Ігрові вправи: з передачею, обіграшем, ударом в ціль
Квадрат 6×6 з 1 нейтральним по зонам, обмеженням дотиків і лімітом часу на атаку
Гра 11×11 на ½ поля, персональна опіка, контратака, взяття воріт
Провести 1-2 гри ДЮФЛ. Теоретичні заняття. Установка і розбір ігор
Завдання додому на літо

Висновки.

1. За допомогою аналізу наукової і методичної літератури, методу анкетування визначили значущість техніко-тактичної підготовки у процесі розвитку і становлення спортивної майстерності юних футболістів для тренерського цеху.

2. Використавши поради В.В. Ніколаєнка та М.І. Воробйова (2023) щодо якості та ефективності тренувального процесу, спрямованого на індивідуальний розвиток і виховання творчого гравця, проведення навчально-тренувальних занять в ігровій формі на підвищеному емоційному фоні, впровадження поетапної (поступової) системи техніко-тактичної підготовки юних футболістів, розробили орієнтовну програму техніко-тактичної підготовки для юних футболістів 14-15 років у річному циклі тренувань. Адже як зазначають автори: «Впровадження цих підходів у практику багаторічної підготовки футболістів дозволить підвищити рівень спортивної майстерності гравців, що в подальшому визначить їх потенціал на професійному рівні» [2, с.16].

Література

1. Ніколаєнко В. В., Воробйов М. І. Аспекти техніко-тактичної підготовки юних футболістів. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2023. Вип. 4(163). С. 12-17.

2. Ніколаєнко Валерій, Воронова Валентина. Тренерський підхід до підготовки юних футболістів. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту.* 2014. №1. С. 8-14.

3. Николаенко В. В., Шамардин В. Н. Многолетняя подготовка юных футболистов. Путь к успеху: учеб.-метод. пособие. Киев: Саммит-книга, 2015. 360 с.

4. Шамардин В.Н. Технология подготовки футбольной команды высшей квалификации. Днепропетровск: Інновація, 2012. 352 с.

References

1. Nikolaienko, V.V., Vorobiov M.I. (2023). Aspekty tekhniko-taktychnoi pidhotovky yunykh futbolistiv [Aspects of technical and tactical training of young football players.]. Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Seriia 15. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport), 4(163). S. 12-17 (in Ukrainian).

2. Nikolaienko Valerii, Voronova Valentyna. (2014). Trenerskyi pidkhid do pidhotovky yunykh futbolistiv [A coaching approach to the training of young football players]. Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu. 2014. №1. S. 8-14 (in Ukrainian).

3. Nikolaenko V.V., Shamardin V.N. (2015). Mnogoletnyaya podgotovka yunykh futbolistov. Put' k uspekhu: ucheb.-metod. posobie [Long-term training of young football players. Way to success: textbook.-method. allowance]. Kiev: Sammit-kniga (in Ukrainian).

4. Shamardin V.N (2012). Tekhnologiya podgotovki futbolnoi komandi visshei kvalifikatsii [Technology for preparing a highly qualified football team]. Dnepropetrovsk: Innovatsiya, 352 s. (in Ukrainian).

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K(176).97

Сога С.М.,
https://orcid.org/0000-0003-4599-2456
старший викладач кафедри технологій оздоровлення і спорту,
Національний технічний університет України
«Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського», м. Київ
Добровольський В.Є.,
https://orcid.org/0000-0001-9598-5153
старший викладач кафедри технологій оздоровлення і спорту,
Національний технічний університет України
«Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського», м. Київ

ОСНОВИ ВИХОВАННЯ ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ В ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧИМ ТУРИЗМОМ

У статті здійснено теоретичний аналіз виховання вольових якостей в здобувачів вищої освіти у процесі занять спортивно-оздоровчим туризмом. Встановлено, що за сучасних умов проблемі виховання вольових якостей студентської молоді приділяється недостатня увага в закладах вищої освіти. Доведено необхідність дослідження основ виховання рішучості, витримки та самовладання, розробки відповідних критеріїв та показників вихованості вольових якостей у процесі занять спортивно-оздоровчим туризмом. Вивчення наукової літератури дало змогу встановити, що останніми роками здійснено ряд досліджень присвячених окремим аспектам вирішення проблеми виховання вольових якостей (рішучості, витримки, самовладання) здобувачів вищої освіти у процесі занять спортивно-оздоровчим туризмом.

