНОСТІ

Ліліана Рядова[1], Наталія Цигановська[2]

[1]*Кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент кафедри фізичного виховання, спорту та реабілітації, Національний аерокосмічний університет «Харківський авіаційний інститут», liaimago@gmail.com.*

[2]*Старший викладач кафедри сучасної хореографії та спортивно-оздоровчих технологій Харківської державної академії культури, ncyganovskaa@gmail.com.*

Вступ. Бадмінтон як олімпійський вид спорту посідає важливе місце в системі фізичної культури і спорту багатьох країн світу. Після здобуття Україною незалежності в 1991 році розпочався новий етап розвитку вітчизняного бадмінтону. В 1992 році було створено Федерацію бадмінтону України, яка стала повноправним членом Міжнародної федерації бадмінтону та Європейської конфедерації бадмінтону. Відтоді український бадмінтон пройшов складний шлях від становлення самостійної системи змагань і підготовки спортсменів до участі в чемпіонатах Європи, світу та Олімпійських іграх. Актуальність дослідження визначається потребою в цілісному історичному осмисленні становлення та розвитку бадмінтону в незалежній Україні.

Мета дослідження: розглянути особливості становлення та розвитку бадмінтону в незалежній Україні в період 1991–2026 років.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення наукової та методичної літератури.

Результати дослідження. Становлення бадмінтону на Україні відбулося завдяки ентузіастам спорту Лівщицю В. із Харкова, Томашевському В. і Савельєву В. із Києва та Алейніку О. і Дерію В. зі Львова. Під керівництвом Томашевського В. і Савельєва В. розпочинали тренуватися відомі майстри бадмінтону Косяк М. і Швачко В., зусиллями яких було відкрито перші секції з бадмінтону [5].

За даними фахівців [2, 4, 6], в 1992 році була заснована Федерація бадмінтону незалежної України, яка займається проведенням змагань із бадмінтону на території України.

Дані А. В. Шундяк і О. Ю. Савіної [6] свідчать про те, що управління Федерацією бадмінтону України здійснюється завдяки її президенту та його команди, яка охоплює такі посади: віце-президент, генеральний секретар, голова суддівської комісії, голова тренерської ради, голова спортивно-технічної комісії, голова любительської-ветеранської комісії, представник спортсменів.

П. М. Індик, А. Є. Сірик [2], А. В. Шундяк і О. Ю. Савіної [6] вказують, що Федерацією бадмінтону України є членом Міжнародної федерації бадмінтону та Європейської конфедерації бадмінтону.

До набуття Україною незалежності бадмінтон культивувався лише в чотирьох областях – Харківській, Київській, Дніпропетровській та Одеській. Сьогодні його розвивають уже в 14 областях України, причому в національних змаганнях регулярно беруть участь представники 10–12 областей [2].

Ж. І. Антіпова, Т. О. Барсукова [1] зазначають, що з 1996 року спортсмени-бадмінтоністи збірної команди незалежної України беруть участь в Олімпійських іграх.

На XXVI літніх Олімпійських іграх в Атланті (США, 1996 рік) і на XXVII Іграх Олімпіади в Сіднеї (Австралія, 2000 рік) бадмінтон представляли вихованці СДЮШОР «Метеор» (м. Дніпропетровськ (нині Дніпро)) – Дружченко Владислав, Ноздрань Олена та Євтушенко Вікторія.

Ноздрань Олена і Дружченко Владислав були переможцями Гран-прі Світу і Європи в Польщі, Болгарії, Німеччині. Вони кілька разів ставали бронзовими призерами Кубка європейських чемпіонів та входили до 20 найсильніших спортсменів світу.

У командних чемпіонатах Європи спортсмени збірної команди України неодноразово потрапляла до «шістки» кращих європейських команд із бадмінтону [2].

В 2009 році вперше в Україні було проведено міжнародний турнір серії International Challehger – Kharkiv International, який став щорічним і збирає багатьох найсильніших бадмінтоністів [1].

На особистому Чемпіонаті Європи в 2016 році серед спортсменів до 17 років бронзову медаль в змішаній парній категорії завоювали бадмінтоністи з України Боснюк Данило й Ільїнська Марина.

В 2016 році на XXXI Олімпійських іграх в Ріо-де-Жанейро (Бразілія) Україну представляли Улітіна Марія та Почтарьов Артем. Марія Улітіна здобула перемогу над бронзовою призеркою Олімпіади–2012 в Лондоні, діючою віце-чемпіонкою світу Нехвал Саїною з Індії, що вперше в історії українського бадмінтону надало їй можливість виступити в 1/8 фіналу олімпійського турніру в Ріо-де-Жанейро [2].

11–16 серпня 2020 року в Франції було проведено чемпіонат Європи з бадмінтону. На ньому спортсмени збірної команди України увійшли в топ-8 кращих команд Європи.

3–6 вересня 2020 року в м. Київ було проведено кубок України з бадмінтону, в якому взяли участь 100 найсильніїніх спортсменів [1].

В 2022 році збірна команда України з бадмінтону стала бронзовим призером чемпіонату Європи серед молоді (U19).

В 2023 році збірна команда України з бадмінтону завоювала бронзову медаль чемпіонату Європи серед юніорів (U17) у командному заліку та дві золоті і бронзові медалі в особистих змаганнях.

В 2026 році жіноча збірна команда України з бадмінтону вперше в історії здобула бронзову медаль чемпіонату Європи серед дорослих [3].

Висновки. За період незалежності України бадмінтон пройшов шлях від створення Федерації бадмінтону України та формування самостійної системи змагань до розширення географії розвитку виду спорту і досягнення вагомих успіхів на європейській арені. Найбільш стабільні результати продемонстровано на юнацькому та молодіжному рівнях, що свідчить про наявність перспективи подальшого розвитку бадмінтону в Україні.

Джерела та література.

1. Антіпова Ж. І., Барсукова Т. О. Бадмінтон як засіб ефективної фізичної підготовки студентів у закладах вищої освіти: монографія. Одеса: Юрид. літ., 2021. 128 с.
2. Індик П. М., Сірик А. Є. Бадмінтон: навч.-метод. посіб. Суми: Сумський державний університет, 2017. 111 с.
3. Кропивницька Т., Гусаров В., Матвєєв С. Розвиток бадмінтону в Україні у контексті європейських показників залученості населення та проблеми достовірності статистичних даних. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. 2026. Вип. 31. № 1. С. 31–36.
4. Левчук В., Паньків Х., Ткачук В. Історичні аспекти розвитку бадмінтону. *Теоретико-методичні аспекти фізичної культури і спорту:* матеріали науково-практичної конференції з міжнародною участю, 28 трав. 2020 р. Івано-Франківськ; Київ: Нац. ун-т фіз. вих. і спорту України, 2020. С. 71–75.
5. Пристинський В. М., Гончаренко О. С. Методика навчання грі у бадмінтон студентів закладів вищої освіти: метод. реком. Слов'янськ: Вид-во Б. І. Маторіна, 2021. 55 с.
6. Шундяк А. В., Савіна О. Ю. Історичні віхи розвитку та управління в бадмінтоні. *Розвиток фізичної культури та спорту: новітні виклики, проблеми та перспективи:* матеріали Міжнар. онлайн-конф. студентів, аспірантів і молодих вчених, 28 жовт. 2022 р. Миколаїв: НУК імені адмірала Макарова, 2022. С. 238–240.

ЛЕГКА АТЛЕТИКА В НОВІЙ УКРАЇНСЬКІЙ ШКОЛІ ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ РУХОВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ УЧНІВ

Світлана Савчук[1]

[1] *Кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри фітнесу та циклічних видів спорту Волинського національного університету імені Лесі Українки Savchuk.Svitlana@vnu.edu.ua*

Вступ. Сучасний етап реформування системи освіти України, реалізований у межах концепції Нової української школи (НУШ), спрямований на формування ключових компетентностей учнів, необхідних для успішної самореалізації в суспільстві. Однією з важливих складових освітнього процесу є фізкультурна освітня галузь, основною метою якої виступає розвиток фізично активної, здорової та соціально адаптованої особистості [1].

У цьому контексті особливого значення набуває формування рухової компетентності як здатності учнів ефективно виконувати різноманітні рухові дії, застосовувати набуті знання й уміння у повсякденному житті та дотримуватися принципів здорового способу життя. Легка атлетика посідає важливе місце в системі фізичного виховання школярів завдяки універсальності та доступності своїх засобів.

Біг, ходьба, стрибки та метання належать до базових рухових дій людини, тому їх опанування створює підґрунтя для гармонійного фізичного розвитку дітей та вдосконалення рухових навичок. В умовах Нової української школи зміст легкоатлетичної підготовки набуває нового значення, оскільки орієнтується не лише на засвоєння технічних елементів, а й на формування практичних компетентностей, розвиток мотивації до систематичної рухової активності, уміння працювати в команді та відповідально ставитися до власного здоров'я [4; 5].

Використання варіативного модуля «Дитяча легка атлетика» сприяє урізноманітненню уроків фізичної культури, підвищенню інтересу учнів до занять та створенню умов для реалізації компетентнісного підходу. Саме тому дослідження ролі легкої атлетики в Новій українській школі як ефективного засобу формування рухової компетентності учнів є актуальним і має важливе теоретичне та практичне значення для сучасної системи освіти.

Методи дослідження: Теоретичний аналіз та узагальнення науково-методичної літератури, нормативних документів і модельних навчальних програм з фізичної культури НУШ

Результати дослідження. Реформування загальної середньої освіти в Україні відповідно до концепції Нової української школи передбачає впровадження компетентнісного підходу до навчання, що орієнтує освітній процес на розвиток особистості учня, його життєвих навичок і здатності до самореалізації. Особливого значення в цьому контексті набуває фізичне виховання, яке сприяє формуванню здорового способу життя, розвитку фізичних якостей та збереженню здоров'я дітей [1].

Легка атлетика традиційно вважається одним із базових засобів фізичного виховання школярів. Вона охоплює природні для людини рухові дії: ходьбу, біг, стрибки та метання. Саме тому елементи легкої атлетики широко використовуються під час уроків фізичної культури у закладах загальної середньої освіти. В умовах НУШ зміст навчання трансформується від простого оволодіння технікою рухів до формування рухових компетентностей, розвитку критичного мислення, уміння працювати в команді та відповідально ставитися до власного здоров'я [2].

Сучасна модель фізичної культури передбачає використання варіативного модуля «Дитяча легка атлетика», який поєднує традиційні легкоатлетичні вправи з рухливими іграми, естафетами, квестами та іншими інтерактивними формами діяльності. Дослідники відзначають, що такий підхід підвищує зацікавленість учнів заняттями, сприяє розвитку швидкості, сили, спритності та витривалості, а також формує позитивне ставлення до регулярної рухової активності [3].

Важливою особливістю навчання в НУШ є орієнтація на потреби та можливості кожної дитини. Під час вивчення елементів легкої атлетики вчитель має створювати умови для успіху кожного учня незалежно від рівня його фізичної підготовленості. Використання диференційованих завдань, варіативності фізичних навантажень та сучасних методів оцінювання дає змогу забезпечити індивідуальну освітню траєкторію школяра [4].

Ефективність легкої атлетики у фізичному вихованні школярів зумовлена також її оздоровчим потенціалом. Систематичне виконання бігових і стрибкових вправ позитивно впливає на функціональний стан серцево-судинної та дихальної систем, сприяє профілактиці гіподинамії, порушень

постави та надмірної маси тіла. Водночас легкоатлетичні вправи розвивають вольові якості, дисциплінованість, наполегливість та відповідальність [5].

Отже, легка атлетика залишається невід'ємною складовою сучасної системи фізичного виховання в Новій українській школі. Її змістове оновлення на засадах компетентнісного підходу, використання інтерактивних технологій та орієнтація на потреби здобувачів освіти створюють умови для підвищення рухової активності дітей, зміцнення їхнього здоров'я та формування стійкої мотивації до занять фізичною культурою.

Висновки. 1. Проведений аналіз науково-методичних джерел дозволив встановити, що легка атлетика є важливим компонентом фізкультурної освітньої галузі Нової української школи та ефективним засобом формування рухової компетентності учнів. Завдяки широкому спектру природних рухових дій (ходьби, бігу, стрибків і метань) засоби легкої атлетики забезпечують розвиток основних фізичних якостей, удосконалення рухових умінь і навичок, а також сприяють зміцненню здоров'я школярів. 2. Визначено, що використання варіативного модуля «Дитяча легка атлетика» відповідає основним положенням компетентнісного підходу НУШ та сприяє підвищенню мотивації учнів до занять фізичною культурою. Поєднання легкоатлетичних вправ з інтерактивними, ігровими та командними формами роботи створює сприятливі умови для формування рухової активності, самостійності, відповідальності та позитивного ставлення до здорового способу життя. Отже, застосування засобів легкої атлетики в освітньому процесі НУШ є важливою передумовою всебічного фізичного розвитку учнів і формування в них стійкої потреби в регулярній руховій активності.

Джерела та література:

1. Гриневич Л., Елькін О., Калашнікова С. та ін. Нова українська школа: концептуальні засади реформування середньої школи. Київ: МОН України, 2016.
2. Міністерство освіти і науки України. Модельна навчальна програма «Фізична культура. 5–9 класи». Київ, 2021.
3. Байдюк М. Характеристика варіативного модуля «Дитяча легка атлетика» 5–6 класів в умовах НУШ. *Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура.* 2023. № 40. С. 8–13. URL: journals.pnu.edu.ua.
4. Базилевич Н.О., Тонконог О.С., Юрченко І.В. Підвищення рівня здоров'я молодших школярів засобами легкої атлетики. *Scientific Collection InterConf.* 2021. № 60. С. 360–380. URL: journals.pnu.edu.ua.
5. Базилевич Н.О., Юрченко І.В., Тонконог О.С., Мовчан В.П. Особливості застосування методики поєднаного розвитку швидкісно-силових здібностей і техніки стрибків у довжину з розбігу з учнями 5–6 класів. *InterConf.* 2022. № 133. С. 400–417.

Секція 6
Тенденції розвитку фізичної культури і спорту в Європі XIX–XX ст.

ДІЯЛЬНІСТЬ СТАНИСЛАВОВСЬКОГО ОКРЕГОВОГО ЗВІЗКУ ПІЛКИ НОЖНЕЙ (1934–1939). ПІЛКА НОЖНА В ВІЛЕНАРОДОВОСЦІОВИМ СПОЛЕЧЕНСТВІЕ

Eligiusz Małolepszy[1], Kościański Krzysztof[2], Teresa Drozdek-Małolepsza[3]

[1]*Prof. dr hab. Uniwersytet Jana Długosza, Wydział Nauk Społecznych, Katedra Polityki Społecznej, Pracy Socjalnej i Turystyki, Polska e.malolepszy@ujd.edu.pl*

[2]*Dr Uniwersytet Jana Długosza, Wydział Nauk Społecznych, Katedra Pedagogiki, Polska*

[3]*Dr hab. prof. UJD Uniwersytet Jana Długosza, Instytut Nauk o Kulturze Fizycznej, Polska*

Wstęp Celem artykułu jest przedstawienie działalności Stanisławowskiego Okręgowego Związku Piłki Nożnej (Stanisławowski OZPN). Stanisławowski OZPN prowadził działalność w latach 1934–1939. Działalnością obejmował obszar województwa stanisławowskiego (od 1937 r. kluby sportowe powiatu stryjskiego wchodziły w skład Lwowskiego OZPN). Obejmował działalnością także część obszaru województwa tarnopolskiego (powiaty: borszczowski, buczacki, czortkowski, kopyczyniecki, zaleszczycki). Obszar ten zamieszkiwała ludność polska, ukraińska i żydowska; w mniejszym stopniu inne narodowości.

Metody i problemy badawcze W pracy zastosowano metody badawcze: analizy źródeł historycznych, indukcji, dedukcji, syntezy oraz metodę porównawczą. W pracy wysunięto następujące problemy badawcze:

1. Jakie były uwarunkowania kształtowania piłki nożnej w Stanisławowskim Okręgowym Związku Piłki Nożnej?
2. Czy powołanie Stanisławowskiego Okręgowego Związku Piłki Nożnej wpłynęło na rozwój piłki nożnej w ośrodkach miejskich i wiejskich poza Stanisławowem?
3. Jakie były sukcesy sportowe drużyn Stanisławowskiego Okręgowego Związku na arenie regionalnej, ogólnopolskiej i międzynarodowej?

Wyniki badań W strukturze Stanisławowskiego OZPN wyodrębniono podokręgi piłki nożnej: podokręg stanisławowski (jako podokręg rozgrywkowy), podokręg stryjski (prowadził działalność w latach 1936–1937); podokręg pokucki (1937–1939) oraz Delegatura Stanisławowskiego OZPN w Kałuszu (1939 r.). Przy Stanisławowskim OZPN działalność prowadziły wydziały, m.in. Wydział Gier i Dyscypliny oraz Wydział Spraw Sędziowskich. Stanisławowski OZPN wchodził w skład Polskiego Związku Piłki Nożnej. W drugiej połowie lat trzydziestych XX w. do Polskiego Związku Piłki Nożnej należało 14 okręgowych związków.

Już w początkowym okresie działalności (1934 r.) do Stanisławskiego OZPN należało 35 klubów sportowych. Stanisławowski OZPN prowadził rozgrywki klasy A, klasy B i klasy C. W różnych latach okresu 1934-1939, w skład klasy A wchodziło od 3 do 8 klubów sportowych, w skład klasy B od 11 do 15 drużyn. Pozostałe uczestniczyły w rozgrywkach klasy C. W najwyższej klasie rozgrywek w latach 1934–1939, klasie A brały udział następujące drużyny: Rewera Stanisławów, Strzelec Górka Stanisławów, Stanisławowia Stanisławów, Strzelec Raz Dwa Trzy Stanisławów, Pokucie Kołomyja, Pogoń Stryj, Klub Sportowy Zagłębia Naftowego Rypne, Strzelec Broszniów, Bystrzyca Nadwórna, Klub Sportowy Towarzystwa Eksploatacji Soli Potasowych Kałusz oraz Ukraińskie Towarzystwo Sportowe Prołom Stanisławów. Mistrzostwo Stanisławowskiego OZPN zdobyły drużyny: Rewera Stanisławów (1934–1935, 1937–1938); Pogoń Stryj (1936); Strzelec-Górka Stanisławów (1939). Znaczącą rolę Stanisławowski OZPN przykładał do sportu młodzieży, czego efektem było VI miejsce piłkarzy Rewery Stanisławów w mistrzostwach Polski juniorów w 1936 r.

Mistrzowie Stanisławowskiego OZPN brali udział w rozgrywkach o awans do Polskiej Ligi Piłki Nożnej. Największy sukces, w tych rozgrywkach odnieśli piłkarze Rewery w 1934 r. Wygrali rozgrywki grupy ćwierćfinałowej, awansując do półfinału. W półfinale przegrali w dwumeczu z drużyną Śląska Świętochłowice (0:5 i 1:0). W mistrzostwach Polski juniorów w 1936 r. młodzi piłkarze Rewery

Stanisławów zajęli VI miejsce. Do sukcesów należy zaliczyć awans reprezentacji Stanisławowa (reprezentacja Stanisławowskiego OZPN), która w 1939 r. awansowała do finału, gdzie miała zmierzyć się z Poznaniem, w zawodach o Puchar Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej.

Wnioski. Powołanie Stanisławowskiego Związku Piłki Nożnej wpłynęło pozytywnie na rozwój sportu piłki nożnej na terenie jego działalności. Sport piłki nożnej rozwinął się w ośrodkach miejskich oraz wiejskich województwa stanisławowskiego i powiatów województwa tarnopolskiego wchodzących w skład Stanisławowskiego OZPN. W ostatnich sezonach piłkarskich przed wybuchem II wojny światowej większość drużyn piłkarskich występujących w klasie A pochodziła z ośrodków spoza Stanisławowa. Coraz lepszy poziom sportowy prezentowały kluby fabryczne: Klub Sportowy Zagłębia Naftowego Rypne oraz Towarzystwo Eksploatacji Soli Potasowych Kałusz. Dużą rolę Stanisławowski OZPN, w II połowie lat trzydziestych XX w. poświęcał szkoleniu sportowemu młodzieży w piłce nożnej.

Literatura

1. Blicharski C. E., Miscellanea Tarnopolskie, t. 2. Biskupice 1995.
2. Drozdek-Małolepsza T., Małolepszy E. Football in a multiethnic society of Ternopil Province in the years 1920–1939. *Physical Activity Review.* 2025 vol. 13, no. 1, pp. 106–115.
3. Drozdek-Małolepsza T., Małolepszy E., Kościański K. Football rivalry in the multiethnic stanislavian province, 1920–1939. *Physical Activity Review.* 2025 vol. 13, no. 2, pp. 79–91.
4. Goksiński J., Klubowa historia polskiej piłki nożnej do 1939 roku, t. II kluby. Wydawnictwo PZI Softena, Warszawa, 2013.
5. Gradowski L. (red.). Polska 1918–1988. Główny Urząd Statystyczny, Warszawa 1989.
6. Hałys J., (opracowanie: P. Dobosz, L. Śledziona, E. Kowszewicz). Piłka nożna w Polsce, t. 3. 1927–1939. Mielec-Kraków 2020.
7. Małolepszy E., Drozdek-Małolepsza T. Kultura fizyczna i turystyka w województwie wołyńskim w latach 1921–1939. Wydawnictwo Nauka i Innowacje, Poznań, 2020.
8. Małolepszy E., Drozdek-Małolepsza T., Kościański K. Piłka nożna na Kresach Południowo-Wschodnich II Rzeczypospolitej w świetle czasopisma "Sport" (1922–1927). Zarys problematyki. *Sport i Turystyka. Środkowoeuropejskie Czasopismo Naukowe.* 2025, t. 8, nr 3, s. 37–61.
9. Miatkowski J., Owsiański J. 1932. Czarne punkty. Bogucki Wydawnictwo Naukowe, Poznań 2023.
10. Miatkowski J., Owsiański J. 1933 Niebieska Premiera. Bogucki Wydawnictwo Naukowe, Poznań 2025.
11. Мандзюк Д. Копаний м'яч. Коротка історія українского футболу в Галичини 1909–1944. Львів: Видавнцтво Старого Лева, 2016.
12. Zaborniak S. Kultura fizyczna ludności ukraińskiej na ziemiach polskich (1868–1939). Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego, Rzeszów, 2007.

ПОВОЄННІ МОДЕЛІ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ (1945–1960 рр.) ТА ЇХ ЗНАЧЕННЯ ДЛЯ СУЧАСНОЇ УКРАЇНИ

Оксана Даниско[1]

[1] *Доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри теорії й методики фізичного виховання, адаптивної та масової фізичної культури, професор Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка, oksana.danisko76@gmail.com*

Вступ. Фізична культура і спорт відображають суспільні потреби, державні пріоритети та особливості соціально-економічного розвитку країни. Особливе місце посідає повоєнний період 1945–1960 рр., позначений масштабними втратами України внаслідок Другої світової війни та необхідністю відновлення фізкультурно-спортивної сфери. Актуальність дослідження зумовлена потребою поглиблення історичних уявлень про трансформацію сфери, а також сучасними викликами, спричиненими збройною агресією проти України. Внаслідок воєнних дій постраждало понад 955 об'єктів спортивної та молодіжної інфраструктури, з яких 808 становлять спортивні споруди [2]. Означені обставини актуалізують звернення до історичного досвіду повоєнної відбудови.

Мета дослідження полягає в порівнянні структурних ознак радянської та західноєвропейської моделей розвитку сфери в 1945–1960 рр. та в обґрунтуванні орієнтирів для сучасної відбудови

Методи дослідження. Роботу виконано на засадах порівняльно-історичного підходу із застосуванням системного аналізу, проблемно-хронологічного методу та джерелознавчого аналізу. Джерельну базу становлять документи фондів ЦК КП(б)У і ЦК ЛКСМУ Центрального державного архіву громадських об'єднань України [4; 5], праці з історії фізкультурно-спортивного руху [1; 3], а також документи Ради Європи та Європейської Комісії [6; 7]. Порівняння здійснено за чотирма критеріями: суб'єкт управління, джерела фінансування, цільові пріоритети та критерії оцінювання результатів.

Результати дослідження. Порівняльний аналіз засвідчив принципові відмінності між повоєнною моделлю розвитку сфери в УРСР та західноєвропейськими підходами, які згодом сформували основні риси European Sport Model. Радянська система ґрунтувалася на централізованому державному управлінні: на союзному та республіканському рівнях діяли спеціалізовані державні органи, на місцевому – органи при виконавчих комітетах рад, а практична реалізація завдань відбувалася через профспілкові, відомчі та спортивні товариства. Держава встановлювала нормативні вимоги й планові показники та контролювала їх виконання. Цільовим пріоритетом слугували відновлення спортивної інфраструктури, військово-фізична підготовка трудових резервів, формування спортивного резерву й досягнення високих результатів та контроль за вільним часом громадян, а не зміцнення індивідуального здоров'я. Фінансування надходило з державного та профспілкового бюджетів. Способом оцінювання результату стала звітна статистика охоплення населення заняття спортом, що породжувало системне викривлення. Зокрема, за офіційним звітом 1948 року з 2,04 млн осіб у секціях УРСР розрядні нормативи виконали лише 64,7 тис., з яких 52 тис. мали найнижчий III розряд [4]. Такі результати спортивної підготовки слід розглядати з урахуванням гострого кадрового дефіциту, що зберігався в повоєнні роки. Так, навесні 1944 року на Лівобережжі разом із Києвом залишилося лише 200 викладачів фізичної культури з понад 3 тис. довоєнних [5].

У країнах Західної Європи національні системи організації спорту різнилися, проте мали спільні структурні ознаки, які згодом узагальнено в понятті European Sport Model. Так, британська модель ґрунтувалася на усталених традиціях клубного спорту та обмеженій участі держави в його регулюванні. Скандинавська модель передбачала провідну роль масових громадських спортивних об'єднань, діяльність яких підтримувалася державою. Французька модель характеризувалася централізованим державним управлінням та координацією спортивної сфери через профільне міністерство. Після 1945 р. німецька модель була відновлена на федеративних засадах – відповідальність за розвиток спорту розподілялася між окремими землями, а спортивні спілки зберігали значну організаційну самостійність. Попри відмінності в ролі держави та ступені самостійності спортивних організацій, ці національні моделі мали спільну основу - вони формувалися на основі взаємодії спортивних клубів, федерацій, громадських об'єднань та органів влади. Відносна автономія спортивних організацій забезпечувала їм самостійність у визначенні напрямів діяльності, проведенні змагань і залученні населення до рухової активності. Фінансування моделі поєднувало державну підтримку, членські внески, власні кошти організацій, благодійні внески [7]. Поступово посилювалася орієнтація на залучення різних верств населення до систематичної рухової активності незалежно від рівня спортивної майстерності.

Наприкінці 1950-х років відмінності між радянською та західноєвропейською моделями стали ще виразнішими. В УРСР повоєнне відновлення спортивної інфраструктури та кадрового потенціалу поступово втратило значення головного пріоритету, тоді як вихід радянського спорту на міжнародну арену посилив орієнтацію на підготовку спортивного резерву та досягнення високих результатів і зумовив зміни сформованої системи державного управління спортом. Натомість у країнах Західної Європи з 1960-х років дедалі більшого значення набувало залучення широких верств населення до систематичної рухової активності, що згодом знайшло відображення в ухваленні у 1975 р. Європейської хартії «Спорт для всіх» (Sport for All) [6].

Висновки. Зіставлення за визначеними критеріями засвідчило, що принципова відмінність моделей полягала в характері взаємодії держави, спортивних організацій і населення. Перша характеризувалася централізованим управлінням, концентрацією ресурсів і пріоритетністю масової та військово-фізичної підготовки, а результативність визначалася за кількістю залучених осіб, виконаних нормативів і здобутих розрядів. Друга вирізнялася розподілом управлінських функцій між державними, громадськими та спортивними інституціями, більшою автономією організацій, поєднанням різних джерел фінансування та поступовим розширенням добровільної участі населення. Для сучасної України цей досвід має радше аналітичне, ніж відтворювальне значення. Відбудова потребує поєднання державної відповідальності за розвиток сфери з інституційною самостійністю спортивних організацій, а кількісних показників – з оцінюванням якості та реальної участі населення. Отже, відбудова сфери має передбачати відновлення спортивної інфраструктури й діяльності організацій разом з удосконаленням управління, ресурсного забезпечення та підходів до оцінювання результатів.

Джерела та література

1. Іваній І. В. Історія фізкультурно-спортивного руху: навч. посіб. Суми: СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2023. 141 с.
2. Міністерство молоді та спорту України: офіційний вебсайт. URL: https://mms.gov.ua (дата звернення: 10.09.2026).
3. Тимошенко Ю. Історія діяльності спортивних товариств УРСР у перші повоєнні роки. *Історичні записки.* 2010. С. 71–93.
4. Центральний державний архів громадських об’єднань України (ЦДАГО України). Ф. 1. Оп. 30. Спр. 1417. Вопросы физической культуры и спорта.
5. ЦДАГО України. Ф. 1. Оп. 83. Спр. 22. Докладные записки, сведения о состоянии физкультурной работы на Украине.
6. Council of Europe. European Sport for All Charter: Resolution (76) 41 of the Committee of Ministers, 24 September 1976. Strasbourg, 1976. URL: https://rm.coe.int/09000016804de707 (дата звернення: 09.09.2026).
7. Sennett J., Le Gall A., Kelly G. et al. Study on the European Sport Model: a report to the European Commission. Luxembourg: Publications Office of the European Union, 2022. 224 p. DOI: 10.2766/28433.

РИТМІЧНИЙ НАПРЯМОК СУЧАСНОЇ ГІМНАСТИКИ

Сергій Ніколаєв[1]

[1] *Кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, Волинський національний університет імені Лесі Українки, Nikolaevs1974@gmail.com*

Вступ. Розвиток ритмічного напряму в системі сучасної гімнастики значною мірою пов'язують із діяльністю швейцарського педагога та викладача музики Еміля Жака Далькроза (1865–1914). Первинною метою його педагогічних пошуків було вдосконалення методики музичного навчання. У процесі практичної роботи Далькроз дійшов висновку, що цілеспрямоване виконання рухових дій позитивно впливає на формування відчуття ритму та розвиток музичного слуху. Водночас засвоєння музичного ритму, на його думку, може сприяти регуляції та активізації функціонування нервової системи. Для глибшого розуміння музичного мистецтва педагог пропонував учням передавати за допомогою рухів емоційні переживання й образи, які виникали під впливом певних музичних акордів. Такий підхід сприяв подальшому розвитку ідей виразного руху та пластики, започаткованих Ф. Дельсартом, у системі ритмічної гімнастики Далькроза [3].

Методи дослідження: аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури, документальних матеріалів та Інтернет-джерел.

Результати дослідження. Послідовники Далькроза поступово переосмислили початкові положення його концепції, змістивши акцент із безпосереднього зв'язку рухів із музикою на феномен абстрактного ритму. Зокрема, Рудольф Боде, Симон Зигель, Яніна Салон та Одетта Крутья розглядали ритмічну організацію рухової діяльності як самостійну закономірність. Основою їхніх поглядів було положення про необхідність узгодження фізичних вправ із природною ритмікою людського організму. Відповідно до такого підходу, рухова активність розглядалася не лише як засіб фізичного розвитку, а і як чинник гармонізації психічного стану особистості з ритмічними закономірностями навколишнього середовища. У цьому аспекті їхні погляди частково перегукувалися з концепціями представників школи Дункан, які також надавали важливого значення вільному прояву внутрішнього стану людини через рух.

Окремої уваги заслуговує науково-педагогічна діяльність Рудольфа Боде (1881–1971), оцінювання спадщини якого в історико-педагогічній літературі залишається неоднозначним. У праці, що містить виклад його теоретичних положень та поглядів, опублікованій у 1935 році, Боде позиціонував себе прихильником виразної гімнастики. В основу його концепції було покладено уявлення про природну структуру рухової діяльності, яка формується через послідовне поєднання взаємопов'язаних рухів, їх чергування та фаз розслаблення. На думку дослідника, довільні, цілеспрямовані рухи, зумовлені свідомо поставленою метою, можуть вступати в суперечність із природними руховими проявами, що безпосередньо відображають емоційний стан людини. Надмірна свідомо-вольова регуляція, за його підходом, здатна порушувати природну координацію та ритмічність рухових дій. Водночас Боде значну увагу приділяв вивченню цілісності рухів, закономірностей їх ритмічної організації, а також взаємозв'язку музики, руху та пластичної виразності. Його теоретичні положення сприяли обґрунтуванню низки об'єктивних взаємозалежностей між психічними процесами, музичним ритмом і руховою діяльністю людини [1].

Подібного підходу дотримувався угорський за походженням дослідник Рудольф Лабан (1879–1958), який, на відміну від Боде, певною мірою відійшов від суто ірраціоналістичного трактування рухової діяльності. Основу його концепції становило положення про те, що рух може бути засобом вираження внутрішнього емоційного стану людини за умови його природного та вільного виконання, без жорсткої регламентації технікою чи використанням театралізованих прийомів. Розроблена Лабаном система передбачала розкутість рухової діяльності, її відповідність внутрішньому стану та індивідуальному творчому імпульсу людини, а також урахування просторових, часових і динамічних характеристик руху. Важливе місце в його підході посідала свідома участь особистості у груповій руховій діяльності, де індивідуальне самовираження розглядалося як складова цілісного колективного руху. Такі погляди Лабана на значення колективної взаємодії отримали практичне застосування у пластичних гуртках, пов'язаних із робітничим рухом, зокрема в Угорщині 1930-х років у діяльності школи Аліс Яси Маджарне та Едена Паласовського.

Поряд із розробленням теоретичних і методичних засад експресіоністського вільного танцю, Лабан здійснював ґрунтовні аналітичні дослідження рухової пластики у період Веймарської Німеч-

чини. Після вимушеної еміграції його професійна діяльність була також пов'язана з розвитком жіночої гімнастики у країнах Британської співдружності. Значний внесок ученого полягав у науковому вивченні структури рухів та систематизації їхніх характеристик. Аналізуючи функціональні можливості людського тіла, він розробив систему класифікації та фіксації рухів, відому як кінетографія. На думку Лабана, будь-який рух характеризується трьома основними складовими – простором, часом і силою, що стало підґрунтям для виокремлення відповідних напрямів дослідження рухової діяльності: пластики, ритміки та динаміки [2].

З урахуванням зазначених характеристик Лабан систематизував рухи людини відповідно до функціональних можливостей суглобів, особливостей просторової організації та траєкторії переміщення тіла. Такий підхід створив передумови для об'єктивнішого аналізу напряму, амплітуди, інтенсивності та тривалості рухових дій. Незважаючи на те, що окремі положення його концепції в мистецькому середовищі могли сприйматися неоднозначно, запропоновані принципи мали істотне методичне значення для розвитку теорії спортивної підготовки. Зокрема, вони сприяли глибшому розумінню взаємозв'язку між структурою руху та його результативністю, а також аналізу технічних і тактичних дій спортсменів. Наукові інтереси Лабана не обмежувалися сферою мистецтва й фізичного виховання: він досліджував також особливості рухової діяльності людини у трудових процесах та можливості застосування рухових вправ у корекції й терапії нервових розладів.

Після встановлення нацистського режиму в Німеччині Рудольф Лабан був змушений емігрувати до Великої Британії. Оселившись у Лондоні, він значно розширив напрями своєї професійної та науково-методичної діяльності. Учений організовував спеціалізовані курси, а також публікував праці, присвячені застосуванню сучасної гімнастики в системі фізичного виховання дівчат і жінок.

Пластичні напрями, сформовані на початку ХХ століття та такі, що значною мірою визначили подальший розвиток сучасної гімнастики, спочатку поширювалися переважно через приватні освітні й гімнастичні заклади. Починаючи з 1920-х років, їхні ідеї поступово проникали до системи шкільного фізичного виховання, гімнастичної практики та спортивного руху. Важливим їхнім здобутком стало прагнення подолати надмірну формалізованість фізичних вправ і відмовитися від суто однобічного розуміння рухової діяльності [4].

Висновки. Водночас практичне використання цих концепцій було обмежене низкою теоретичних і методичних суперечностей. Зокрема, певна штучність вихідних положень, дуалістичне трактування взаємозв'язку свідомості та психіки з руховою діяльністю, а також недостатня визначеність кінцевих цілей ускладнювали їх системне застосування в освітній практиці. Незважаючи на це, на початку ХХ століття зазначені напрями набули значного поширення у спортивно-гімнастичному середовищі та поступово сформували окремий напрям методичних напрацювань у галузі фізичного виховання дівчат і жінок. Подальший розвиток цих ідей сприяв міжнародній інтеграції гімнастичного руху: у 1952 році представники гімнастичних шкіл Австрії, Німеччини, Нідерландів, Великої Британії, США та інших країн об'єдналися для створення міжнародної федерації, що започаткувало новий етап інституційного розвитку сучасної гімнастики.

Джерела та література

1. Ботмер Ф. Школа руху. Оригінальні описи вправ ботмерівської гімнастики, представлені самим автором / [пер. з англ. Юрія Луковенка]. Україна; Швеція, 2022. 51 с.
2. Губарєв І.В. Конспект лекцій з дисципліни «Історія фізичної культури» для здобувачів вищої освіти за освітньо-професійною програмою «Фізична культура і спорт» першого (бакалаврського) рівня спеціальності: 017 «Фізична культура і спорт» очної форми навчання. Кам'янське, ДДТУ, 2022. С. 64–66.
3. Дудник О. Ботмерівська гімнастика у формуванні гармонійної особистості дитини. *Наук. час. НПУ імені М.П. Драгоманова.* 2019. Вип.5 К (113). С. 106–109.
4. Корносенко О., Даниско О., Горбенко К. Ботмерівська гімнастика в системі професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури: технології навчання. *Педагогічні науки.* 2024. (1). С. 8–13. https://doi.org/10.33989/2524-2474.2024.1.308705

БІОМЕХАНІЧНА КОНЦЕПЦІЯ ЖОРЖА ДЕМЕНІ ЯК НАУКОВЕ ПІДҐРУНТЯ СУЧАСНОЇ ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Олександра Цибанюк[1]

[1] *Доктор педагогічних наук, доцент кафедри спорту та фітнесу Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича, м. Чернівці, Україна*

Вступ. Становлення фізичної культури та спортивної науки як самостійних галузей людського знання тісно пов'язане з пошуком об'єктивних критеріїв оцінки та оптимізації рухової діяльності людини. На межі XIX та XX століть панівні на той час педагогічні підходи спиралися переважно на емпіричні спостереження або ж орієнтувалися на жорсткі, статичні армійсько-гімнастичні системи. Суттєвий перелом у цій парадигмі відбувся завдяки залученню до аналізу людського тіла точних природничих методів – зокрема законів механіки, анатомії та фізіології. Ключовою фігурою цього наукового прориву став французький дослідник Жорж Демені (Georges Demenÿ, 1850–1917), який у співпраці з Етьєном-Жюлем Маре не лише створив перші інструментальні методики безконтактної реєстрації кінематики рухів, а й першим трансформував здобуті біомеханічні дані у практичну систему фізичного виховання.

Запропонована Демені концепція «природної та раціональної гімнастики» була побудована на принципах безперервності, ритмічності, максимальної амплітуди та мінімізації енергетичних витрат через розслаблення м'язів-антагоністів. Його праці фактично заклали фундамент для сучасної біомеханіки спорту, клінічної кінезіології та ергономіки. Осмислення наукової спадщини Жоржа Демені через призму сучасного розвитку спортивно-педагогічної науки є вкрай актуальним завданням, адже сформульовані ним понад століття тому принципи економічності й анатомічної доцільності рухів залишаються базовими орієнтирами для проектування ефективних освітніх та реабілітаційно-здоров'язбережувальних технологій. Метою цієї праці є аналіз біомеханічних засад концепції Жоржа Демені та з'ясування їхнього значення для еволюції теорії і методики фізичного виховання.

Методи дослідження. Для розв'язання поставлених завдань використано комплекс методів: теоретичний аналіз і систематизацію першоджерел Ж. Демені та сучасної літератури з біомеханіки; історико-генетичний метод для простеження еволюції наукових поглядів ученого від експериментів із хронофотографії до концепції раціональної гімнастики; порівняльно-зіставний аналіз для порівняння підходу Ж. Демені з іншими гімнастичними системами; системно-структурне узагальнення для систематизації біомеханічних принципів рухової діяльності.

Результати дослідження. Внесок Ж. Демені у біомеханіку лежить на стику інструментального аналізу кінематики людського тіла та фізіологічного обґрунтування моторного навчання. У тандемі із Е. Ж. Маре, науковець (Демені став його головним асистентом в Collège de France) розпочав діяльність на Фізіологічній станції (Station Physiologique) у Парижі, а з 1882 р. очолив там дослідницьку діяльність [2].

Демені та Маре розробили методику реєстрації фаз руху на фіксовану, а згодом рухому фотопластину – хронофотографію [1]. Сучасні історики фізичної культури навіть вважають, що цей дует створили перші костюми motion-capture. Для цього використовували темні костюми з нанесеними контрастними білими лініями вздовж кісток і білими кульками на суглобах. Людина рухалася на фоні чорного оксамитового «гаража», що давало змогу отримувати чіткі векторні схеми (траєкторії кінематичних ланцюгів) без накладання зображення тіла. Прагнучи відтворити записані рухи у динаміці, Демені винайшов Фоноскоп (1892 р.) – пристрій для проекції послідовних кадрів, а також запатентував механізм уривчастого руху плівки (гребінчастий/скачковий механізм), який згодом викупив Леон Гомон (Léon Gaumont) для розробки перших кінопроекторів.