У статті визначено, уточнено й схарактеризовано критерії та показники вихованості вольових якостей здобувачів вищої освіти у процесі занять спортивно-оздоровчим туризмом.

Когнітивний критерій визначався за такими показниками (знання студентами про вольові якості (рішучість, витримку, самовладання) та їх необхідність під час спортивно-оздоровчого туризму; розуміння важливості самоконтролю, стійкості до стресу, самодисципліни як засобу виховання вольових якостей; усвідомлення здобувачами вищої освіти здатності до саморегуляції поведінки, контролювати свої емоції та реакції у різних ситуаціях).

Мотиваційний критерій визначався за такими показниками (інтерес здобувачів вищої освіти до виховання рішучості, витримки та самовладання; бажання виховувати вольові якості у процесі занять спортивно-оздоровчим туризмом; бажання проявляти самодисципліну, здійснювати самоконтроль, долати перешкоди у тренувальних і похідних умовах).

Діяльнісно-практичний критерій передбачав такі показники (готовність здобувачів вищої освіти проявляти рішучість, витримку та самовладання у процесі занять спортивно-оздоровчим туризмом; уміння здійснювати самоконтроль, бути стійким до стресових ситуацій, проявляти самодисципліну у процесі тренувальної та змагальної діяльності; здатність студентської молоді до саморегуляції поведінки й уміння допомагати викладачу-тренеру в організації занять та змагань з спортивно-оздоровчого туризму).

Ключові слова. *спортивно-оздоровчий туризм, вольові якості, здобувачі вищої освіти, рішучість, впевненість в собі, витримка, самовладання.*

Soha Serhii, Dobrovolskyi Volodymyr. The fundamentals of education of willpower qualities in higher education acquires in the process of engagement in sports and health tourism. *The article provides a theoretical analysis of the education of willpower in students of higher educational institutions in the process of sports and health tourism. It was established that in modern conditions, insufficient attention is paid to the problem of education of strong-willed qualities of student youth in institutions of higher education. The necessity of researching the foundations of education of determination, endurance and self-control, development of relevant criteria and indicators of education of willpower in the process of sports and health tourism has been proven. The study of scientific literature allowed us to establish that in recent years, a number of studies have been conducted devoted to certain aspects of solving the problem of education of volitional abilities (purposefulness, endurance, self-control) of students of higher educational institutions in the process of learning. sports and health tourism.*

The article defines, specifies and characterizes the criteria and indicators of education of willpower of students of higher educational institutions in the process of sports and health tourism.

The cognitive criterion was determined by the following indicators (students' knowledge of willpower qualities (determination, endurance, self-control) and their necessity during sports and health tourism activities; understanding of the importance of self-control, stress resistance, self-discipline as a means of cultivating willpower qualities, students' awareness of the ability to self-regulate behavior , control of one's own emotions and reactions in various situations).

The motivational criterion was determined according to the following indicators (interest of higher education students in cultivating determination, endurance, and self-control; desire to cultivate strong-willed qualities in the process of engaging in sports and health tourism; desire to exercise self-discipline). exercise self-control, overcome obstacles in training and field conditions).

The activity-practical criterion provided for the following indicators (the willingness of higher education students to show determination, endurance and self-control in the process of sports and health tourism; the ability to exercise self-control, be resistant to stressful situations, and exercise self-control). -discipline in the process of educational and training and competitive activities; the ability of student youth to self-regulate their behavior and the ability to help the teacher-coach in the organization of classes and competitions in sports and health tourism).