Після завершення співпраці з Маре у 1894 році Демені зосередився на застосуванні біомеханічних знань у педагогіці, гімнастиці та реабілітації. Він різко критикував поширену на той час шведську та німецьку гімнастичні системи за їхню штучну статичність, й притаманний їм розрив природних рухових ланцюгів.

Демені сформулював концепцію «динамічної природної гімнастики», сформульовану на таких біомеханічних засадах:

– принцип повної амплітуди та цілісності, адже рухи мають виконуватися за повною анатомічною амплітудою суглоба, без різких ривків та надмірних статичних затримок;

- принцип релаксації та енергоефективності. На думку автора, виконання будь-якої рухової дії має супроводжуватися розслабленням м'язів-антагоністів. Крім того, м'язове зусилля повинно відповідати лише тій величині, яка необхідна для виконання завдання (мінімізація енергетичних витрат);
- хвилеподібність і безперервність – замість ізольованого тренування окремих м'язів Демені запровадив вправи з безперервним переходом однієї фази руху в іншу, що створює ритмічний руховий стереотип (основа сучасної художньої гімнастики та ритміки – *О. Ц.*);
- варіативність та адаптивність руху. Так, рух розглядається науковцем не як жорстка інструкція, а як гнучка система адаптації організму до зовнішніх умов [1].

Висновки. Отже, науковий доробок Ж. Демені у тандемі з Е. Ж. Маре започаткував перехід від описового аналізу рухів до точних інструментальних вимірювань. Створення хронофотографії, винайдення пристроїв для проекції фаз руху (Фоноскоп) та застосування векторного маркування тіла (білих ліній і кульок на чорних костюмах у «чорному гаражі») стали першим у історії прототипом сучасних технологій оптичного відеоаналізу та систем захоплення руху.

Здійснений Демені критичний перегляд статичних і штучно обмежених гімнастичних систем того часу (німецької та шведської) дозволив сформулювати біомеханічно обґрунтовану альтернативу – «динамічну природну гімнастику». В її основу покладено принципи виконання вправ за повною анатомічною амплітудою, хвилеподібності й безперервності рухового акту, а також варіативності й адаптивності рухових дій до змінних умов середовища. Фундаментальним внеском ученого в методику фізичного виховання стало обґрунтування принципу релаксації та енергоефективності. Доведено, що мінімізація м'язових витрат за рахунок своєчасного розслаблення м'язів-антагоністів та дозування зусиль є запорукою запобігання передчасному втомленню, формування оптимального рухового стереотипу та підвищення загальної фізіологічної ефективності фізичних вправ. Біомеханічна концепція Жоржа Демені виступає сполучною ланкою між фундаментальною фізіологією руху та прикладною педагогікою. Сформульовані ним понад століття тому принципи цілісності й анатомо-фізіологічної доцільності рухової діяльності залишаються актуальним підґрунтям для розробки сучасних здоров'язбережувальних освітніх технологій, спортивної ритміки, художньої гімнастики, реабілітатології та ергономіки.

Джерела та література

1. Bruschi, M. (2025). The Work of Georges Demenÿ in Brazilian Periodical Press: Themes Debated, 1890–1949. *The International Journal of the History of Sport,* 42(14), 1744–1763. https://doi.org/10.1080/09523367.2025.2532106
2. La biomécanique du sport à ses débuts. Les pionniers Georges DEMENŸ (1850–1917). URL: https://www.biomecanique.org/fr/les-pionniers-sdb/453-demeny-2#:~:text=Demen%C3%BF%20a%20donc%20d%C3%A9velopp%C3%A9%20une%20v%C3%A9ritable%20physiologie,du%20travail%2C%20et%20ce%20qui%20sera%20plus

Секція 7
Генезис і розвиток сучасного олімпізму

СУЧАСНИЙ ОЛІМПІЗМ: ЦІННОСТІ, ТЕНДЕНЦІЇ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ

Петро Герасимюк[1]

[1] *Ст. викладач кафедри здоров'я та фізичної культури Волинського національного університету імені Лесі Українки, Herasimyuk.Petro@vnu.edu.ua*

Вступ. Олімпізм є одним із найважливіших соціокультурних явищ сучасного спорту, що виходить далеко за межі проведення Олімпійських ігор. Його становлення пов'язане з відродженням олімпійського руху наприкінці XIX ст. та діяльністю П'єра де Кубертена. Сучасний олімпізм ґрунтується на поєднанні спорту, освіти й культури та спрямований на гармонійний розвиток людини, формування поваги до гідності особистості, взаєморозуміння, дружби, солідарності та принципів чесної гри.

Відповідно до сучасної редакції Олімпійської хартії, олімпізм розглядається як філософія життя, яка прагне гармонійно поєднувати фізичні, вольові та інтелектуальні якості людини. Його метою є служіння спорту гармонійному розвитку людства та сприяння створенню мирного суспільства, у якому зберігається людська гідність. Важливим положенням є також визнання занять спортом правом кожної людини без дискримінації.

Актуальність дослідження сучасного олімпізму визначається трансформаціями, які відбуваються у світовому спортивному русі. Сьогодні олімпійський рух функціонує в умовах глобалізації, цифровізації, розвитку нових технологій, посилення уваги до екологічної відповідальності, гендерної рівності, інклюзії та захисту прав людини.

Особливого значення набуває миротворчий потенціал олімпізму. Організація Об'єднаних Націй неодноразово підтримувала ідею Олімпійського перемир'я, розглядаючи спорт як засіб сприяння миру, діалогу, взаєморозумінню та примиренню. У 1993 році Генеральна Асамблея ООН відновила традицію Олімпійського перемир'я, а надалі відповідні резолюції приймалися напередодні Олімпійських ігор.

Методи дослідження: аналіз і узагальнення наукової та нормативної літератури; історико-логічний метод, системний аналіз для розгляду олімпійського руху як цілісного соціокультурного явища.

Результати дослідження. Проведений аналіз свідчить, що сучасний олімпізм являє собою динамічну систему цінностей і принципів, яка адаптується до суспільних змін, зберігаючи водночас фундаментальні ідеї олімпійського руху. Його основними цінностями залишаються досконалість, дружба та повага, а важливими принципами – чесна гра, солідарність, взаєморозуміння та недискримінація.

Однією з характерних рис сучасного олімпізму є розширення його соціальної функції. Якщо на початкових етапах основна увага приділялася проведенню міжнародних спортивних змагань, то сьогодні олімпійський рух охоплює значно ширше коло питань. До них належать розвиток молоді, освіта, здоровий спосіб життя, соціальна інтеграція, рівні можливості для участі у спорті, захист навколишнього середовища та формування культури миру.

Важливим напрямом є утвердження доступності спорту для всіх. Олімпійська хартія наголошує, що кожна людина повинна мати можливість займатися спортом без дискримінації. Це положення сприяє розвитку інклюзивного спортивного середовища та підкреслює гуманістичну спрямованість сучасного олімпізму. Значну роль відіграє також гендерна рівність. Сучасний олімпійський рух послідовно розширює участь жінок у спортивних змаганнях, управлінні та організації спортивної діяльності. У цьому контексті олімпізм виступає засобом утвердження рівних можливостей і подолання дискримінаційних практик [1].

Наступною важливою тенденцією є посилення уваги до сталого розвитку. Організація та проведення масштабних спортивних заходів потребують значних ресурсів, тому сучасний олімпійський рух приділяє особливу увагу екологічним аспектам, раціональному використанню інфраструктури, скороченню негативного впливу на довкілля та відповідальному використанню ресурсів.

Суттєвий вплив на розвиток олімпізму справляє цифровізація. Інформаційні технології змінюють способи проведення, трансляції та сприйняття спортивних змагань, сприяють розширенню аудиторії Олімпійських ігор та відкривають нові можливості для взаємодії спортсменів, уболівальників і спортивних організацій.

Окремої уваги заслуговує миротворча функція олімпізму. Ідея Олімпійського перемир'я має давнє походження та була відновлена у сучасному міжнародному спорті. ООН розглядає олімпійський рух як важливий інструмент сприяння миру, взаєморозумінню та добрій волі між народами. У сучасних умовах ця функція набуває особливого значення, оскільки міжнародні спортивні події створюють можливості для комунікації між представниками різних держав і культур [2].

Стратегічний розвиток олімпійського руху передбачає його постійне оновлення. Зокрема, Olympic Agenda 2020 та Olympic Agenda 2020+5 визначили низку напрямів реформування, серед яких солідарність, цифровізація, сталий розвиток, довіра та економічна й фінансова стійкість. Водночас сучасний олімпізм стикається з низкою проблем. Серед них – комерціалізація спорту, надмірна орієнтація на рекордні результати, допінг, корупційні ризики, політизація спортивних подій, високі фінансові витрати на організацію Олімпійських ігор та необхідність забезпечення довгострокової екологічної відповідальності [3].

У цьому контексті важливим завданням є збереження балансу між видовищністю професійного спорту та гуманістичною сутністю олімпізму. Олімпійські змагання повинні залишатися не лише боротьбою за медалі, а й простором для демонстрації поваги до суперника, чесної конкуренції, взаєморозуміння та людської гідності.

Перспективним напрямом розвитку є посилення олімпійської освіти серед молоді. Залучення здобувачів освіти до вивчення історії Олімпійських ігор, принципів чесної гри, олімпійських цінностей та культури здоров'я сприяє формуванню відповідального ставлення до спорту. Саме освітній потенціал олімпізму дозволяє використовувати його як засіб не лише фізичного, а й морального, соціального та культурного розвитку особистості.

Висновки. Основними тенденціями розвитку сучасного олімпізму є посилення гуманістичної спрямованості, забезпечення рівних можливостей і недискримінації, розвиток інклюзивного спорту, підтримка гендерної рівності, екологічна відповідальність, цифровізація та впровадження нових технологій, удосконалення управління спортивними організаціями та зміцнення миротворчої функції спорту. Важливою умовою подальшого розвитку олімпізму є збереження його фундаментальних цінностей – поваги, дружби, солідарності, чесної гри та прагнення до досконалості. Водночас олімпійський рух має адаптуватися до викликів сучасного світу, не допускаючи надмірної комерціалізації, дискримінації, допінгу та інших явищ, які суперечать його гуманістичній сутності.

Отже, сучасний олімпізм має значний потенціал як засіб фізичного, морального та соціального виховання молоді, розвитку міжнародного співробітництва та утвердження культури миру. Його подальша ефективність залежатиме від здатності поєднувати спортивні досягнення з відповідальністю перед суспільством, людиною та довкіллям.

Джерела та література

1. Булатова М. М., Бубка С. Н., Платонов В. М. Олімпійський рух: історія і сучасність [у 2 кн.]. Київ, 2021. Кн. 1. 640 с.
2. Олімпійський спорт: конспект лекцій [у 2 ч.] / уклад.: В. М. Сергієнко, С. А. Король. Ч. 1. Суми: Сумський державний університет, 2024. 196 с.
3. Павлюк Є., Павлюк О. Трансформація цінностей олімпізму та професіоналізація олімпійського спорту під впливом глобалізації та ринкових механізмів. *Scientific journal «PHYSICAL CULTURE AND SPORT: SCIENTIFIC PERSPECTIVE».* 2025. Т. 2. № 1. С.189–198.

СКІ-АЛЬПІНІЗМ – НОВИЙ ВИД СПОРТУ В ІСТОРІЇ СУЧАСНИХ ОЛІМПІЙСЬКИХ ІГОР

Олена Дем'янчук[1]

[1] *Кандидат наук з фіз. вих. і спорту, доцент кафедри теорії фізичного виховання та рекреації, Волинський національний університет імені Лесі Українки, demianchuk.olena@vnu.edu.ua*

Вступ. Лижний альпінізм (англ. *ski mountaineering* або *SkiMo*) – це спортивно-технічний вид спорту, що включає елементи гірського сходження, альпінізму та лижної техніки для пересування в горах при зимових умовах. Ski Mountaineering/Skimo – Скі-альпінізм – це зимовий олімпійський вид спорту, який передбачає підйом і спуск на лижах із використанням змагального скітурного спорядження. Також він поєднує фізичну витривалість, силу, техніку та любов до гір. Цей вид спорту успішно дебютував на зимових Іграх 2026 року в Італії. У сучасному ski mountaineering існує кілька основних дисциплін, що відрізняються форматом траси, тривалістю та командним форматом. Види дисциплін лижного альпінізму: Індивідуальна гонка (Individual), Вертикальна гонка (Vertical), Спринт (Sprint), Командні гонки (Team), Естафета (Relay).

Методи дослідження. Аналіз, систематизація й узагальнення літературних джерел та інформаційних джерел Інтернет ресурсів, відкритих інформаційних систем.

Результати дослідження. Скі-альпінізм – вид спорту і активного відпочинку, що поєднує гірські лижі та альпінізм. Дисципліна може як рекреаційною так і змагальним видом спорту. Скі-альпінізм передбачає проходження маршруту в горах з підйомом на лижах або пішки з лижами і спуском на лижах без траси (фрирайд) [2].

Історично його не можна вважати «новим», тому що люди використовували лижі для пересування по сніжних схилах ще впродовж століть: це був спосіб виживання, пересування і військових патрулів у горах до появи сучасних підйомників і трас. Форми пересування на лижах по горах з'явилися вже наприкінці XIX – початку XX століття. Найчастіше таким способом користувалися жителі Швейцарії та Італії в Альпах.

Як організований спорт, ski mountaineering почав формуватися лише в другій половині XX століття, насамперед у Європі – у гірських районах Італії, Франції та Швейцарії. Це були спочатку локальні змагання, які поступово набували структури.

Перші великі міжнародні формати з'явилися наприкінці 1980-х і 1990-х: у 1991 році створено комітети для організації змагань зі ski-alpinisme (лижного альпінізму), а з часом вони еволюціонували у сучасну Міжнародну федерацію лижного альпінізму (International Ski Mountaineering Federation, ISMF). Перші світові чемпіонати під егідою міжнародних організацій відбулися у 2002 році у Франції, а з 2007–2008 років ISMF утвердилася як незалежна федерація зі своїми власними правилами, календарем і регламентами. Світові першості приймали Італія, Франція, Швейцарія, а іноді господарями виступали гірські висоти Іспанії та Андорри. Після 2002 року чемпіонат світу почав проводитися двічі на рік. У 2011 році відбувся чемпіонат Європи, але його згодом прирівняли до чемпіонату світу.

У 2004 було започатковано Кубок світу зі ski mountaineering (ISMF World Cup), який щорічно проходить у кількох країнах Європи та Північної Америки. Це серія міжнародних стартів, де спортсмени збирають бали у різних дисциплінах, а за підсумками сезону визначається чемпіон.

У 2016 році International Olympic Committee (IOC) офіційно визнав ski mountaineering як міжнародний вид спорту разом з ISMF як міжнародною федерацією. Це стало першим кроком до включення спорту в програму Олімпійських ігор. Далі ski mountaineering дебютував на Зимових юнацьких Олімпійських іграх 2020 у Лозанні, де спорт вперше був представлений серед молоді.

У 2021-му лижний альпінізм приєднався до програми Ігор-2026 з трьома медальними дисциплінами: чоловічий спринт, жіночий спринт і змішана естафета (*mixed relay*) [5].

Відтоді, як у 2021 році МОК оголосив про його включення до програми Ігор, кількість національних олімпійських комітетів, представлених у цьому виді спорту, зросла більш ніж на 45 %, а число зареєстрованих спортсменів Міжнародної федерації скі-альпінізму збільшилося більш ніж удвічі [4].

Після рішення Міжнародного олімпійського комітету від 24.06.2019, відколи скі-альпінізм став Олімпійським видом спорту, 28–29 січня 2023 року Федерація альпінізму і скелелазіння України провела на базі гірськолижного комплексу «Буковель» перший офіційний Чемпіонат України зі скі-

альпінізму [1]. Розвитком цього виду спортузаймається Федерація Альпінізму і Скелелазіння України, яка регулярно проводить офіційні змагання, зокрема Чемпіонат України зі скі-альпінізму в Буковелі та на інших локаціях на кшталт Драгобрату. Однак, на відміну від традиційних зимових видів спорту (лижні гонки, альпійські дисципліни тощо), ski mountaineering поки не має широкої інфраструктури підготовки в Україні.

Окрім цього, в Україні є активні клуби та спільноти ентузіастів для тренувань у Карпатах і горах, де лижний альпінізм часто поєднується з туристично-альпіністськими заходами.

Більшість українських спортсменів, які прагнуть брати участь у міжнародних стартах, тренуються в Альпах і беруть участь у закордонних етапах Кубка світу або чемпіонатів, що робить цей вид спорту перспективним, але в процесі становлення [5].

На зимових Олімпійських іграх 2026 року в Мілані-Кортіні у Скі-альпінізмі дебютували загалом 36 спортсменів (18 чоловіків та 18 жінок). Оскільки скі-альпінізм уперше був представлений в олімпійській програмі саме на цих Іграх, усі учасники змагань у цьому виді спорту автоматично стали олімпійськими дебютантами. Вони розіграли нагороди у трьох дисциплінах: чоловічому спринті, жіночому спринті та змішаній естафеті.

Це історичне включення стало важливою віхою в розвитку гірськолижного спорту та встановило технічні, операційні та змагальні стандарти, які слугуватимуть орієнтиром для майбутніх Олімпійських ігор, що відбудуться в Монженеврі (у районі Бріансонне-Верхні Альпи у Франції), 2030 року. Забезпечать квотами 72 спортсменів та нададуть нові можливості для них, одночасно зміцнюючи присутність лижного альпінізму на найбільшій спортивній сцені світу [3]. Планується розіграти 5 комплектів нагород у двох дисциплінах: в індивідуальних змаганнях серед жінок і чоловіків, а також у жіночій, чоловічій та змішаній спринтерській естафетах [4].

Висновки. Скі-альпінізм став частиною олімпійської програми, оскільки цей вид спорту набув значної популярності у світі та особливо серед молоді. Включення цього виду до Олімпійських ігор сприяє популяризації активного способу життя, розвитку спортивного туризму та залученню нових поколінь до занять фізичною культурою та спортом вищих досягнень.

Джерела та література

1. Відбувся перший Чемпіонат України зі скі-альпінізму. URL: https://alpclub.com.ua/node/9196
2. Вікіпедіія. URL: https://uk.wikipedia.org/wiki/Скі-альпінізм
3. Зимові Олімпійські Ігри. URL: https://ismf-ski.com/olympic-winter-games/
4. Скі-альпінізм увійшов до програми зимових Олімпійських Ігор Alpes 2030. URL: https://www.instagram.com/olympic_team_ukraine/p/DaM5_TKtVb7/?hl=ko
5. Дебютант Олімпійських ігор: лижний альпінізм і все, що про нього треба знати. URL: https://champion.com.ua/ukr/olimpiyski-igri/zimovi-olimpiyski-igri-2026/lizhniy-alpinizm-noviy-vid-sportu-na-olimpiadi-cikavinki-istoriya-ta-sporyadzhennya-dlya-vistupiv-1062742/

ВИСТУПИ УКРАЇНЦІВ У МИСТЕЦЬКИХ ЗАХОДАХ ОЛІМПІЙСЬКИХ ІГОР (НА ПРИКЛАДІ ІГОР V ТА XX ОЛІМПІАД)

Олексій Лях-Породько[1], Яків Щербашин[2], Святослав Лях-Породько [3]

[1]Кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент Національного університету фізичного виховання та спорту України, Київ,

[2]Кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент Національного університету фізичного виховання та спорту України, Київ,

[3]Студент Національного університету фізичного виховання та спорту України, Київ

Вступ. Конкурси мистецтв започатковано з ініціативи П'єра де Кубертена. Вперше вони відбулись у 1912 році у часі проведення Ігор V Олімпіади у Стокгольмі (Швеція). Їх організація тривала по 1948 рік. Після цього на зміну конкурсу мистецтв було ініційовано проведення культурних виставок та фестивалів мистецтв, які й понині успішно та яскраво супроводжують сучасні Олімпійські ігри. Зараз Культурна Олімпіада – це надзвичайно масштабне та унікальне явище глобального олімпійського руху. Серед науковців ця тема викликає чимало уваги. У фундаментальній праці «Олімпійський спорт у системі гуманітарної освіти» ґрунтовно досліджено Конкурси мистецтв у програмах Ігор Олімпіад (1912–1948) та виставки мистецтв, культурні програми, фестивалі мистецтв на Олімпійських іграх (1952–2018) [4]. Окремі дослідження також торкаються різних аспектів історії та сучасності Конкурсів мистецтв та Культурних програм Ігор Олімпіад [1, 3]. Однак, маловідомим є інформація щодо участі українців у масштабних мистецьких заходах. Це і обумовлює актуальність обраної теми.

Методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури та першоджерел, описовий метод.

Результати дослідження. Про те, що український народ є найспівучишим у світі, знають всі. Бо ж мова солов'їна, співаюча. Тому серед українців є чимало «золотих голосів» славетних, найвизначніших, шанованих по між іншими народами. У нашому дослідженні мова йтиме про дві величні постаті у світовому мистецтві співу – Модест Менцинський та Євгенія Зарицька. Окрім того, що вони відомі оперні співаки, їх у нашій розвідці поєднує ще одна цікавинка – Олімпійські ігри.

Отже, у 1912 році Олімпійські ігри відбулись у Стокгольмі (Швеція). Крім спортивних змагань, організаційні комітети зокрема та й країни в цілому намагаються створити позитивне враження відвідувачів, туристів про історію, культуру, мистецтво, найрізноманітніші свої традиції. Тому й організовують мистецькі та культурні передолімпійські заходи. Ба більше, саме з цих Ігор Олімпіад у програмі були не лише спортивні змагання, а й конкурс мистецтв.

Щоб якнайкраще презентувати мистецький Стокгольм й Швецію, оргкомітет запросив для виступу Модеста Менцинського. Це й не дивно, бо ж він найвизначніший оперний співак. Окрім того, Менцинський багато років жив і працював й завершив свій земний шлях у Швеції (у 1904–1908 роках – перший тенор Королівської опери у Стокгольмі. Одружився зі шведкою. Помер у Стокгольмі). Преса про це писала так: «Модест Менцинський, український героїчний тенор олімпійського масштабу, сформувався в умовах жорсткої конкуренції й перевершував у співі більшість своїх колег-тенорів. Протягом багатьох років Менцинський був зіркою оперних театрів Стокгольма та Кельна. У 1912 році його запросили до Стокгольма для участі в постановках опер Вагнера «Зігфрід» і «Трістан та Ізольда», що були спеціально підготовлені до Олімпійських ігор, які проходили в цьому місті» [6, с. 11]. Вочевидь шведи намагалися потужно вразити своїх гостей. Тому спеціально у часі проведення Олімпійських ігор вирішено було поставити відомі на весь світ опери Ріхарда Вагнера – «Трістан та Ізольда» й «Зігфрід». Щодо головного виконавця дискусія навіть не велася. Всі одноголосно назвали українця Модеста Менцинського.

Будучі свідомим українцем Менцинський відвідував найрізноманітніші українські імпрези. Маємо тут зазначити, що у 1914 році у Львові відбувся величавий Шевченківський ювілейний здвиг Соколів та Січей («Сокіл» та «Січ» - національно-патріотичні, тіловиховні, спортивні товариства). У часі концерту «родзинкою» вечора був виступ Модеста Менцинського. Ось як сповіщала преса про цю подію: «хори т-ва Львівський Боян і Бандурист відспівали гарні пісні, а поет Богдан Лепкий деклямував свій високо патріотичний стих. Найкрасшою точкою концерту був спів оперового артиста-співака, п. Модеста Менцінського, ще приїхав на здвиг аж з Кольонії в Німеччині. П. Менцінський се співак сьвітової слави, а що при тім є і добрим Українцем, то завдяки йому росте й наше значінє за границею» [5, с. 4]. Отже, Модест Менцинський виступаючи на міжнародних форумах

завжди підкреслював, що він українець. Він ніколи не відмовлявся приїхати в Україну (шкода, що у ті роки наша держава була окупована) для участі у національних, масштабних заходах.

У 1972 році Олімпійські ігри відбулися у Мюнхені (ФРН). Часопис «Свобода» у статті «Євгенія Зарицька виступатиме на музичній імпрезі в рамках XX-ої Олімпіяди» повідомляв наступне: «Мюнхен. - Комітет при керівництві XX-ої Олімпіяди, що починається дня 26 серпня ц. р. у Мюнхені заангажував відому українську співачку меццо-сопрано Євгенію Зарицьку для виступу у мульти-медія творі «Ранок після пожежі» Д. Шенбаха, одного з найвидатніших німецьких модерних музиків, творця та провідного авангардиста жанру мульти-медія. «Ранок після пожежі» - це твір найновішої музично-сценічної форми, твір так званого Тотального Театру, що базується на гомогенній сполуці усіх мистецьких виразів. Він скомпонований спеціяльно для цьогорічних світових спортових змагань у Мюнхені для широкої інтернаціональної публіки, що приїде на Олімпіяду… На бажання Євгенії Зарицької включив композитор у її сольо одну українську народну пісню» [2, с. 3]. Виявляється оргкомітет ігор запросив відому українську співачку для унікального виступу на олімпійських заходах. Водночас Євгенія Зарицька впевнено однією з умов назвала виконання однієї української народної пісні.

Висновки. Поєднання Олімпійських ігор та мистецтва сягає у корінням ще у Давню Грецію. П’єр де Кубертен відроджуючи олімпійський рух у сучасності ініціював відновлення й проведення Конкурсів мистецтв у програмі Олімпійських ігор. Хоча у подальшому, з різних причин, їх відмінили, але згодом ця ідея трансформувалась у величаві Культурні програми. Ми виявили, що українці також долучилися до олімпійського мистецтва. Нам вдалося з’ясувати про участь Модеста Менцинського у 1912 році та Євгенії Зарицької у 1972 році. Водночас припускаємо, що подальші дослідження розкриють ще більше цікавинок про українців у мистецьких заходах олімпійського руху.

Джерела та література

1. Бєлокуров Д. Культурні олімпіади – соціокультурний феномен олімпійського руху сучасності. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2014. № 4. С. 99–103.
2. Євгенія Зарнцька виступатиме на музичній імпрезі в рамках XX-ої Олімпіяди. *Свобода*. 1972. № 154. С. 3.
3. Литвинець Іванна, Падовська Олена, Тимчак Ярослав, Литвинець Антон. До питання про Конкурси мистецтв у програмах Олімпійських ігор сучасності. *Молода спортивна наука України*. 2012. Т. 1. С. 163–168.
4. Олімпійський спорт у системі гуманітарної освіти: навч. вид. / М. М. Булатова, С. Н. Бубка, В. М. Платонов. Київ: Перша друкарня, 2019. 912 с.
5. Українська сила з поклоном Тарасові. Великий ювілейний здвиг Січей і Соколів у Львові. *Свобода*. 1914. № 29. С. 4.
6. Music and the Olympics. *Ukrainian Weekly*. 1984. № 32. С. 11.

Секція 8
Розвиток активного туризму в Європі

ЗМІСТ ПІДГОТОВКИ ОРГАНІЗАТОРІВ АКТИВНОГО ТУРИЗМУ В ЗАРУБІЖНИХ КРАЇНАХ

Ірина Іванишин[1], Ігор Випасняк[2], Василь Луцький[3]

[1]Кандидат хімічних наук, доцент, завідувач кафедри теорії та методики фізичної культури, Карпатський національний університет імені Василя Стефаника, iraivan68@gmail.com

[2]Доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, професор кафедри теорії та методики фізичної культури, Карпатський національний університет імені Василя Стефаника, kicuck80@gmail.com

[3]Кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури, Карпатський національний університет імені Василя Стефаника, luckij55@gmail.com

Вступ. Спортивний та активний туризм є одним із найбільш динамічних сегментів сучасної туристичної індустрії. За даними UN Tourism, спортивний туризм формує близько 10 % світових туристичних витрат та демонструє високі темпи зростання [9]. За оцінками World Economic Forum, у 2025 р. на спортивний туризм припадало близько 10 % глобальних витрат на подорожі, а його доходи у 2020–2025 рр. зростали в середньому на 28 % щорічно. Активний та пригодницький туризм також характеризується значним економічним потенціалом: обсяг його світового ринку оцінювався більш ніж у 406 млрд дол. США у 2024 р. з прогнозом зростання до близько 1 трлн дол. США до 2030 р. [5]. У розвитку туристської освіти головне місце займає професіографія – технологія вивчення вимог, які ставить професія в сфері туризму до особистісних якостей, психофізіологічних здібностей людини [2]. Наше звернення до зарубіжного досвіду обумовлене недостатністю досліджень, в яких були б проаналізовані основні моделі навчання провідних зарубіжних шкіл підготовки фахівців для туристської діяльності та методики їх адаптації в українських ЗВО.

Методи дослідження. Теоретичний та порівняльний аналіз міжнародних і національних нормативних документів, матеріалів та інформаційних ресурсів у сфері туризму, а також зарубіжних і вітчизняних наукових джерел, періодичних видань, навчальних програм, планів та посібників.

Результати дослідження. На основі аналізу сучасних зарубіжних наукових джерел та практики професійної підготовки фахівців у сфері активного й пригодницького туризму нами виокремлено сучасний зміст освіти інструкторів з активного туризму, який доцільно структурувати за такими взаємопов'язаними компонентами: теоретико-туристичним, техніко-тактичним, безпековим та ризик-менеджменту, медико-оздоровчим, організаційно-управлінським, психолого-комунікативним, екологічним та сталого розвитку, а також цифровим та інформаційним [1, 3, 4, 6–8].

Теоретико-туристичний компонент передбачає формування системи знань про сутність, види та особливості активного, спортивно-оздоровчого й пригодницького туризму, туристські ресурси та дестинації.

Техніко-тактичний компонент охоплює оволодіння технікою і тактикою проведення активних туристичних подорожей, організацією та проходженням маршрутів, використанням спеціального туристичного спорядження, засобів навігації.

Безпековий компонент спрямований на формування здатності прогнозувати небезпеки, оцінювати та контролювати ризики, забезпечувати безпеку учасників туристичної групи й діяти в нестандартних та аварійних ситуаціях.

Медико-оздоровчий компонент передбачає опанування основ домедичної допомоги, профілактики травматизму, дозування фізичних навантажень та забезпечення здоров'язбереження учасників туристичних подорожей.

Організаційно-управлінський компонент включає підготовку до планування та проведення туристичних походів, формування і управління групою, організації харчування, бівуачних робіт, логістики та ресурсного забезпечення. **Психолого-комунікативний компонент** охоплює розвиток лідерських, комунікативних і командних навичок, здатності мотивувати учасників, управляти груповою динамікою, розв'язувати конфліктні ситуації та приймати рішення відповідно до зміни умов.

Екологічний компонент передбачає формування відповідального ставлення до природного середовища, знань щодо принципів сталого природокористування та здатності мінімізувати негативний вплив туристичної діяльності на природні ресурси. **Інформаційно-цифровий компонент** включає використання GPS-навігації, цифрових карт, геоінформаційних технологій, метеорологічних сервісів та інших цифрових ресурсів для планування, організації та безпечного проведення туристичних маршрутів.

Навчальний курс з туризму у ЗВО зарубіжних країн складається з обов'язкових предметів, об'єм яких становить від 64,2 % до 84,8 % кредитів, факультативних предметів – питома вага яких коливається між 12,3 % і 30,0 % кредитів і дипломних робіт, вага яких становить від 12,5 % до 10,0 % від усіх кредитів. Велика частина навчального процесу в зарубіжних програмах належить практичному навчанню: у Франції обсяг практичного навчання складає 55–65 % усього навчального процесу, у Великобританії – 55 %, в Італії, США – 40 %, в Німеччині – 35–40 %, у Бельгії – 30 %, в Польщі, Данії, Бразилії – 20–25 %; немає чітко організованої виробничої практики студентів тільки в країнах Австралазії та Африканського континенту.

Висновки. Таким чином, зарубіжні дослідники розглядають освітню підготовку у сфері активного туризму як цілісну систему, що поєднує загальнонаукові та професійно орієнтовані дисципліни зі спеціалізованими курсами, спрямованими на формування компетентностей у туристській діяльності. Такий міждисциплінарний підхід забезпечує комплексне розуміння взаємозв'язків між туризмом, спортом, індустрією послуг, людиною та середовищем її перебування.

Джерела та література

1. Bohatyriova G., Overchuk O. Integration of the concept of STEM/STEAM education into the professional training of future specialists in the field of tourism and recreation: opportunities and challenges. *Professional education: methodology, theory and technologies*. 2024. V.10, No2. P. 53–65. https://doi.org/10.69587/PEMTT/2.2024.53
2. CEDEFOP. *Skills developments and trends in the tourism sector*. 2020. https://www.cedefop.europa.eu/en/data-insights/skills-developments-and-trends-tourism-sector#_job_and_skills_demand_in_tourism.
3. Clivaz C., Langenbach M. Organisation and professional development of mountain guides and leaders in tourist regions: The Swiss case compared with the French experience. *Journal of outdoor recreation and tourism*. 2020. Vol. 29. P. 100257.
4. Katsoni V. A multidisciplinary approach to sport tourism education in a digital era. Enlightening Tourism: A Pathmaking Journal. 2017. Vol 7, no 72. P. 2174-548X. https://doi.org/10.33776/et.v7i2.3144.
5. OECD Tourism Trends and Policies 2024. Report. OECD Publishing, 2024. 353 p. https://doi.org/10.1787/80885d8b-en.
6. Pereira E., et al. Experiential learning in sport tourism curriculum: A case study at the University of the Algarve. *Journal of Hospitality, Leisure, Sport & Tourism Education*. 2024. Vol. 35. P. 100510. DOI: 10.1016/j.jhlste. 2024.100510.
7. Sebata E., Niyonsenga C., Mollah M.R.A. *Sport Tourism, Event Tourism, and Accessible Tourism Making Students Be Ready to Grab New Courses*. International Handbook of Skill, Education, Learning, and Research Development in Tourism and Hospitality. 2024. P. 269–286.
8. *Sport Tourism as Driving Force for Destinations' Sustainability*. Sustainability. 2023. Vol. 15, No. 3. 2445. DOI: 10.3390/su15032445.
9. UN Tourism. *Employment and decent work in tourism - ILO and UN Tourism joint project*. 2024. URL: https://www.unwto.org/project/employment-and-decent-work-tourism-ilo-unwto-joint-project.

Секція 9
Становлення і розвиток професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту

ПСИХОЛОГО-СОЦІАЛЬНІ АСПЕКТИ ЗАВЕРШЕННЯ СПОРТИВНОЇ КАР'ЄРИ СПОРТСМЕНІВ-БІАТЛОНІСТІВ

Валентина Воронова[1], Анастасія Астахова[2]

[1] Канд. пед. наук, професор, професор кафедри психології і педагогіки, Національний університет фізичного виховання і спорту України, professor.voronova@gmail.com

[2]Здобувачка вищої освіти другого (магістерського) рівня, Національний університет фізичного виховання і спорту України, orgmamadlianna1998@gmail.com

Вступ. Завершення спортивної кар'єри супроводжується складними як особистісними, так і соціальними процесами, що призводить до глибоких змін у соціальному становищі спортсмена та значуще впливає на його особисте життя (Zhang, 2025). Саме тому науковці зазначають негативний вплив не стільки припинення професійної діяльності, але й зміну в самооцінці, мотиваційній сфері, життєвих орієнтирах і системі цінностей (Haslam, 2024). Соціальний аспект завершення спортивної кар'єри охоплює зміну статусу, соціального оточення, кола контактів і способів соціальної взаємодії. Припинення участі у змагальному процесі часто означає втрату частини соціального та матеріального капіталу, зменшення рівня суспільного визнання та обмеження доступу до звичних ресурсів підтримки (Haslam, 2024). Адаптація стає можливою лише тоді, коли особистісні й соціальні чинники діють у взаємодії: коли бажання і прагнення до нової самореалізації отримують підтвердження з боку соціального середовища, де людина не втрачає почуття значущості (Ronkainen, 2023; Sangalang, 2024). Втрата такого середовища або ослаблення соціальних зв'язків створюють умови для дезадаптації, у якій зникає відчуття контролю над власним життям, а минулий досвід сприймається як непотрібний.

Сучасні реалії спорту дедалі чіткіше вказують на потребу у впровадженні структурованих форм підтримки, які поєднують психологічне консультування, освітні програми та кар'єрне становлення (Hong H. J., Fraser I., 2023). Йдеться не про зовнішній патронаж, а про створення інтелектуального простору, у якому колишній спортсмен здатний віднайти нові напрями самореалізації.

Питання постспортивного переходу виходить за межі психологічної реабілітації окремої особи і торкається ширшої теми соціальної інтеграції. Успішність цього процесу визначається не лише особистісною здатністю до адаптації, а й зрілістю суспільних інституцій, які повинні визнавати цінність спортивного досвіду як ресурсу розвитку. Постспортивна адаптація у такому розумінні – це показник того, наскільки суспільство вміє працювати з людським потенціалом після піку його реалізації.

В процесі дослідження використано наступні *методи:* аналіз і узагальнення наукових джерел; анкетування спортсменів-біатлоністів (авторська анкета); методи описової статистики (підрахунок частоти відповідей, визначення відсоткового співвідношення). В дослідженні взяли участь 50 спортсменів-біатлоністів (Україна та зарубіжні країни, віком від 18 до 40 рр., чоловіки та жінки, спортивний стаж 8-15 років).

Результати дослідження. Велике значення для безболісного виходу із спорту має активна підтримка значущого соціального кола, серед яких 21 % респондентів відносять батьків, тренера та найближчих друзів. Саме тому спортсмени зазначають відсутність значних психологічних труднощів після завершення спортивної кар'єри і пов'язують таку допомогу із успішним її завершенням та переходом до нової професійної діяльності. Вплив соціальних аспектів постспортивного переходу

позначається на тому, що 27 % біатлоністів тривожаться з приводу невизначеності щодо власного майбутнього життя, пов'язаного зі зміною його способу та необхідністю адаптації до нових, часто незвичних для них умов діяльності, з якими вони майже не зустрічалися протягом активної побудови спортивної кар'єри. Така розгубленість та складність прийняття нової соціальної ролі через не розуміння особистого місця в новому соціальному оточенні позначається на зниженні самооцінки (24 %), переживанні депресивного стану (22 %), втрати сенсу життя (19 %), специфічних індивідуальних переживаннях – 8 % біатлоністів.

Хоча проведене дослідження показало, що 62 % випробуваних спортсменів-біатлоністів не відчували нестачі соціальної підтримки з боку родини, друзів або спортивного оточення після завершення професійної діяльності, вказана проблема виявилася суттєвою для 38 % респондентів, які виділили саме труднощі соціального порядку у процесі адаптації до нових умов життя і змушені були для полегшення впливу проблеми звернутися до спортивного психолога.

Частка вкладу соціального оточення в допомозі адаптуватися спортсменам, відповідно до результатів проведеного дослідження наступна: 21 % зазначили, що найбільшу підтримку їм надавали друзі, що підкреслює важливість соціального оточення та неформальних зв'язків у процесі адаптації; 13 % опитаних вказали на підтримку з боку тренера, який часто залишається референтною особою для спортсмена навіть після завершення спортивної діяльності; 9 % респондентів відмітили, що вони не отримували підтримки і тому процес адаптації до нових умов життя був ускладнений. При цьому 78 % випробуваних констатували, що звичне коло їх спілкування або частково, або значно змінилося після завершення спортивної діяльності. Лише 22 % респондентів не відчули ніяких змін, оскільки їм вдалося зберегти звичні попередні соціальні зв'язки, або ж вони вибрали подальшу діяльність знову у сфері спорту. Не можна сказати, що тільки соціальна складова життя спортсменів була для них настільки значущою, що її відсутність різко вплинула на їх нове становище, оскільки тільки 52 % біатлоністів відчули психологічні труднощі після завершення спортивної діяльності, пов'язані з відповідними особистісними аспектами.

Висновки. Після закінчення спортивної кар'єри інтенсивність соціальної взаємодії спортсменів зменшується, звичне коло спілкування поступово звужується, що викликає зниження самооцінки, переживання негативних емоцій, втрату самоідентичності, переживання власної непотрібності через відчуття втрати власного місця у звичному колі спортивної спільноти. Успішна постспортивна адаптація спортсменів-біатлоністів потребує комплексного підходу, поєднання психологічного супроводу, професійної орієнтації, допомогу у визначенні схильності до напрямів подальшого працевлаштування та соціальної підтримки. Врахування зазначених аспектів є важливим не тільки для забезпечення успішного переходу спортсменів до нового етапу життя після завершення спортивної кар'єри, але й збереження їхнього фізичного і психічного здоров'я.