Key words: *sports and health tourism, strong-willed qualities, students of higher education, determination, self-confidence, endurance, self-control.*

Постановка проблеми. Вивчення теорії та практики щодо виховання вольових якостей здобувачів вищої освіти у процесі занять спортивно-оздоровчим туризмом дає підстави вважати, що за сучасних умов даній проблемі приділяється незначна увага в закладах вищої освіти. Крім того, необхідність дослідження основ виховання рішучості, витримки та самовладання, розробки критеріїв та показників вихованості вольових якостей у процесі занять спортивно-оздоровчим туризмом зумовлене поступовим зниженням в студентської молоді інтересу до занять фізичною культурою, фізкультурно-масовою роботою, що веде до неповноцінного фізичного розвитку й формування здобувачів освіти як особистостей.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз та узагальнення наукової літератури дає можливість встановити, що останніми роками здійснено ряд досліджень присвячених окремим аспектам вирішення проблеми виховання вольових якостей здобувачів вищої освіти у процесі занять спортивно-оздоровчим туризмом. Це, насамперед, дослідження основ виховання вольових якостей (рішучості, витримки та самовладання) (А .Артюшенко, І. Дудник, Т. Кравченко, М. Тимчик та інші); вивчення змісту та специфіки спортивно-оздоровчого туризму в здобувачів вищої освіти (О. Любіцева, А. Медвідь, Л. Тимошенко, В. Обозний, І. Петрова); впровадження різних видів туризму в закладах освіти (Т. Сокол, О. Ільїна, М. Скрипник, Л. Ткачук). Ґрунтовний аналіз теоретичних аспектів виховання вольових якостей студентської молоді засвідчує, що на сьогодні накопичено певний досвід реалізації досліджуваного феномену, однак проблема виховання вольових якостей здобувачів вищої освіти у процесі занять спортивно-оздоровчим туризмом досліджена недостатньо й потребує розробки оновленого змісту із урахуванням потреб сучасної студентської молоді.

Мета дослідження – визначити, уточнити й схарактеризувати критерії та показники вихованості вольових якостей здобувачів вищої освіти у процесі занять спортивно-оздоровчим туризмом.

Виклад основного матеріалу дослідження. Важливим у контексті дослідження виховання вольових якостей засобами спортивно-оздоровчого туризмом є думка В. Білецької та Ю. Усачова. Вченні вважають, що туризм є засобом, який мотивує людину розвиватися, вивчати нове, цікаве, пізнавати світ, наповнювати життя духовним особистісно орієнтованим змістом. Дослідники зазначають, що у тренувальних і похідних умовах виховуються такі вольові якості як: рішучість, витримка, цілеспрямованість ініціативність та інші. За даними дослідників, виховання вольових якостей повинне бути невід'ємною складовою основного змісту підготовки туристів. Важливим для нашого дослідження є трактування ученими сутності і змісту поняття «рішучість», а саме як здатність людини швидко приймати обґрунтовані рішення й реалізувати їх в діяльності. Оскільки рішучість відіграє ключову роль під час проходження маршруту й подолання складних природних перешкод та перевалів. Разом з тим, велике значення для виховання рішучості є поступове підвищення вимог та труднощів при їхньому виконанні [8].

Аналіз наукових джерел А. Богатова дає можливість зробити висновки, що у процесі тренувань та в похідних умовах ефективно виховуються такі вольові якості як: витримка, сміливість, терпіння, самовладання, наполегливість та інші. Цілеспрямоване виховання означених вольових якостей засобами спортивно-оздоровчого туризму сприяє формуванню в студентської молоді волі до перемоги під час змагань, потреби до систематичних занять туризмом, прагнення пройти до кінця запланований маршрут, уміння зосередитись в екстремальних умовах та бути психологічно стійким, швидко приймати усвідомлене рішення. Важливими психологічними факторами в туристській групі є емоційна стабільність та цілеспрямованість здобувачів вищої освіти, їх взаємодопомога та партнерство [1].

У контексті досліджуваних категорій цінними є наукові доробки Г. Грохової. Дослідниця зазначає, що спортивно-оздоровчий туризм це різновид пішохідного, гірського, водного, спелеотуризму та інше. Вчена акцентує, що пішохідні подорожі в горах передбачають виконання значного обсягу фізичного навантаження, вимагають від студентів подолання значних труднощів та перешкод за допомогою різноманітних засобів та прийомів пересування. Г. Грохова також відмічає, що туризм поєднує в собі такі складники як спорт та відпочинок. При цьому є засобом здорового способу життя, збереження фізичної працездатності та рухової активності, що є ключовим для збереження здоров'я здобувачів вищої освіти [2].