Джерела та література

1. Haslam C., McAulay C., Cooper D., Mertens N., Coffee P., Hartley C., Fransen K. "I'm More Than My Sport": Exploring the Dynamic Processes of Identity Change in Athletic Retirement. *Psychology of Sport and Exercise.* 2024. Vol. 73. P. 102640. URL: https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2024.102640
2. Hong H. J., Fraser I. High-performance athletes' transition out of sport: developing corporate social responsibility. *International Journal of Sport Policy and Politics.* 2023. Vol. 15, no. 4. P. 725–741. URL: https://doi.org/10.1080/19406940.2023.2242877
3. Ronkainen N., Schmid M. J., Hlasová H., Örencik M., Schmid J., Conzelmann A. Closing a chapter? A protocol for a longitudinal mixed methods study on retirement from elite sport. *BMC Psychology*. 2023. Vol. 11. URL: https://doi.org/10.1186/s40359-023-01422-w
4. Sangalang M. Life After Sports: a Career Transition Program for Graduating Collegiate Student-Athletes. *Dissertation Abstracts International.* 2024. URL:https://ir.library.illinoisstate.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=2950&context=etd
5. Zhang Y., Haslam S. A., Haslam C., Steffens N. K. A Badge, a Part of My History and Also a Root: A Longitudinal Qualitative Exploration of the Social Identity Model of Identity Change in Retired Elite Athletes. *British Journal of Social Psychology.* 2025. Vol. 64, no. 3. P. e70005. URL: https://doi.org/10.1111/bjso.70005

ФІЗІОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ КОГНІТИВНОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ В СИСТЕМІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ

Ольга Іванюк[1]

[1] *Кандидат біологічних наук, доцент кафедри здоров'я і фізичної культури, Волинський національний університет імені Лесі Українки, ivanyuk.olha@vnu.edu.ua*

Вступ. Сучасний етап становлення та розвитку професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури та спорту вимагає глибокої інтеграції теоретичних знань із фундаментальними дисциплінами, серед яких ключове місце посідає фізіологія спорту [1; 4]. Фізична активність сьогодні розглядається не лише як фактор формування соматичного здоров'я, а й як потужний модулятор когнітивної працездатності людини [3]. Майбутній тренер чи вчитель фізичної культури має чітко розуміти психофізіологічні механізми (зокрема, функції уваги, пам'яті та швидкість обробки інформації), що активуються під впливом регулярних тренувань. Спортивні ігри виступають як інструмент покращення нейропластичності, оптимізації мозкового кровопостачання та регуляції нейромедіаторних систем, що прямо впливає на когнітивний ресурс особистості [5].

Для формування професійних компетентностей майбутніх фахівців особливе значення має вивчення нейрофізіологічних маркерів когнітивних змін за допомогою електроенцефалографії (ЄЕГ). У фізіології спорту аналіз тета-ритму (4–8 Гц) дозволяє оцінити динаміку ритмічної активності мозку, оскільки цей діапазон тісно пов'язаний із процесами навчання, концентрації уваги, робочої пам'яті та емоційної регуляції. Розуміння динаміки тета-хвиль під час когнітивної діяльності та станів релаксації дає майбутнім спеціалістам наукове підґрунтя для розробки та фізіологічного обґрунтування інноваційних тренувальних програм [2; 5].

Мета дослідження – визначити особливості впливу занять спортивними іграми на когнітивну працездатність людини шляхом аналізу змін психофізіологічних показників та нейрофізіологічних характеристик, зокрема активності тета-діапазону електроенцефалограми, що відображає процеси уваги, пам'яті та концентрації.

Методи дослідження. У нашому експерименті взяли участь 50 здорових праворуких юнаків (за карткою 086/у) віком від 17 до 25 років. Вони були розподілені на дві групи: 25 осіб, які регулярно займаються ігровими видами спорту, та 25 осіб контрольної групи, які ведуть малоактивний спосіб життя.

Електричну активність кори головного мозку досліджували методом когерентного аналізу у тета-діапазоні ЕЕГ за допомогою апаратно-програмного комплексу "НейроКом" (Харків). При записі ЕЕГ активні електроди розміщувались за міжнародною системою 10/20 у дев'ятнадцяти точках на скальпі голови.

Просторовий розподіл ЕЕГ реєстрували у таких тестових ситуаціях: у стані функціонального спокою (фон) з розплющеними та заплющеними очима та при виконанні розумового завдання «Пошук чисел».

Результати дослідження. В експериментальній групі зафіксовано оптимізований характер нейрональних зв'язків порівняно з контрольною. У стані функціонального спокою із заплющеними очима в експериментальній групі, порівняно із групою контролю виявлено різний характер змін когерентності. Встановлено вищі значення показників когерентних зв'язків між латеральною і сагітальною лобовою (F7-Fz) та між сагітальною лобовою із центральною частками (Fz-C3) лівої півкулі КГМ, а нижчі – переважно між задньоасоціативними ділянками кори.

При розплющенні очей у стані спокою ми спостерігали збільшення значимих та високих КОГ зв'язків у обох групах. Разом з тим, ФСРО в експериментальній групі, порівняно із групою контролю, характеризується вищими ($p \leq 0,05$) значеннями показників когерентних зв'язків між лівою передньою, сагітальною й правою задньою лобовими із лівими скроневими частками (Fp1-T5; Fz-T5; F4-T5; F4-T3; Cz-T3) та центральною тім'яною із задньою правою скроневою частками кори головного мозку (Pz-T6), а також і нижчими – між потиличною лівою із сагітальною тім'яною й задньою лівою скроневою частками (O1-P3; O1-T5) та правою потиличною із сагітальною тім'яною частками кори (O2.-Pz).

У експериментальній групі під час виконання тесту «Пошук чисел» на фоні нижчих значень когерентності між задньоасоціативними ділянками кори із залученням правої передньої та задніх лобових часток, відмічено і вищі значення КОГ між лобовими із центральними частками кори (Fz-C3;

Fz-Cz; F4-Cz; F4-C3;). та латеральною лобною із передньою скроневою частками правої півкулі мозку (F8-T4).

Висновки. Впровадження результатів фізіологічних досліджень у процес професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту дозволяє зробити такі узагальнення:

1. Нейрофізіологічний маркер адаптації: просторова організація кори головного мозку в тета-діапазоні ЕЕГ суттєво відрізняється у осіб, які займаються ігровими видами спорту, порівняно з малоактивною групою як у спокої, так і при когнітивній роботі. Це доводить системний вплив занять на ЦНС.

2. Економізація та оптимізація мозкової діяльності: у всіх ситуаціях, окрім спокою із заплющеними очима, експериментальна група демонструвала меншу загальну кількість КОГ-зв'язків на високому рівні, але з чітким посиленням зв'язків у передньоасоціативних (лобних) частках під час тестів. Це свідчить про вищу пластичність мозку та вибіркову, більш ефективну мобілізацію нейрональних ансамблів без надмірного енерговитрачання ЦНС.

3. Практичне значення для майбутніх фахівців: отримані дані збагачують теоретичний базис фізіології спорту та мають бути інтегровані в освітній процес фізкультурних ЗВО. Професійна підготовка майбутнього фахівця має включати вивчення занять спортом не лише як засобу розвитку фізичних якостей, а й як методу цілеспрямованого керування когнітивним потенціалом людини та профілактики розумової втоми.

Джерела та література

1. Земцова І. І. Спортивна фізіологія: навч. посіб. для студентів ВНЗ. Вид. 2-ге, Київ: Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України : Олімпійська література, 2019. 206 с.
2. Іванюк О. А. Особливості біопотенціалів кори головного мозку в тета-діапазоні ЕЕГ у спортсменів (когерентний аналіз). *Вісник Донецького національного університету. Серія А. Природничі науки.* 2008. № 2. С. 392–395.
3. Іванюк О. А., Пантік В. В., Іщук О. А. Моніторинг функціональної активності головного мозку плавців в альфа діапазоні ЕЕГ. *Науковий часопис національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2023. Випуск 3К (162) 23. С. 156–160. https://doi.org/10.31392/NPUnc.series15.2023.04(163)
4. Іщук О. А, Іванюк О. А., Романюк В. П., Митчик О. П.. Олімпійська освіта: сучасний олімпійський рух і символіка як міжнародний соціальний феномен. *«Академічні студії. Серія «Педагогіка».* Вип. 1. 2025. С. 32–38. DOI: https://doi.org/10.52726/as.pedagogy/2025.1.5
5. Hülsdünker T., Ostermann M., & Mierau A. Motion-onset visual potentials evoked in a sport-specific visuomotor reaction task. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 2020. 42(4), P. 280–291.

ГОТОВНІСТЬ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ВПРОВАДЖЕННЯ ЄДИНОБОРСТВ У СТАРШІЙ ШКОЛІ: ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ОПИТУВАНЬ В УКРАЇНІ ТА КАЗАХСТАНІ

Олександр Орлов[1], Лариса Гуніна-Орлова[2]

[1]Кандидат педагогічних наук, доцент, докторант Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, Україна, alexalians007@gmail.com

[2]Доктор біологічних наук, професор, професор кафедри технологій оздоровлення та фізкультурно-спортивної реабілітації Державного податкового університету, Україна, gunina.sport@gmail.com

Вступ. Педагогічно адаптовані елементи єдиноборств мають потенціал для комплексного розвитку рухових здібностей, самоконтролю, дисциплінованості та навичок безпечної поведінки старшокласників. Реалізація цього потенціалу залежить від готовності вчителя поетапно навчати технічних дій, дозувати навантаження, регулювати контакт і запобігати травмонебезпечним ситуаціям [1]. Мета дослідження – порівняти ставлення, самооцінки професійної готовності та організаційні умови впровадження занять єдиноборствами у закладах загальної середньої освіти України та Казахстану.

Методи дослідження. Узагальнено результати анкетування 30 вчителів фізичної культури Казахстану та 11 вчителів України. Анкета охоплювала професійні характеристики, особистий досвід занять єдиноборствами, ставлення до їх використання у старшій школі, бажані формати занять, організаційні умови та потреби в методичній підтримці. За п’ятибальною шкалою оцінено десять складових готовності: теоретичні знання, базову техніку, поетапне навчання, роботу в парах, страхування і самострахування, регулювання контакту, профілактику травм, дозування навантаження, диференціацію завдань та оцінювання навчальних досягнень. Розраховано частоти, відсотки й середні значення (M); через різний обсяг вибірок відмінності інтерпретували як описові тенденції.

Результати дослідження. Доцільність використання єдиноборств в навчальному процесі з фізичного виховання в старшій школі підтримали 90,9 % українських і 80,0 % казахстанських учителів; готовність викладати їх за наявних або додатково створених умов висловили 100,0 % і 86,7 % відповідно (табл. 1).

Таблиця 1

Ключові показники готовності вчителів фізичної культури до впровадження єдиноборств в навчальний процес

Показник	Казахстан	Україна
Особистий досвід занять, %	86,7	63,6
Підтримка доцільності впровадження, %	80,0	90,9
Готовність викладати за відповідних умов, %	86,7	100,0
Узагальнена оцінка готовності, M	4,45	3,76
Базові технічні дії, M	3,37	2,55
Страхування і самострахування, M	4,93	3,82
Наявність гімнастичних матів або спеціального покриття татамі, %	36,7	72,7
Спортивна зала достатньої площі, %	80,0	54,5

Більш тривалий особистий досвід занять єдиноборствами частіше мали респонденти Казахстану − 86,7 % проти 63,6 % в Україні. В обох вибірках перевагу для використання єдиноборств у практиці навчання викладачі фізичної культури надавали системним форматам − варіативному модулю, секційним або факультативним заняттям. Висока декларована готовність водночас пов’язувалася зі спеціальною підготовкою та методичним супроводом

Середня оцінка десяти складових готовності впровадження єдиноборств у навчальний процесі з фізичного виховання в старшій школі становила 4,45 бала у Казахстані та 3,76 бала − в Україні. Найбільші переваги казахської вибірки стосувалися поетапного навчання техніки, страхування і самострахування, профілактики травм та диференціації завдань. Українські вчителі лише дещо вище оцінили визначення навчальних досягнень (4,10 проти 4,00 бала). В обох групах респондентів найслабшою позицією залишалося практичне володіння базовою технікою, особливо в українській

вибірці. Це узгоджується з висновками про залежність шкільних програм єдиноборств від спеціальної компетентності вчителя, методичної підтримки та безпечної організації занять [2].

Профілі ресурсного забезпечення занять в обох вибірках опитуваних відрізнялися. В Україні частіше, порівняно з казахськими школами були наявні гімнастичні мати або спеціальне покриття – татамі (72,7 % проти 36,7 %) та інвентар (63,6 % проти 43,3 %). У Казахстані частіше як необхідну умову для занять зазначали залу достатньої площі (80,0 % проти 54,5 %), можливість розподілу учнів на підгрупи (90,0 % проти 81,8 %) і підтримку адміністрації (76,7 % проти 63,6 %). Казахські вчителі для покращення рівня своїх знань насамперед обирали очні практичні курси (96,6 %), українські − методичний посібник і консультації фахівця (по 90,9 %) та дистанційний курс (81,8 %), що, можливо, пов'язано зі складною соціально-економічною ситуацією в нашій державі на сьогоднішній день.

Очікувані результати від впровадження єдиноборств в навчальний процес з фізичного виховання позитивно оцінювали в обох країнах, але відповіді казахських учителів були більш однорідними. Формування дисциплінованості й відповідальності прогнозували 96,6 %, розвиток координації та самоконтролю − 86,6 %; відсутності позитивного ефекту не очікував жоден респондент, що пов'язано з даними традиціями занять єдиноборствами в країні. В Казахстані боротьба – це не просто вид спорту, це частина культури, побуту, історії народу. Відомо, що казахська національна боротьба Казакша куреш відома мінімум із XVII сторіччя. В Україні ці результати відзначили по 90,9 %, однак 18,2 % учителів не очікували суттєвих результатів.

Висновки. В обох країнах виявлено високу зацікавленість учителів, але різну структуру готовності. Казахська вибірка характеризувалася більшим особистим досвідом і вищими самооцінками технічної, організаційної та безпекової компетентності; українська – вищою готовністю долучитися до викладання та дещо кращою самооцінкою оцінювальної діяльності. Для українських учителів пріоритетними є базова техніка, поетапне навчання, страхування і профілактика травм; для казахстанських – подальше вдосконалення технічної та оцінювальної підготовки. Спільними умовами ефективного впровадження є практичне навчання, методичний і консультаційний супровід та безпечне оснащення занять.

Джерела та література

1. Орлов О. І., Тимошенко О. В. Реалізація методологічних принципів навчання єдиноборствам у процесі фізичного виховання учнів старшої школи. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт).* 2025. Вип. 4(190). С. 132−138. DOI: 10.31392/UDU-nc.series15.2025.04(190).27.
2. Xue S., Ji H., Yang J., Zhao L., Su X. Implementing martial arts education in Chinese schools: Teachers' perspectives on the school martial arts program. *Frontiers in Sports and Active Living.* 2025. Vol. 7. Art. 1699131. DOI: 10.3389/fspor.2025.1699131.
3. Өзіңізге сеніңіз. Қазақстан жекпе-жек өнері қауымдастығы: Білім және спорт. URL: https://www.bilim.expert/

ВКЛАД ВИДАТНИХ УКРАЇНСЬКИХ ВЧЕНИХ У РОЗВИТОК ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Вікторія Романова[1], Жанна Сотник[2]

[1]Кандидат наук з фізичного виховання, доцент, завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання та адаптивної фізичної культури, Приватний вищий навчальний заклад «Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені академіка Степана Дем'янчука», romanova250570@ukr.net

[2]Кандидат наук з фізичного виховання та адаптивної фізичної культури, доцент, завідувач кафедри фізичної культури і спорту, Приватний вищий навчальний заклад «Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені академіка Степана Дем'янчука», ioannapeace@gmail.com

Вступ. Фізичне виховання є невід'ємною складовою освітнього процесу, спрямованою на формування здорової, соціально активної та фізично підготовленої особистості. В Україні становлення і розвиток теорії та методики фізичного виховання має глибокі традиції, що пов'язані з діяльністю видатних учених, які заклали фундамент сучасної наукової школи. Серед них особливе місце займають Богдан Михайлович Шиян, Олександр Сергійович Куц та Тетяна Юріївна Круцевич, чиї наукові праці визначили стратегічні напрями розвитку галузі фізичної культури і спорту.

Методи дослідження: аналіз наукових джерел, порівняльний аналіз, історико-педагогічний методи, системний підхід.

Доктор педагогічних наук, професор Б. М. Шиян – є одним із провідних українських учених у галузі фізичної культури, чиї наукові праці заклали міцний фундамент сучасної системи фізичного виховання школярів та студентської молоді. Його дослідження присвячені формуванню цілісної концепції фізичного виховання, яка поєднує освітні, виховні та оздоровчі аспекти.

Головною науковою заслугою Б. М. Шияна є розробка теоретико-методичних основ саме української національної системи фізичного виховання школярів. У своїх фундаментальних працях він обґрунтував, що фізична культура в школі має бути не просто інструментом виконання нормативів, а повноцінною освітньою дисципліною, яка формує в учнів усвідомлену потребу в руховій активності та здоровому способі життя. Він чітко розмежував та інтегрував базові поняття галузі: «фізична культура», «фізичне виховання», «фізичний розвиток» і «спорт», адаптувавши їх до умов українських закладів освіти [3].

Особливу увагу професор приділяв методиці навчання рухових дій, розробляючи поетапні підходи до їх засвоєння та удосконалення. При цьому наголошуючи, що фізичне виховання має бути не лише засобом розвитку фізичних якостей, а й важливим чинником формування особистості, її моральних та соціальних цінностей. У його працях простежується прагнення інтегрувати фізичну культуру у загальну систему освіти, зробити її рівноправним компонентом освітнього процесу.

Важливим здобутком ученого стала розробка системи контролю та оцінювання фізичної підготовленості учнів, яка враховувала вікові та індивідуальні особливості дітей. Ця система лягла в основу державних програм і нормативів, що використовувалися у школах України. Шиян Б. М. підкреслював необхідність диференційованого підходу до учнів, пропонуючи методи адаптації навчальних завдань відповідно до рівня фізичної підготовленості. Його наукова спадщина включає підручники, навчальні посібники та методичні рекомендації, які й сьогодні залишаються актуальними для вчителів та викладачів фізичної культури. Праці Богдана Шияна сприяли формуванню нової генерації педагогів, які сприймають фізичне виховання як багатогранний процес, що поєднує розвиток рухових навичок, виховання дисципліни та формування здорового способу життя.

Видатний український науковець, фахівець у галузі фізичної культури та спорту, доктор педагогічних наук, професор О. С. Куц здійснив вагомий вклад у формування вітчизняної методології контролю психофізичного стану молоді та підготовку наукових кадрів України. Фундаментальні дослідження науковця були зосереджені на розробці систем комплексного педагогічного контролю та моніторингу фізичного стану різних груп населення. Він одним із перших в Україні почав системно інтегрувати методики оцінки психофізичного потенціалу, фізичної реабілітації студентської молоді у загальний процес фізичного виховання. У своїх працях науковець довів, що ефективність фізичної культури залежить від індивідуального моделювання навантажень, яке має базуватися на дидактичних і психофізіологічних тестах.

Надвисокою практичною заслугою професора є розбудова кадрового потенціалу української фізкультурної науки. Під його безпосереднім науковим керівництвом було підготовлено і захищено

понад 70 кандидатів наук. Його вихованці сьогодні працюють провідними викладачами у багатьох закладах вищої освіти України, продовжуючи розвивати ідеї свого вчителя у сферах рекреації, реабілітації та теорії спорту [2].

Сучасну концепцію оздоровчо-рекреаційної рухової активності започаткувала Т. Ю. Круцевич, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор. Під її керівництвом видано двотомний підручник «Теорія і методика фізичного виховання», який є головним академічним джерелом для студентів та аспірантів України. Автор змістила акцент з нормативно-результативного підходу на оздоровчий, розробивши наукові засади фізичної рекреації та фітнесу для різних груп населення з врахуванням вікових й соціальних чинників. Т. Ю. Круцевич обґрунтувала необхідність диференціації та врахування ґендерних особливостей під час моделювання рухових режимів дітей і підлітків, що лягло в основу сучасних шкільних програм. Вона однією з перших детально розписала закономірності хронічної та термінової адаптації організму до фізичних навантажень у контексті масової фізичної культури [1].

Висновки. Аналіз наукової спадщини Шияна Б. М., Куца О. С. та Круцевич Т. Ю. свідчить, що їхній внесок є фундаментальним для розвитку української теорії та методики фізичного виховання. Вони заклали методичні та концептуальні основи сучасної системи фізичного виховання. Їхні праці забезпечили науково-методичне підґрунтя для освітніх програм різних груп населення. Діяльність учених сприяє формуванню здорової нації та розвитку фізичної культури як соціального явища.

Таким чином, спадщина учених має не лише історичне, а й практичне значення для сучасної освітньої діяльності та розвитку фізичної культури і спорту.

Джерела та література

1. Круцевич Т. Ю., Марченко О. Ю., Пангелова Н. Є. Історичні та організаційно-методичні засади формування гендерного підходу у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді. Київ: НУФВСУ. 2020. Т. 1. 172 с
2. Свістельник І. Куц О. С.: життєвий шлях та науково-педагогічна діяльність. Л. 2015. 19 с.
3. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Тернопіль: Навчальна книга. 2006. 248 с.