Ми дотримуємося думки, що спортивно-оздоровчий туризм це масовий суспільний рух, до якого належать індивідуально-групові подорожі, фізкультурно-оздоровчі та спортивно-масові заходи в природному середовищі тощо. Також нам вдалося зафіксувати, що спортивно-оздоровчий туризм є ефективним засобом виховання і гармонійного розвитку здобувачів вищої освіти. Ключовим у процесі виховання вольових якостей студентської молоді є трудове виховання, яке передбачає оволодіння вміннями і навичками самоціннісної і суспільно-корисної праці. [5; 6].

Ключовими для нашого дослідження стали наукові праці вчених-педагогів, у яких розкрито важливість освітніх функцій туризму, а саме: виховання всебічно розвиненої гармонійної особистості, з високими рівнями сформованості духовних цінностей, морально-вольових якостей та фізичної досконалості; формування колективізму та командної взаємодії, любові до природи та соціальної відповідальності. Дослідниками акцентують, що кожний подоланий кілометр шляху зміцнює впевненість у своїх силах, сприяє формуванню бажання займатися даним видом діяльності, бути успішним тощо [1].

Отже, на основі вивчення та аналізу психолого-педагогічної літератури з проблеми виховання вольових якостей здобувачів вищої освіти у процесі занять спортивним туризмом, стану роботи закладів вищої освіти, нами було визначено, уточнено й схарактеризовано критерії та показники вихованості рішучості, витримки та самовладання здобувачів вищої освіти у процесі занять спортивно-оздоровчим туризмом.

Когнітивний критерій визначався за такими показниками (знання студентами про вольові якості (рішучість, витримку, самовладання) та їх необхідність під час спортивно-оздоровчого туризму; розуміння важливості самоконтролю, стійкості до стресу, самодисципліни як засобу виховання вольових якостей; усвідомлення здобувачами вищої освіти здатності до саморегуляції поведінки, контролювати свої емоції та реакції у різних ситуаціях).

Мотиваційний критерій визначався за такими показниками (інтерес здобувачів вищої освіти до виховання рішучості, витримки та самовладання; бажання виховувати вольові якості у процесі занять спортивно-оздоровчим туризмом; бажання проявляти самодисципліну, здійснювати самоконтроль, долати перешкоди у тренувальних і похідних умовах).

Діяльнісно-практичний критерій передбачав такі показники (готовність здобувачів вищої освіти проявляти рішучість, витримку та самовладання у процесі занять спортивно-оздоровчим туризмом; уміння здійснювати самоконтроль, бути стійким до стресових ситуацій, проявляти самодисципліну у процесі тренувальної та змагальної діяльності; здатність студентської молоді до саморегуляції поведінки й уміння допомагати викладачу-тренеру в організації занять та змагань з спортивно-оздоровчого туризму).

Отже, завдяки визначеним, уточненим й схарактеризованим критеріям та показникам нами було визначено рівні вихованості вольових якостей в здобувачів вищої освіти у процесі занять спортивно-оздоровчим туризмом, а саме: низький, середній та високий.

Висновки. Здійснений теоретичний аналіз виховання вольових якостей (рішучості, витримки, самовладання та інших) студентської молоді засвідчує, що на сьогодні накопичено певний досвід реалізації досліджуваного феномену. З'ясовано, що спортивно-оздоровчий туризм є дієвим засобом виховання вольових якостей студентської молоді, який мотивує людину розвиватися, вивчати нове, цікаве, пізнавати світ, наповнювати життя духовним особистісно орієнтованим змістом.

За допомогою вивчення наукової літератури з проблеми виховання вольових якостей здобувачів вищої освіти нами було визначено, уточнено й схарактеризовано критерії та показники вихованості рішучості, витримки та самовладання здобувачів вищої освіти у процесі занять спортивно-оздоровчим туризмом. Когнітивний *критерій* визначався за такими показниками (знання студентами про вольові якості (рішучість, витримку, самовладання) та їх необхідність під час спортивно-оздоровчого туризму тощо. Мотиваційний *критерій* визначався за такими показниками (інтерес здобувачів вищої освіти до виховання рішучості, витримки та самовладання тощо). Діяльнісно-практичний *критерій* визначався за такими

показниками (готовність та уміння здобувачів вищої освіти проявляти рішучість, витримку та самовладання у процесі занять спортивно-оздоровчим туризмом тощо).