ІСТОРИЧНА ТРАНСФОРМАЦІЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ В УКРАЇНІ: ВІД ТРАДИЦІЙНИХ ПІДХОДІВ ДО КОМПЕТЕНТНІСНОЇ МОДЕЛІ

Інна Тхорева[1]

[1] *Викладач кафедри фізичної культури і спорту, Приватний вищий навчальний заклад «Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені академіка Степана Дем'янчука» м. Рівне, Україна innaboryshkevich@gmail.com*

Вступ. Професійна підготовка фахівців з фізичної культури і спорту в Україні формувалася під впливом суспільних потреб, розвитку педагогічної науки, системи вищої освіти та зміни функцій фізичної культури. У працях Л. Сущенко становлення професійної підготовки розглядається в історико-теоретичному контексті розвитку вітчизняної системи професійної освіти [5]. Окремий регіональний зріз цього процесу представлено в дослідженні Р. Проця: на матеріалах Східної Галичини автор простежує розширення змісту підготовки фахівців, зокрема доповнення навчальних планів Львівського інституту фізичної культури у 1960-х роках лікарсько-педагогічним контролем, психологічною підготовкою та спортивним масажем, а у 1980-х – спортивною морфологією, біометрією, економікою й управлінням фізичною культурою [4]. Це засвідчує поступове розширення змісту професійної підготовки та ускладнення вимог до майбутнього фахівця. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю осмислення цієї історичної динаміки в контексті сучасного компетентнісного підходу у вищій освіті.

Мета дослідження – проаналізувати основні напрями історичної трансформації професійної підготовки фахівців з фізичної культури і спорту в Україні та визначити характерні ознаки сучасного компетентнісного етапу.

Методи дослідження. Використано аналіз і узагальнення наукової та науково-методичної літератури, ретроспективний та історико-порівняльний методи, а також аналіз нормативних документів у сфері підготовки фахівців за спеціальністю «Фізична культура і спорт» (017; за чинною номенклатурою – А7).

Результати дослідження. Ретроспективний аналіз дає підстави розглядати розвиток професійної підготовки не як послідовну заміну однієї моделі іншою, а як поступове розширення та інтеграцію її змістових компонентів. Теоретико-методична, практична, педагогічна та медико-біологічна складові посідали важливе місце у підготовці фахівців, водночас зміст освіти доповнювався новими напрямами знань і професійної діяльності [4; 5]. Такі зміни засвідчують поступове розширення змісту професійної підготовки та збільшення кола знань і вмінь, необхідних майбутньому фахівцеві. Водночас історична динаміка професійної підготовки виявлялася не лише у розширенні змісту освіти, а й у поступовому ускладненні професійних завдань фахівця. Поряд із теоретико-методичною та практичною підготовкою дедалі більшого значення набували педагогічна, медико-біологічна й організаційно-управлінська складові. Це створювало передумови для формування більш інтегрованого розуміння професійної готовності майбутнього фахівця.

Важливим етапом сучасної трансформації стало нормативне закріплення компетентнісного підходу. Стандарт вищої освіти за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» для першого (бакалаврського) рівня затверджено наказом Міністерства освіти і науки України від 24 квітня 2019 р. № 567 та введено в дію з 2019/2020 навчального року [2]. Для другого (магістерського) рівня відповідний стандарт затверджено наказом Міністерства освіти і науки України від 11 травня 2021 р. № 516 та введено в дію з 2021/2022 навчального року [3]. У стандартах результати професійної підготовки визначено через систему загальних і спеціальних компетентностей та програмних результатів навчання. Такий підхід посилює орієнтацію освітнього процесу на здатність здобувача інтегрувати й застосовувати набуті знання та вміння у професійній діяльності [2; 3]. Отже, компетентнісний підхід змінює не стільки значення фундаментальних професійних знань, скільки спосіб визначення очікуваного результату підготовки: знання та вміння розглядаються у взаємозв'язку зі здатністю використовувати їх для розв'язання професійних завдань. У цьому простежується наступність між попередніми етапами розвитку професійної освіти та сучасними вимогами до результатів навчання [2; 3].

Сучасні дослідження засвідчують подальше розширення змісту професійної підготовки. С. Черненко та Ю. Сорокін розглядають її організацію через поєднання дисциплін загальної та фахової (професійно-практичної) підготовки [6]. А. Конох та співавтори, аналізуючи підготовку

майбутніх фахівців до фізкультурно-оздоровчої діяльності в сучасних ринкових умовах, наголошують на необхідності поряд із професійними знаннями й уміннями формувати комунікативні, підприємницькі та управлінські компетентності, посилювати практичну спрямованість навчання та взаємодію зі стейкхолдерами [1]. Отже, компетентнісний підхід не заперечує напрацювання попередніх етапів професійної підготовки, а сприяє їх інтеграції з новими вимогами до професійної діяльності фахівця. Таким чином, сучасна модель професійної підготовки формується на основі поєднання накопиченого теоретико-методичного та практичного досвіду з орієнтацією на комплексні результати навчання. Її характерною ознакою є посилення взаємозв'язку між змістом освіти, практичною підготовкою та вимогами майбутньої професійної діяльності.

Висновки. Історична трансформація професійної підготовки фахівців з фізичної культури і спорту в Україні характеризується поступовим розширенням змісту освіти та інтеграцією педагогічної, теоретико-методичної, практичної, медико-біологічної й організаційно-управлінської складових. Сучасний етап пов'язаний із нормативним утвердженням компетентнісного підходу, за якого результати професійної підготовки визначаються не лише набутими знаннями та вміннями, а й здатністю інтегрувати й застосовувати їх у професійній діяльності. Таким чином, утвердження компетентнісного підходу можна розглядати як сучасний етап розвитку професійної освіти у сфері фізичної культури і спорту, що продовжує тенденцію до розширення змісту підготовки та професійного профілю майбутнього фахівця.

Джерела та література

1. Конох А. П., Товстопятко Ф. Ф., Конох А. А., Римик Р. В., Майструк В. В. Особливості професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту до фізкультурно-оздоровчої діяльності в ринкових умовах. *Фізичне виховання та спорт*. 2025. № 1. С. 98–104. DOI: 10.26661/2663-5925-2025-1-12.
2. Про затвердження стандарту вищої освіти за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» для першого (бакалаврського) рівня вищої освіти: наказ Міністерства освіти і науки України від 24.04.2019 № 567.
3. Про затвердження стандарту вищої освіти за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» для другого (магістерського) рівня вищої освіти: наказ Міністерства освіти і науки України від 11.05.2021 № 516.
4. Проць Р. О. Історико-педагогічні етапи становлення професійної підготовки фахівців фізичної культури у Східній Галичині у XX столітті. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2008. Т. 1. С. 231–233.
5. Сущенко Л. П. Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту (теоретико-методологічний аспект) : монографія. Запоріжжя: Запорізький державний університет, 2003. 442 с.
6. Черненко С., Сорокін Ю. Особливості професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання і спорту у закладах вищої освіти. *Молодь і ринок*. 2019. № 2 (169). С. 107–110. DOI: 10.24919/2308-4634.2019.162830.

РОЗВИТОК ВОЛИНСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ДИТЯЧО-ЮНАЦЬКОЇ СПОРТИВНОЇ ШКОЛИ: ІСТОРИЧНИЙ ДОСВІД ТА СУЧАСНІ РЕЗУЛЬТАТИ

Володимир Яловик[1]

[1] *Кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії фізичного виховання та рекреації Волинського національного університету імені Лесі Українки, yalovuk.vt@ukr.net*

Вступ. Фізична культура і спорт є важливими складовими гармонійного розвитку особистості, особливо в дитячому та юнацькому віці. Саме в цей період формуються основи здоров'я, розвиваються фізичні якості, виховуються дисциплінованість, наполегливість, відповідальність та орієнтація на досягнення результату. Важливе місце у системі спортивного виховання молоді посідають дитячо-юнацькі спортивні школи, діяльність яких спрямована на залучення дітей до систематичних занять спортом, організацію навчально-тренувального процесу та підготовку спортивного резерву.

Актуальність дослідження зумовлена необхідністю збереження історичного досвіду функціонування спортивних закладів Волині та визначення їхнього внеску у розвиток регіонального спорту. Особливий інтерес становить діяльність Волинської обласної дитячо-юнацької спортивної школи (ВОДЮСШ), яка має тривалу історію, розвиває різні види спорту та забезпечує підготовку спортсменів високої кваліфікації [1].

Мета дослідження – проаналізувати основні етапи становлення ВОДЮСШ, особливості організації її діяльності та результативність підготовки спортсменів у різних видах спорту.

Методи дослідження. Використано аналіз і узагальнення наукової та навчально-методичної літератури, нормативних документів, архівних та інформаційних матеріалів, статистичних показників діяльності спортивної школи. Застосовувалися методи порівняння, систематизації та математичної обробки кількісних показників.

Результати дослідження. Історія дитячо-юнацької спортивної школи на Волині бере початок із 1946 року. Заклад був розташований на території колишньої кінної бази. Першим директором спортивної школи був Кирило Чорний. На початковому етапі тут розвивалися класична боротьба, фехтування, кульова стрільба, стрибкова акробатика та легка атлетика. У 1952–1960 роках директором школи був фронтовик Костянтин Алєксандров [2].

Важливим етапом розвитку стало 1984 р., коли спортивну школу було реорганізовано у Волинську обласну дитячо-юнацьку спортивну школу. Наступна суттєва організаційна зміна відбулася у 2002 р. Відповідно до рішення Волинської обласної державної адміністрації № 574 від 29.12.2002 р. ВОДЮСШ було переведено із системи освіти у підпорядкування управління з питань фізичної культури і спорту. Це визначило сучасний напрям функціонування закладу як важливого регіонального осередку спортивної підготовки дітей та молоді [3].

Професійну підготовку спортсменів забезпечує тренерсько-викладацький склад, до якого входять старші тренери та тренери з видів спорту. Старші тренери здійснюють організаційно-методичну координацію роботи відділень, контролюють якість навчально-тренувального процесу та результативність підготовки. Тренери безпосередньо проводять навчально-тренувальні заняття, забезпечуючи підготовку спортсменів різного віку та рівня спортивної майстерності. Методичний супровід здійснюють старший інструктор-методист та інструктори-методисти. Фінансове й кадрове забезпечення діяльності закладу покладено на відповідних спеціалістів адміністративного апарату.

Результативність багаторічної роботи ВОДЮСШ характеризується кількістю підготовлених спортсменів високої спортивної кваліфікації.

Аналіз наведених даних свідчить про різнопрофільність і високу результативність діяльності ВОДЮСШ. Найдавнішим видом спорту є легка атлетика, розвиток якої започатковано у 1946 р. За роки роботи відділення підготовлено 3 МСУМК, 4 МСУ та 15 КМСУ. Найбільшу кількість кваліфікованих спортсменів підготовлено у волейболі – 1 МСУМК, 24 МСУ та 187 КМСУ. Це свідчить про сталість традицій та ефективність системи підготовки спортсменів у цьому виді спорту.

Особливо високі результати демонструє спортивна акробатика, яка розвивається у школі з 2004 р. Незважаючи на порівняно короткий період функціонування, у цьому виді спорту підготовлено 6 МСУМК, 13 МСУ та 51 КМСУ. За кількістю майстрів спорту України міжнародного класу спортивна акробатика є найрезультативнішим серед представлених у таблиці напрямів. Значний внесок у підготовку спортивного резерву здійснюють також гандбол, баскетбол, фехтування та спортивна гімнастика.

Таблиця 1

Результати підготовки спортсменів у ВОДЮСШ

Вид спорту	Рік заснування	МСУМК	МСУ	КМСУ
Волейбол	1983	1	24	187
Гандбол	1980	–	6	44
Легка атлетика	1946	3	4	15
Спортивна акробатика	2004	6	13	51
Баскетбол	1983	1	–	10
Фехтування	1980–2003	–	1	10
Спортивна гімнастика	1970–2003	–	2	11
Разом	–	**11**	**50**	**328**

Примітка. *МСУМК – майстер спорту України міжнародного класу; МСУ – майстер спорту України; КМСУ – кандидат у майстри спорту України.*

Спортивно-масова діяльність ВОДЮСШ охоплює навчально-тренувальні заняття, участь вихованців у змаганнях різного рівня, спортивні заходи та інші форми популяризації фізичної культури і спорту. Вона спрямована не лише на досягнення високих спортивних результатів, а й на формування у дітей та молоді потреби в систематичній руховій активності, дисциплінованості, командній взаємодії та здоровому способі життя.

Висновки. Волинська обласна дитячо-юнацька спортивна школа має значний історичний досвід та є важливим осередком розвитку дитячо-юнацького спорту в регіоні. Від започаткування діяльності у 1946 р. школа пройшла декілька етапів організаційного становлення та сформувала систему підготовки спортсменів у різних видах спорту. Підготовка 11 МСУМК, 50 МСУ та 328 КМСУ свідчить про високу результативність роботи закладу. Найбільш вагомі результати спостерігаються у волейболі, легкій атлетиці та спортивній акробатиці. Подальший розвиток ВОДЮСШ доцільно пов’язувати з удосконаленням навчально-тренувального процесу, модернізацією матеріально-технічної бази, упровадженням сучасних методик підготовки та розширенням спортивно-масової роботи з дітьми і молоддю.

Джерела та література

1. Волинська обласна рада. *Спортивні заклади: Дитячо-юнацька спортивна школа*. Офіційна сторінка ОДЮСШ. Матеріали засідання Волинської обласної ради від 15.04.2024
2. Волинська обласна рада. *ВОДЮСШ: 55 років здобутків і перемог*. 2024. Матеріал до 55-річчя ВОДЮСШ . Офіційна публікація від 18 грудня 2024 року**.**
3. Волинська обласна дитячо-юнацька спортивна школа. Інформаційні та статистичні матеріали діяльності закладу.

Секція 10
Європейські цінності та політика у сфері фізичної культури і спорту: історичний розвиток і сучасні трансформації

ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ У ШВЕЦІЇ

Юлія Борисова[1], Ярослав Кравчук[2]

[1]Кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, доцент кафедри фізичної культури і спорту, Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені Степана Дем'янчука, м. Рівне, Україна, yliaborisova77@gmail.com

[2]Кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри фізичної культури і спорту, Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені Степана Дем'янчука, м. Рівне, Україна, yaroslaw45655@gmail.com

Вступ. Фізична культура і спорт є важливою складовою суспільного життя, оскільки сприяють зміцненню здоров'я населення, фізичному та соціальному розвитку особистості, формуванню активного способу життя й інтеграції людей у суспільство. Особливий інтерес у цьому контексті становить досвід Швеції, де фізична культура та спорт протягом тривалого історичного періоду формувалися під впливом освітніх, соціальних, політичних і культурних процесів.

Швецька модель розвитку фізичної культури характеризується поєднанням шкільної фізичної освіти, добровільного спортивного руху, державної та муніципальної підтримки, а також значною роллю громадських спортивних організацій.

Аналіз праць Йогана Норберга [3, 4], Магнус Феррі, Джейн Мекбак та Гокан Ларссон [2], Єва Олофссон [5] та інші свідчить, що розвиток фізичної культури і спорту у Швеції був результатом тривалого взаємодії освіти, державної політики, громадських організацій, спортивного руху та змін у суспільстві. Дослідники сходяться на тому, що шведська модель пройшла шлях від домінування гімнастичної системи Лінга до сучасної багатофункціональної системи, у якій фізична активність розглядається як складова здорового способу життя, освіти та соціальної інтеграції.

Актуальність дослідження особливостей розвитку фізичної культури і спорту у Швеції зумовлена можливістю виявити ефективні механізми організації спортивної діяльності, взаємодії держави, освітніх установ і громадських організацій, а також визначити особливості залучення дітей та молоді до фізичної активності. Досвід Швеції може бути корисним для вдосконалення системи фізичного виховання та спортивної політики в Україні.

Метою роботи є аналіз особливостей становлення та сучасного розвитку фізичної культури і спорту у Швеції.

Методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури та інтернет ресурсів, метод узагальнення, аналізу та синтезу.

Результати дослідження. Важливим етапом розвитку спорту у Швеції стало створення у 1903 році Шведської спортивної конфедерації (Riksidrottsförbundet), яка об'єднала спортивні організації країни [4, 5]. Це дозволило координувати діяльність спортивних клубів на загальнодержавному рівні і сприяло формуванню єдиної системи управління спортом у країні.

Одним із перших і найважливіших напрямів стала координація діяльності спортивних клубів. Створення у 1903 році Svenska gymnastik- och idrottsföreningarnas riksförbund, згодом перейменованого на Riksidrottsförbundet (RF) об'єднала місцеві клуби та сприяла формуванню спеціалізованих структур за окремими видами спорту, які у 1904 році були реорганізовані у спортивні федерації.

Потім були введені єдині правила та принципи проведення змагань та визначення єдиних вимог до участі спортсменів з дотриманням аматорських принципів. Важливим аспектом стало формування механізмів розгляду спірних питань і контролю за дотриманням встановлених норм.

У 1904 році секції були перетворені на спеціалізовані спортивні федерації. Серед перших: легка атлетика; велосипедний спорт; футбол; фехтування; гольф; гімнастика; каное; веслування; плавання; ковзанярський спорт. Федерація з виду спорту стала проміжною ланкою між спортивними клубами та загальнонаціональною спортивною організацією [5]

На початку XX століття спортивний рух не мав стабільної державної фінансової підтримки, однак згодом його суспільне значення було визнане державою тому після Олімпійських ігор 1912 року було запроваджено регулярне державне фінансування. Це сприяло подальшому розвитку спортивної інфраструктури та організаційної системи спорту [1]

У момент створення RF у 1903 році спортивний рух ще був відносно невеликим: організація включала лише 35 клубів і близько 2000 членів. Проте вже до 1905 року кількість клубів зросла приблизно до 100, а до 1914 року RF об'єднувала близько 600 клубів і 63 000 членів. Це свідчить про швидке розширення організованого спорту [5] Тобто механізм був приблизно таким: організація клубів → створення федерацій → проведення регулярних змагань → поширення клубного руху → залучення більшої кількості населення.При цьому дослідники зазначають, що шведський спортивний рух поступово поширювався за межі великих міст і охоплював ширші соціальні групи.

Спочатку шведський спортивний рух значною мірою розвивався як рух дорослих. Дитячий та молодіжний спорт набував значно більшого значення поступово. Сьогодні Riksidrottsförbundet прямо визначає дитячий та молодіжний спорт як один із важливих напрямів своєї діяльності й наголошує на тому, що діти та молодь мають отримувати можливість займатися спортом протягом тривалого часу.

Висновки. Отже, розвиток фізичної культури і спорту у Швеції відбувався поступово під впливом гімнастичної системи Пера Генріка Лінга, розвитку спортивних клубів і федерацій та державної підтримки. Створення у 1903 році Riksidrottsförbundet сприяло координації спортивного руху, упорядкуванню змагальної діяльності та розширенню доступу населення до спорту.

Шведський досвід є важливим для України, оскільки демонструє необхідність взаємодії держави, спортивних організацій, освітніх закладів і місцевих громад. В умовах реформування мережі дитячо-юнацьких спортивних шкіл особливого значення набуває збереження доступної спортивної інфраструктури. Скорочення або закриття таких закладів без створення рівноцінної альтернативи може обмежити можливості дітей для регулярних занять спортом. Тому для України доцільним є використання шведського досвіду щодо підтримки дитячо-юнацького та масового спорту, спортивних клубів, тренерів і відповідної інфраструктури.

Джерела та література

1. Föreningsfostran och tävlingsfostran: en utvärdering av statens stöd till idrotten. Statens offentliga utredningar 2008:59. Stockholm, 2008. Офіційний сайт уряду Швеції. URL: https://www.government.se/
2. Lindroth J., Norberg J. R. Ett idrottssekel: Riksidrottsförbundet 1903–2003. Stockholm : Informationsförlaget, 2002. 479 s. URL: LIBRIS – Ett idrottssekel : Riksidrottsförbundet 1903-2003 | Libris
3. Norberg J. R. A contract reconsidered? Changes in the Swedish state's relation to the sports movement. International Journal of Sport Policy and Politics. 2011. Vol. 3, No. 3. P. 311–325. DOI: 10.1080/19406940.2011.596157.
4. Norberg J. R. Idrottens väg till folkhemmet: studier i statlig idrottspolitik 1913–1970. Stockholm: SISU Idrottsböcker, 2004. 491 s.
5. Riksidrottsförbundet. Idrottsrörelsens utveckling. URL: https://www.rf.se/riksidrottsmuseum/idrottshistoria/idrottens-utveckling-i-sverige/idrottsrorelsens-utveckling

ЛІТНЯ ШКОЛА EUSPORT ЯК ФОРМАТ БАГАТОРІВНЕВОЇ ДОСЛІДНИЦЬКОЇ ПІДГОТОВКИ ЗДОБУВАЧІВ У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

Світлана Індика[1], Анатолій Цьось[2], Яцек Вонсік[3]

[1]Доктор наук з фіз. вих., доцент, завідувач кафедри фітнесу та циклічних видів спорту, Волинський національний університет імені Лесі Українки, indyka.svitlana@vnu.edu.ua;

[2]Доктор наук з фіз. вих., професор, ректор, Волинський національний університет імені Лесі Українки, tsos.anatoliy@vnu.edu.ua;

[3]Доктор габілітований, професор, директор Інституту наук про фізичну культуру Collegium Medicum Університету імені Яна Длугоша в Ченстохові (Польща), j.wasik@ujd.edu.pl

Вступ. Сучасна підготовка фахівців у сфері фізичної культури і спорту потребує поєднання професійно орієнтованих знань із дослідницькими компетентностями, здатністю використовувати стандартизовані інструменти оцінювання, критично інтерпретувати отримані дані та застосовувати результати досліджень у майбутній професійній діяльності. Актуальність такого підходу посилюється в умовах європейської інтеграції України, що передбачає орієнтацію освітнього процесу на сучасні європейські напрями розвитку спорту, фізичної активності та здоров'язбереження.

Сучасний Робочий план Європейського Союзу зі спорту на 2024–2027 рр. серед пріоритетів визначає доброчесність і цінності у спорті, соціально-економічний та сталий виміри спорту, а також участь населення у спорті й оздоровчій фізичній активності [1]. У документах ЄС також наголошено на інтеграції спорту й фізичної активності в освітній контекст, включно з вищою освітою та навчанням упродовж життя [2].

У межах Erasmus+ Jean Monnet Module EU Sport Policy (EUSport), одним із форматів реалізації цих підходів стала літня школа для здобувачів бакалаврського, магістерського та аспірантського рівнів факультету фізичної культури, спорту та здоров'я Волинського національного університету імені Лесі Українки. Програма передбачає поєднання європейських студій, політики ЄС у сфері спорту, методології досліджень фізичної активності та здоров'я і практичної фізкультурно-спортивної діяльності [5]. Концепція EUSport окремо передбачає залучення молоді до подальших досліджень політики ЄС у сфері спорту й фізичного виховання.

Мета дослідження – обґрунтувати освітньо-дослідницький потенціал літньої школи EUSport як формату багаторівневої підготовки здобувачів бакалаврського, магістерського та аспірантського рівнів у сфері фізичної культури і спорту.

Методи дослідження. Використано аналіз і систематизацію програмних та навчально-методичних матеріалів EUSport, структурно-функціональний аналіз, педагогічне моделювання та узагальнення. Аналізували зміст навчальних компонентів, методологічний інструментарій, диференціацію завдань відповідно до рівня вищої освіти та взаємозв'язок теоретичної, дослідницької й практичної складових.

Результати дослідження. У змісті літньої школи можна виокремити три взаємопов'язані напрями. Перший – *контекстуально-аналітичний*, що охоплює політику Європейського Союзу у сфері спорту, процеси європейської інтеграції, соціально-економічний та екологічний виміри спорту, інновації, цифровізацію, сталий розвиток і кризову стійкість спортивного сектору. Таке змістове наповнення корелює з актуальними пріоритетами спортивної політики ЄС [1; 2].

Другий напрям – *методологічний*. Він передбачає ознайомлення здобувачів із конкретними інструментами, які можуть використовуватися у кваліфікаційних і дисертаційних дослідженнях. У програмних матеріалах EUSport передбачено роботу з International Physical Activity Questionnaire (IPAQ), інструментами оцінювання мотивації до фізичної активності, опитувальником SF-36 та засобами оцінювання пріоритетів здоров'я в умовах карантинних, воєнних та інших обмежень.

Використання IPAQ у програмі є методологічно обґрунтованим, оскільки цей інструмент розроблено для міжнародного моніторингу фізичної активності; його надійність і валідність досліджено у вибірках із 12 країн [3]. SF-36 дає можливість оцінювати пов'язаний зі здоров'ям стан за фізичними, соціальними та психоемоційними компонентами й широко використовується у клінічних та популяційних дослідженнях [4].

Третій напрям – *практико-дослідницький*, що пов'язує академічне навчання з фізичною активністю та командною взаємодією. Концепція літньої школи EUSport передбачає інтегровані спортивні активності з урахуванням етичних, екологічних і сталих спортивних практик. Це дозволяє розглядати

практичну діяльність не лише як форму фізичної активності, а й як середовище для постановки дослідницьких питань, педагогічного спостереження та апробації окремих методів оцінювання [5].

Важливою особливістю літньої школи є диференціація дослідницьких завдань залежно від освітнього рівня здобувачів. Для бакалаврів доцільним є акцент на базових принципах роботи з науковою інформацією, стандартизованими опитувальниками та первинними даними. Для магістрів – на плануванні прикладного дослідження, обґрунтуванні вибору методів, аналізі та інтерпретації результатів. На аспірантському рівні пріоритетними стають формування дизайну дослідження, критичний аналіз валідності й обмежень інструментарію та інтеграція отриманих методологічних знань у власне дисертаційне дослідження.

Спільна участь здобувачів трьох рівнів освіти створює додаткові можливості для академічної взаємодії та обміну дослідницьким досвідом. Бакалаври отримують можливість ознайомитися з логікою більш складного дослідження, магістри – поглибити навички самостійного наукового пошуку, а аспіранти – апробувати здатність до аргументації методологічних рішень і наукової комунікації.

Висновки. Літня школа EUSport є перспективним форматом багаторівневої дослідницької підготовки здобувачів бакалаврського, магістерського та аспірантського рівнів факультету фізичної культури, спорту та здоров'я Волинського національного університету імені Лесі Українки. Її особливістю є поєднання європейського контексту розвитку спорту з опануванням конкретних методів та стандартизованих інструментів дослідження фізичної активності й якості життя. Диференціація змісту відповідно до освітнього рівня забезпечує поступовий перехід від ознайомлення з методами дослідження до самостійного проєктування та методологічного обґрунтування наукової роботи. Спільне освітньо-дослідницьке середовище бакалаврів, магістрів і аспірантів сприяє академічній комунікації, обміну досвідом, формуванню критичного мислення та дослідницької самостійності. Перспективним напрямом є емпіричне оцінювання змін дослідницьких компетентностей учасників за результатами проходження програми літньої школи.

Джерела та література

1. Resolution of the Council and of the Representatives of the Governments of the Member States meeting within the Council on the European Union Work Plan for Sport (1 July 2024 – 31 December 2027). *Official Journal of the European Union*. 2024. C/2024/3527.
2. Conclusions of the Council and of the Representatives of the Governments of the Member States meeting within the Council on an integrated approach to sport and physical activity in the education context. *Official Journal of the European Union*. 2025. C/2025/2987.
3. Craig C. L., Marshall A. L., Sjöström M. et al. International Physical Activity Questionnaire: 12-Country Reliability and Validity. *Medicine & Science in Sports & Exercise*. 2003. Vol. 35, No. 8. P. 1381–1395. DOI: 10.1249/01.MSS.0000078924.61453.FB.
4. Ware J. E. Jr., Sherbourne C. D. The MOS 36-item Short-Form Health Survey (SF-36). I. Conceptual Framework and Item Selection. *Medical Care*. 1992. Vol. 30, No. 6. P. 473–483. PMID: 1593914.
5. Erasmus+ Jean Monnet Module EU Sport Policy (EUSport). Project No. 101126628, ERASMUS-JMO-2023-HEI-TCH-RSCH. *Project Description and Course Syllabi*.

ЦІННІСНО-НОРМАТИВНА ТРАНСФОРМАЦІЯ СПОРТИВНОЇ ПОЛІТИКИ ЄС ТА ЇЇ ОСВІТНЯ ІМПЛЕМЕНТАЦІЯ В ПРОЄКТІ EUSPORT

Світлана Індика[1], Анатолій Цьось[2], Яцек Вонсік[3]

[1]Доктор наук з фіз.вих., доцент, завідувач кафедри фітнесу та циклічних видів спорту, Волинський національний університет імені Лесі Українки, indyka.svitlana@vnu.edu.ua;

[2]Доктор наук з фіз.вих., професор, ректор, Волинський національний університет імені Лесі Українки, tsos.anatoliy@vnu.edu.ua;

[3]Доктор габілітований, професор, директор Інституту наук про фізичну культуру Collegium Medicum Університету імені Яна Длугоша в Ченстохові (Польща), j.wasik@ujd.edu.pl

Вступ. Сучасний етап розвитку фізичної культури і спорту в європейському просторі характеризується поступовою трансформацією уявлень про суспільну функцію спорту. Поряд із традиційними завданнями організації спортивної діяльності дедалі більшого значення набувають проблеми доброчесності, рівності, інклюзії, недискримінації, соціальної відповідальності, сталого розвитку, оздоровчої фізичної активності та демократичного врядування. У цьому контексті спортивна політика Європейського Союзу формується як багаторівнева система нормативних, ціннісних, соціальних та освітніх орієнтирів, що визначають місце спорту в сучасному європейському суспільстві.

Особливої актуальності зазначені процеси набувають для України в умовах європейської інтеграції. Йдеться не лише про імплементацію окремих нормативних положень чи організаційних моделей, а про формування відповідного ціннісного, освітнього та професійного середовища. Саме на такому підході ґрунтується міжнародний проєкт Erasmus+ Jean Monnet Module EU Sport Policy (EUSport), спрямований на поширення знань про політику ЄС у сфері спорту та фізичної активності серед студентів, викладачів, тренерів, спортсменів, професіоналів спортивної сфери та інших цільових груп.

Мета дослідження – охарактеризувати основні напрями ціннісно-нормативної трансформації спортивної політики Європейського Союзу та визначити механізми її освітньої імплементації у змісті проєкту Erasmus+ Jean Monnet Module «EU Sport Policy».

Методи дослідження. Використано аналіз і систематизацію програмних та навчально-методичних матеріалів проєкту EUSport, структурно-функціональний і порівняльний аналіз, а також метод концептуального узагальнення. Аналітичними категоріями визначено: європейські цінності у спорті; доброчесність та недискримінацію; соціально-економічний і екологічний виміри спорту; участь у спорті та оздоровчій фізичній активності; інновації й цифровізацію; кризову стійкість спортивного сектору; формування євроінтеграційної компетентності фахівців.

Результати дослідження. Аналіз змісту EUSport засвідчив, що концепція проєкту відображає сучасну логіку розвитку спортивної політики ЄС через інтеграцію кількох взаємопов'язаних змістових напрямів: європейських студій; доброчесності та цінностей у спорті; соціально-економічного й екологічного вимірів спорту; сприяння участі у спорті та фізичній активності. У навчальних курсах передбачено вивчення процесів європейської інтеграції та співпраці ЄС із країнами-кандидатами, європейських цінностей у спорті, політик та ініціатив ЄС у сфері спорту і фізичного виховання, інновацій та цифровізації, зеленого і сталого спорту, інвестицій у спорт і фізичну активність, а також відновлення та кризової стійкості спортивного сектору.

Ціннісне ядро проєкту становлять принципи рівності, інклюзії, недискримінації, антирасизму, відкритості, толерантності та використання спорту як засобу миру й соціальної взаємодії. У такому розумінні європейські цінності виступають не декларативними положеннями, а критеріями організації освітньої, професійної та спортивної діяльності.

Важливою характеристикою EUSport є диференціація освітнього впливу залежно від цільових груп. Проєкт охоплює студентів бакалаврського, магістерського та докторського рівнів, викладачів, тренерів, спортсменів, професіоналів у сфері спорту, волонтерів та інших представників спортивного середовища. Це дає підстави розглядати його не лише як освітній модуль із вивчення політики ЄС, а як механізм міждисциплінарного поширення європейської компетентності у сфері фізичної культури і спорту.

У результаті концептуального аналізу можна виокремити послідовний механізм трансляції європейської спортивної політики в освітнє середовище: «цінності – знання – компетентності – професійна практика». На першому рівні відбувається усвідомлення принципів рівності, доброчесності,

інклюзії та соціальної відповідальності; на другому – засвоєння знань щодо інституційних і політичних засад діяльності ЄС у сфері спорту; на третьому – формування здатності критично аналізувати сучасні проблеми фізичної культури і спорту; на четвертому – застосування відповідних підходів у професійній, освітній і науковій діяльності.

Зміст силабусів підтверджує таку логіку: поряд із базовими знаннями про Європейський Союз передбачено формування здатності критично осмислювати проблеми фізичної культури і спорту, використовувати результати досліджень у практичній діяльності та реалізовувати ініціативи, пов'язані з європейською інтеграцією України.

Водночас особливість сучасної трансформації спортивної політики полягає в розширенні її предметного поля. До традиційних питань розвитку спорту додаються цифровізація, екологічна сталість, інвестиційна політика, підтримка психічного і фізичного здоров'я та здатність спортивного сектору функціонувати в умовах криз. У силабусах EUSport ці компоненти представлені окремими навчальними темами, зокрема «Інновації та цифровізація», «Зелений та сталий розвиток спорту», «Інвестиції в спорт і фізичну активність», «Посилення відновлення та кризової стійкості спортивного сектору під час та після війни».

Отже, трансформація європейської спортивної політики може розглядатися як перехід від вузького регулювання спортивної сфери до інтегрованої моделі, у якій спорт пов'язується із суспільним здоров'ям, освітою, соціальною інтеграцією, сталим розвитком, технологічними змінами та демократичними цінностями. Для України такий підхід є важливим з погляду адаптації національного спортивного середовища до європейських принципів і практик.

Висновки. Сучасна спортивна політика Європейського Союзу характеризується посиленням її ціннісного, соціального та міжсекторального характеру. Доброчесність, рівність, інклюзія, недискримінація, сталість, доступність фізичної активності та суспільна відповідальність формують концептуальну основу сучасного європейського підходу до спорту. Зміст міжнародного проєкту Erasmus+ Jean Monnet Module EUSport відображає зазначену трансформацію та забезпечує її перенесення у площину освіти й професійної підготовки. Запропонована логіка «цінності – знання – компетентності – професійна практика» може розглядатися як методологічна модель імплементації принципів спортивної політики ЄС у систему професійної підготовки та підвищення кваліфікації фахівців сфери фізичної культури і спорту. Перспективним напрямом подальших досліджень є емпіричне оцінювання змін рівня знань, європейської обізнаності та професійних компетентностей різних цільових груп у процесі реалізації освітніх компонентів EUSport.

Джерела та література

1. European Union. Official website of the European Union.
2. European Commission. *EU Physical Activity Guidelines. Recommended Policy Actions in Support of Health-Enhancing Physical Activity*. Brussels.
3. European Commission. *European Union Work Plan for Sport 2021–2024*.
4. European Commission. *The European Green Deal*. Brussels.
5. World Health Organization. *Physical Activity Strategy for the WHO European Region 2016–2025*. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe.
6. Erasmus+ Jean Monnet Module EU Sport Policy (EUSport). Project No. 101126628, ERASMUS-JMO-2023-HEI-TCH-RSCH. Course Syllabi «The EU Sport Policy».

ТРАНСФОРМАЦІЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ В УМОВАХ РОЗВИТКУ АДАПТИВНОГО СПОРТУ: ЄВРОПЕЙСЬКИЙ ДОСВІД

Світлана Мироненко[1], Євгенія Шостак[2]

[1]Кандидат біологічних наук, доцент кафедри медико-біологічних дисциплін і фізичного виховання, декан факультету фізичного виховання та спорту, Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка, myronenko@gsuite.pnpu.edu.ua

[2]Кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теоретико-методичних основ викладання спортивних дисциплін, Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка, yevheniia@gsuite.pnpu.edu.ua

Вступ. Сучасний розвиток фізичної культури і спорту в країнах Європи характеризується посиленням тенденцій до інклюзивності, доступності та забезпечення рівних можливостей для участі осіб з інвалідністю у фізкультурно-спортивній діяльності. Рада Європейського Союзу визначає доступ людей з інвалідністю до спорту як важливу складову реалізації їхніх прав, соціальної інтеграції та подолання бар'єрів участі [1]. У цьому контексті адаптивний спорт набуває значення не лише як напрям спортивної діяльності, а як складова реабілітаційного, соціального та освітнього середовища.

Розвиток адаптивного спорту актуалізує проблему професійної підготовки фахівців, здатних забезпечувати безпечну, індивідуалізовану та науково обґрунтовану рухову активність осіб із різними функціональними можливостями. Для фахівця з фізичної реабілітації це означає розширення професійних функцій: від відновлення порушених функцій до сприяння фізичній активності, участі людини та її інтеграції у суспільне життя. Сучасні підходи до участі осіб з інвалідністю у спорті передбачають взаємодію сфер здоров'я, спорту й освіти та послідовний перехід від індивідуальної підготовки до рекреаційного, командного і змагального спорту [2].

Методи дослідження. Використано аналіз і узагальнення наукової літератури та нормативно-концептуальних документів Європейського Союзу і Всесвітньої організації охорони здоров'я; порівняльний аналіз сучасних підходів до професійної підготовки та компетентнісного забезпечення реабілітаційної діяльності; систематизацію отриманих результатів крізь призму принципу наступності професійної освіти.

Результати дослідження. Аналіз сучасних європейських тенденцій засвідчує, що адаптивний спорт розвивається як міждисциплінарна сфера на перетині фізичної культури, спорту, реабілітації, освіти та соціальної інтеграції. Відповідно, професійна діяльність фахівця має передбачати не тільки володіння методиками фізичної реабілітації, а й готовність адаптувати рухову та спортивну активність до індивідуальних можливостей людини.

Важливим орієнтиром для трансформації професійної підготовки є компетентнісний підхід. У Rehabilitation Competency Framework Всесвітньої організації охорони здоров'я компетентність розглядається через систему знань, умінь, професійної поведінки та цінностей, необхідних для якісного здійснення реабілітаційної діяльності. При цьому запропонована рамка може бути адаптована до різних професій, спеціалізацій та освітніх контекстів [3]. Методичні рекомендації ВООЗ щодо розроблення освітніх програм передбачають послідовне визначення компетентностей, результатів навчання, змісту підготовки та способів їх оцінювання [4].

Застосування зазначених підходів у підготовці майбутніх фахівців з фізичної реабілітації передбачає формування комплексу компетентностей, необхідних для професійної діяльності у сфері адаптивного спорту. До них доцільно віднести здатність оцінювати функціональний стан і потреби людини; визначати цілі фізкультурно-спортивної та реабілітаційної діяльності; адаптувати фізичні вправи, спортивні техніки й умови їх виконання; забезпечувати безпеку рухової активності; здійснювати міжпрофесійну взаємодію; комунікувати з особою та її найближчим оточенням; використовувати сучасні технології та здійснювати безперервний професійний розвиток.

Потреба в оновленні професійної підготовки підтверджується й дослідженнями європейського досвіду. Зокрема, дослідження підготовки тренерів Special Olympics Portugal показало важливість поєднання формального та неформального навчання для формування професійної готовності до роботи в адаптивному спорті [5]. Це дає підстави стверджувати, що професійна компетентність у зазначеній сфері не може формуватися лише в межах окремої навчальної дисципліни, а потребує системного поєднання теоретичної, практичної та професійно орієнтованої підготовки.

У цьому контексті особливого значення набуває принцип наступності професійної підготовки. Його реалізація передбачає взаємозв'язок змісту, форм і результатів навчання на різних етапах професійного становлення, поступове ускладнення професійних завдань та послідовну інтеграцію теоретичних знань із практичним досвідом. На початковому етапі доцільним є формування базових знань про інвалідність, адаптивну фізичну культуру та принципи інклюзивного спорту; на наступних етапах – оволодіння методами оцінювання, адаптації рухової активності та проєктування індивідуальних програм; під час практичної підготовки – формування здатності самостійно застосовувати набуті компетентності у реальних професійних ситуаціях.

Водночас сучасні моделі участі осіб з інвалідністю у спорті наголошують на необхідності координації діяльності фахівців різних галузей. SPORTS Participation Framework розглядає спортивний шлях людини як послідовність етапів – від індивідуальної підготовки та роботи з фахівцем до рекреаційного, командного й високорівневого спорту [2]. Це посилює значущість наступності не лише в освітньому процесі, а й у професійній взаємодії та супроводі людини на різних етапах її спортивної активності.

Висновки. Європейські тенденції розвитку адаптивного спорту зумовлюють трансформацію вимог до професійної підготовки фахівців з фізичної реабілітації. Її пріоритетними характеристиками мають стати компетентнісна орієнтація, практична спрямованість, міждисциплінарність, індивідуалізація та наступність. Принцип наступності забезпечує поетапне формування професійної готовності – від засвоєння базових знань до здатності самостійно проєктувати й реалізовувати адаптовані програми фізкультурно-спортивної та реабілітаційної спрямованості. Перспективним напрямом подальших досліджень є теоретичне обґрунтування та експериментальна перевірка моделі наступності професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної реабілітації до діяльності у сфері адаптивного спорту.

Джерела та література

1. Council of the European Union. Conclusions of the Council and of the Representatives of the Governments of the Member States meeting within the Council on Access to sport for persons with disabilities. *Official Journal of the European Union*. 2019. C 192. P. 18–22.
2. Clutterbuck G. L., Sousa Junior R. R. The SPORTS Participation Framework: illuminating the pathway for people with disability to enter into, participate in, and excel at sport. *Brazilian Journal of Physical Therapy*. 2024. Vol. 28, Issue 3. 101081. DOI: 10.1016/j.bjpt.2024.101081.
3. World Health Organization. *Rehabilitation Competency Framework*. Geneva: World Health Organization, 2021. 52 p. ISBN 978-92-4-000828-1.
4. World Health Organization. *Using a contextualized competency framework to develop rehabilitation programmes and their curricula: a stepwise guide for programme and curriculum developers*. Geneva: World Health Organization, 2021. 32 p. ISBN 978-92-4-001657-6.
5. Pires P., Batista M., Marinho D. A., Antúnez A., Mesquita H., Ibáñez S. J. Training and Profile of Special Olympics Portugal Coaches: Influence of Formal and Non-Formal Learning. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2021. Vol. 18, No. 12. 6491. DOI: 10.3390/ijerph18126491.

ПЕРЕДУМОВИ СТАНОВЛЕННЯ СИСТЕМ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ ТА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В ЄВРОПІ

Наталія Москаленко[1], Ксенія Мацола[2], Тетяна Сидорчук[3]

[1]Доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, заступник директора ННІ «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту» Українського державного університету науки і технологій, moskalenkonatali2016@gmail.com

[2]Доктор філософії з фізичної культури та спорту, ННІ «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту» Українського державного університету науки і технологій, kozlovska.ksusha@gmail.com

[3]Кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання ННІ «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту» Українського державного університету науки і технологій, sydorchuk1704@gmail.com

Вступ. Дошкільна освіта є важливою складовою розвитку людини. Сучасні системи дошкільної освіти різних країн ґрунтуються на засадах, закладених вченими і педагогами в XIX ст. Коріння та ідеї розвитку дошкільного виховання можна знайти в працях Я. А. Коменського, Ф. Фребеля, Р. Штайнера, М. Монтессорі, С. Русової, Л. Виготського та ін. Кожен із цих учених мав власний погляд на особливості організації виховання, освіти та догляду за дітьми дошкільного віку та вніс вагомий внесок у їх становлення і розвиток. У багатьох країнах Європи концепції дошкільної освіти, створені видатними науковцями, були покладені в основу організації освітнього процесу, в тому числі, з фізичного виховання, в закладах дошкільної освіти [4, 5]. Вивчення передумов становлення системи дошкільної освіти та фізичного виховання, як її важливої складової, представляє науковий інтерес.

Мета – визначити культурно-історичні передумови становлення систем дошкільної освіти в європейських країнах.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури і документальних матеріалів, метод порівняння, метод системного аналізу, метод абстракції, історико-логічний метод.

Результати дослідження. У XX ст. в Європі створено єдину модель освіти, у тому числі дошкільної, засновану на європейській ідентичності, єдиних традиціях та цінностях, загальній історичній спадщині, національних культурах, що доповнюють одна одну, подібності соціальних інститутів, проведенні аналогічної зовнішньої політики. Велика увага була приділена інтеграційним процесам у системах дошкільної та шкільної освіти, підвищенню рівня та якості дошкільного навчання та підготовці дітей до школи як найважливішого фактору їх подальшої освіти.

Проведений аналіз літературних джерел і документальних матеріалів дозволив визначити культурно-історичні передумови становлення систем дошкільної освіти в країнах Європи:

- необхідність задоволення потреб у догляді за дітьми працюючих матерів;
- наукові досягнення у галузі психології розвитку дитини;
- прогрес педагогічних ідей і освітніх філософій видатних науковців;
- спостереження за ігровою діяльністю дітей;
- розбудова систем освіти європейських держав і включення в них ланки дошкільної освіти як важливого етапу розвитку дитини;
- геополітичний розвиток європейських країн, що призвів до глобалізації, в тому числі освітніх систем і, відповідно, створення єдиної моделі освіти;
- перегляд структури дошкільної освіти, що орієнтує її на наступність та інтеграцію;
- збереження специфічності завдань дошкільної освіти в різних національних системах, включаючи історично зумовлений розвиток педагогіки [1].

Бурхливий розвиток дошкільної освіти в Україні також відмічається у XIX ст. під впливом зарубіжних систем. У той же час, залежно від історичних, соціально-політичних та економічних перетворень в державі, система дошкільної освіти зазнавала змін.

Слід зазначити, що система фізичного виховання дітей дошкільного віку в Україні також формувалась під впливом соціально-економічних та історичних змін. Можна констатувати, що за останні десятиліття в нашій державі проведено велику кількість досліджень, пов’язаних з пошуком підходів до удосконалення фізичного виховання дошкільників і цей процес наразі продовжується, враховуючи сучасні аспекти розвитку освіти [2].

На сьогодні стан вітчизняної дошкільної освіти характеризується необхідністю системних перетворень, пов'язаних із новими вимогами до освіти дітей дошкільного віку, діяльності закладу дошкільної освіти, усіх учасників освітнього процесу – суспільства, вихователів закладів дошкільної освіти, дітей та їхніх батьків.

Законодавче підґрунтя сфери дошкільної освіти зараз засноване на урахуванні кращих світових та європейських зразків, перенесенні зарубіжного досвіду у побудову системи дошкільної освіти [3].

Висновки. Вивчення й осмислення зарубіжних теорій і досвіду виховання дітей дає можливість визначити ефективні шляхи розвитку педагогіки загалом і дошкільного виховання зокрема. Екстраполяція позитивного досвіду у практику дошкільного фізичного виховання в Україні допоможуть у справі розбудови сучасної системи дошкільної освіти в нашій країні.

Джерела та література

1. Мацола К. В. Організаційно-методичні засади систем фізичного виховання дітей дошкільного віку в європейських країнах: дис. … д-ра філософії, спец. 017 Фізична культура і спорт / ПДАФКіС. Дніпро, 2025. 300 с.
2. Пангелова Н. Є. Історія фізичної культури: навч. посіб. Київ: Освіта України, 2010. 294 с.
3. Про затвердження Базового компонента дошкільної освіти (Державного стандарту дошкільної освіти), нова редакція: наказ Міністерства освіти і науки України № 33 від 12.01.2021 р. URL: https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0033729-21#Text
4. Улюкаєва І. Г. Історія дошкільної педагогіки: підручник. Харків: Вид-во «Діса плюс», 2016. 354 с.
5. European Commission / EACEA / Eurydice, 2023. Structural indicators for monitoring education and training systems in Europe – 2023: Early childhood education and care. Eurydice report. Luxembourg: Publications Office of the European Union, 2023. 29 p.

СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ІЗ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

Олександр Панасюк[1]

[1] *Кандидат педагогічних наук, доцент кафедри здоров'я та фізичної культури Волинського національного університету імені Лесі Українки, Panasuk.Oleksandr@vnu.edu.ua*

Вступ. Сучасний етап розвитку українського суспільства характеризується суттєвими змінами у сфері освіти, фізичної культури та спорту. Підвищення вимог до якості професійної діяльності фахівців з фізичної культури і спорту зумовлює необхідність удосконалення системи їхньої професійної підготовки у закладах вищої освіти. Сьогодні від майбутнього фахівця очікується не лише ґрунтовна теоретична підготовка та володіння професійними руховими навичками, а й здатність застосовувати сучасні педагогічні технології, здійснювати науково-дослідну діяльність, працювати з різними категоріями населення, використовувати цифрові ресурси та постійно вдосконалювати власну професійну компетентність. Професійна підготовка майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту є складним і багатокомпонентним процесом, спрямованим на формування системи загальних і спеціальних компетентностей, необхідних для ефективного виконання професійних функцій. Вона охоплює теоретичну, методичну, практичну, психолого-педагогічну, організаційну та науково-дослідну складові.

Актуальність дослідження розвитку професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту визначається необхідністю підготовки конкурентоспроможного фахівця, здатного ефективно діяти в умовах динамічних змін професійного середовища, упроваджувати інновації та сприяти формуванню фізично активної, здорової й соціально відповідальної особистості.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення науково-педагогічної та спеціальної літератури; аналіз нормативно-правових документів у сфері вищої освіти та фізичної культури і спорту; систематизація, порівняння й узагальнення наукових підходів до професійної підготовки майбутніх фахівців.

Результати дослідження. Аналіз наукової літератури та нормативних документів засвідчує, що професійна підготовка майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту поступово переходить від традиційної знаннєвої моделі до компетентнісно орієнтованої. Основним результатом освітнього процесу стає не просто накопичення певного обсягу теоретичних знань, а здатність здобувача самостійно використовувати їх для вирішення професійних завдань.

Стандарт вищої освіти за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» передбачає формування системи загальних і спеціальних компетентностей, що охоплюють знання сучасних теорій, принципів і методів професійної діяльності, здатність застосовувати набуті знання на практиці, організовувати фізкультурно-оздоровчу та спортивну діяльність, здійснювати професійну комунікацію й використовувати сучасні інформаційні технології.

Одним із важливих напрямів розвитку професійної підготовки є посилення її практичної спрямованості. Майбутній фахівець повинен мати можливість не лише засвоювати теоретичні положення, а й набувати досвіду їх застосування під час практичних занять, педагогічної та виробничої практики, спортивно-тренувальної діяльності. Практична підготовка сприяє формуванню професійного мислення, самостійності, відповідальності та здатності приймати обґрунтовані рішення в конкретних професійних ситуаціях.

Важливе місце у професійній підготовці посідає формування методичної компетентності. Майбутній фахівець повинен уміти планувати та проводити заняття з фізичної культури, добирати адекватні засоби й методи фізичного виховання, дозувати фізичні навантаження з урахуванням віку, статі, стану здоров'я та рівня фізичної підготовленості тих, хто займається. Особливого значення набуває індивідуалізація освітнього й тренувального процесів [1; 4].

Не менш важливою складовою є психолого-педагогічна підготовка. Професійна діяльність фахівця з фізичної культури і спорту передбачає постійну взаємодію з людьми різного віку, рівня фізичної підготовленості та мотивації. Тому майбутній фахівець має володіти навичками педагогічної комунікації, мотивації, управління групою, запобігання конфліктним ситуаціям, створення сприятливого психологічного клімату. Сучасна професійна підготовка також має передбачати формування здоров'язбережувальної компетентності. Фахівець з фізичної культури і спорту повинен не лише організовувати рухову активність, а й розуміти взаємозв'язок фізичної активності, харчування, режи-

му дня, психоемоційного стану та інших чинників здоров'я. У цьому контексті професійна діяльність набуває значення важливого чинника формування культури здоров'я та здорового способу життя [2].

Окремим напрямом розвитку професійної підготовки є цифровізація освітнього процесу. Використання електронних освітніх ресурсів, мобільних застосунків, цифрових платформ, відеоаналізу рухових дій, фітнес-трекерів та інших технологій створює нові можливості для контролю, оцінювання та індивідуалізації фізкультурно-спортивної діяльності. Водночас цифрові технології повинні розглядатися не як самоціль, а як інструмент підвищення якості професійної підготовки. Перспективним напрямом є посилення науково-дослідної складової підготовки. Майбутній фахівець має бути здатним аналізувати наукову інформацію, визначати актуальні проблеми професійної діяльності, проводити прості педагогічні та спортивно-педагогічні дослідження, аналізувати отримані результати й використовувати їх для вдосконалення освітнього або тренувального процесу. Важливість цього напряму підтверджується й розвитком освітньо-наукового рівня за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт», для якого окремий стандарт затверджено у 2024 році [3]. Суттєве значення має також формування soft skills майбутнього фахівця: комунікативних умінь, критичного мислення, здатності працювати в команді, лідерських якостей, відповідальності, організованості, стресостійкості та здатності до самоосвіти. Саме поєднання професійних і соціально-комунікативних компетентностей забезпечує готовність випускника до різноманітних видів професійної діяльності. Важливою умовою підвищення якості професійної підготовки є тісна взаємодія закладів вищої освіти з роботодавцями, спортивними організаціями, закладами освіти, фітнес-центрами та іншими установами сфери фізичної культури і спорту. Така співпраця дає змогу своєчасно враховувати зміни на ринку праці та адаптувати зміст освітніх програм до реальних професійних потреб.

Висновки. Отже, сучасна професійна підготовка майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту має базуватися на поєднанні фундаментальної теоретичної підготовки, практичного досвіду, інноваційних технологій, науково-дослідної діяльності та професійного саморозвитку. Важливо забезпечити не лише засвоєння здобувачами професійних знань і рухових умінь, а й формування готовності до безперервного професійного навчання.

Джерела та література

1. Міністерство освіти і науки України. Про затвердження стандарту вищої освіти за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» для першого (бакалаврського) рівня вищої освіти: наказ від 24.04.2019 № 567. Київ, 2019.
2. Міністерство освіти і науки України. Про затвердження стандарту вищої освіти за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» для другого (магістерського) рівня вищої освіти : наказ від 11.05.2021 № 516. Київ, 2021.
3. Міністерство освіти і науки України. Про затвердження стандарту вищої освіти зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» для третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти: наказ від 02.08. 2024 № 1101. Київ, 2024.
4. Міністерство освіти і науки України. Про затвердження Методичних рекомендацій щодо розроблення стандартів вищої освіти: наказ від 27.03.2025 № 512. Київ, 2025.

ЗМІСТ

Секція 1
Філософські, політичні та соціально-економічні чинники розвитку фізичної культури і спорту

Ігор Бакіко, Сергій Савчук, Володимир Ковальчук, Віталій Дмитрук
Зародження науково-методичної думки в галузі фізичного виховання 3
Ілона Балджи, Ніна Долбишева, Крістіна Волосунова
Соціально-економічні умови зародження і розвитку фізкультурно-спортивного руху на Катеринославщині (кінець XVIII ст. – XIX ст.) 6
Анна Гакман, Іван Васкан
Вплив хронічного воєнного стресу на психоемоційний стан українських студентів спортсменів 8
Анна Гакман, Владислав Дасюда
Рухова активність як соціально-економічний чинник збереження фізичного стану жінок зрілого віку із зайвою вагою 10
Наталія Захожа
Фізична підготовка майбутніх фахівців у контексті професійної діяльності 12
Володимир Захожий
Педагогічний потенціал пауерліфтингу у фізичному вихованні здобувачів вищої освіти.....14
Олена Іщук
Еволюція методичної системи фізичного виховання студентів: історико-педагогічний аспект 16
Ольга Касарда
Здоровий спосіб життя як важлива складова збереження здоров'я здобувачів вищої освіти 18
Наталія Ковальова, Тарас Блистів, Володимир Ковальов
Формування мотивації жінок першого періоду зрілого віку до занять руховою активністю в умовах воєнного стану 20
Захар Лимар, Олена Томащук
Взаємодія школи та сім'ї як педагогічна умова формування здоров'язбережувальної поведінки підлітків 23

Секція 2
Становлення і розвиток фізичної культури у стародавньому світі

Наталія Салтан, Олександр Салтан
Як ми пишемо історію спорту: розбіжності між вітчизняною та зарубіжною традицією 25

Секція 3
Фізична культура і спорт в епоху середньовіччя

Жанна Мудрик
Фізична культура і спорт в епоху середньовіччя 27
Максим Чабар
Фізична культура і спорт в епоху середньовіччя: станова диференціація та інституційні форми рухової активності 29

Секція 4
Розвиток фізичної культури і спорту у період нової історії

В'ячеслав Гончар, Дмитро Батулін
Розвиток фізичної культури і спорту в період нової історії в творчості Гі де Мопассана 31

Олександр Малімон
Становлення фізичної культури і спорту в період нової історії 33
Христина Хіменес, Неоніла Нерода, Мар'ян Пітин
Історичні особливості змагань у професійному гольфі 35

Секція 5
Новітня історія та сучасні тенденції розвитку фізичної культури і спорту у країнах Європи

Nataliia Tsyhanovska, Dariusz W. Skalski
Współczesna rodzina w dobie edukacji zdrowotnej. Wybrane badania
na podstawie analizy SWOT 38
Людмила Ващук
Вплив занять кросфітом на рівень фізичної активності та фізичної підготовленості молоді 41
Ніна Деделюк
Історичні етапи розвитку психології спорту в Україні 43
Анатолій Лозовий
Карате, як спорт: інституціоналізація сучасних видів спорту 45
Ліліана Рядова, Наталія Циганівська
Історія становлення і розвитку бадмінтону в Україні за часів незалежності 47
Світлана Савчук
Легка атлетика в новій українській школі як засіб формування рухової компетентності учнів 49

Секція 6
Тенденції розвитку фізичної культури і спорту в Європі XIX–XX ст.

Eligiusz Małolepszy, Krzysztof Kościański, Teresa Drozdek-Małolepsza
Działalność Stanisławowskiego Okręgowego Związku Piłki Nożnej (1934–1939).
Piłka nożna w wielonarodowościowym społeczeństwie 51
Оксана Даниско
Повоєнні моделі розвитку фізичної культури і спорту (1945–1960 рр.) та їх значення
для сучасної України 53
Сергій Ніколаєв
Ритмічний напрямок сучасної гімнастики 55
Олександра Цибанюк
Біомеханічна концепція жоржа демені як наукове підґрунтя сучасної теорії
і методики фізичного виховання.....57

Секція 7
Генезис і розвиток сучасного олімпізму

Петро Герасимюк
Сучасний олімпізм: цінності, тенденції та перспективи розвитку 59
Олена Дем'янчук
Скі-альпінізм – новий вид спорту в історії сучасних Олімпійських ігор 61
Лях-Породько Олексій, Щербашин Яків, Лях-Породько Святослав
Виступи українців у мистецьких заходах олімпійських ігор
(на прикладі ігор V та XX олімпіад) 63

Секція 8
Розвиток активного туризму в Європі

Ірина Іванишин, Ігор Випасняк, Василь Луцький
Зміст підготовки організаторів активного туризму в зарубіжних країнах 65

Секція 9
Становлення і розвиток професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту

Валентина Воронова, Анастасія Астахова
Психолого-соціальні аспекти завершення спортивної кар'єри спортсменів-біатлоністів 67
Ольга Іванюк
Фізіологічне забезпечення когнітивної працездатності в системі професійної підготовки фахівців з фізичної культури та спорту 69
Олександр Орлов, Лариса Гуніна-Орлова
Готовність учителів фізичної культури до впровадження єдиноборств у старшій школі: порівняльний аналіз опитувань в Україні та Казахстані 71
Вікторія Романова, Жанна Сотник
Вклад видатних українських вчених у розвиток теорії і методики фізичного виховання 73
Інна Тхорева
Історична трансформація професійної підготовки фахівців з фізичної культури і спорту в Україні: від традиційних підходів до компетентнісної моделі 75
Володимир Яловик
Розвиток Волинської обласної дитячо-юнацької спортивної школи: історичний досвід та сучасні результати 77

Секція 10
Європейські цінності та політика у сфері фізичної культури і спорту: історичний розвиток і сучасні трансформації

Юлія Борисова, Ярослав Кравчук
Особливості розвитку фізичної культури і спорту у Швеції 79
Світлана Індика, Анатолій Цьось, Яцек Вонсік
Літня школа EUSport як формат багаторівневої дослідницької підготовки здобувачів у сфері фізичної культури і спорту 81
Світлана Індика, Анатолій Цьось, Яцек Вонсік
Ціннісно-нормативна трансформація спортивної політики єс та її освітня імплементація в проєкті EUSport 83
Світлана Мироненко, Шостак Євгенія
Трансформація професійної підготовки фахівців з фізичної реабілітації в умовах розвитку адаптивного спорту: європейський досвід 85
Наталія Москаленко, Ксенія Мацола, Тетяна Сидорчук
Передумови становлення систем дошкільної освіти та фізичного виховання в Європі 87
Олександр Панасюк
Сучасні тенденції професійної підготовки майбутніх фахівців із фізичної культури і спорту 89

ІСТОРІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ НАРОДІВ ЄВРОПИ

Збірник тез доповідей
IX Міжнародного наукового конгресу
істориків фізичної культури
(18 вересня 2026 р.)

Друкується в авторській редакції
Верстка *І. С. Савицької*

Засновник і видавець − Волинський національний університет імені Лесі Українки.
Формат 60×84$^{1}/_{8}$. Гарн. Таймс. Обсяг 10,93 ум. друк. арк., 10,74 обл.-вид. арк.