Література

1. Богатов А.О. Організація спортивно-оздоровчого туризму. Навчальний посібник. Одеса.: ПНПУ ім. К.Д. Ушинського, 2013. 114 с.

2. Грохова Г.П. Спортивно-оздоровчий туризм як засіб здоров'язбереження студентів. Проблеми інженерно-педагогічної освіти. Збірник наукових праць. Випуск 54-55. Харків, Українська інженерно-педагогічна академія (УІПА), 2017 . С.142-148.

3. Оніщук Л.М. Спортивний туризм як засіб національно-патріотичного виховання студентів. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Сер. : Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. 2014. Вип. 118(3). С. 219-221.

4. Підлужняк О.І., Шемчак І.А Вплив занять туризмом студентів вищих навчальних закладів на формування здорового способу життя. Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології.2010. №1(3). С.421-428

5. Сога С.М. Комплекс засобів спортивно-оздоровчого туризму у фізичному вихованні студентів / Сога С. М., Михайленко В. М., Добровольський В. Е. // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : збірник наукових праць. Київ : Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2021. Випуск 3 (133) 21. с. 116-119.

6. Сога С., Михайленко В., Добровольський В. (2023). Розвиток морально-вольових якостей у студентів під час туризму. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*, (1(159), 30-32. https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.1(159).07

7. Тимошенко Л. О. Спортивний туризм : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту : у 2 ч. / Тимошенко Л. О., Лабарткава К. В. Л. : ЛДУФК, 2012. Ч. 1. 150 с. ISBN 978-966-2328-37-0 ISBN 978-966-2328-38-7 (Ч. 1)

8. Фізичне виховання: практикум з туризму / уклад.: В.В. Білецька, Ю.О. Усачов. К. : НАУ, 2011. 28 с.

9. Masol V.V. Metody i kryteria pielęgnowania determinacji uczniów szkół starszych w procesie uprawiania kultury fizycznej. *Knowledge education law management nauka oświata pravo zarządzanie* № 1 (53)2023, 13–17. https://doi.org/10.51647/kelm.2023.1.3

References

1. Bohatov A.O. (2013). Orhanizatsiia sportyvno-ozdorovchoho turyzmu. [Organization of sports and health tourism].Navchalnyi posibnyk. Odesa.: PNPU im. K.D. Ushynskoho, 114 s.

2. Hrokhova H.P. (2017). Sportyvno-ozdorovchyi turyzm yak zasib zdoroviazberezhennia studentiv [Sports and health tourism as a means of protecting the health of students]. Problemy inzhenerno-pedahohichnoi osvity. Zbirnyk naukovykh prats. Vypusk 54-55. Kharkiv, Ukrainska inzhenerno-pedahohichna akademiia (UIPA), 2017 . S.142-148.

3. Onishchuk L.M. (2014). Sportyvnyi turyzm yak zasib natsionalno-patriotychnoho vykhovannia studentiv. [Sports tourism as a means of national and patriotic education of students]. Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu. Ser. : Pedahohichni nauky. Fizychne vykhovannia ta sport. 2014. Vyp. 118(3). S. 219-221.

4. Pidluzhniak O.I., Shemchak I.A (2010).Vplyv zaniat turyzmom studentiv vyshchykh navchalnykh zakladiv na formuvannia zdorovoho sposobu zhyttia [The influence of higher education students engaged in tourism on the formation of a healthy lifestyle]. Pedahohichni nauky: teoriia, istoriia, innovatsiini tekhnolohii. №1(3). S.421-428.

5. Soha S.M. (2021). Kompleks zasobiv sportyvno-ozdorovchoho turyzmu u fizychnomu vykhovanni studentiv [A complex of means of sports and health tourism in the physical education of students]. Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Seriia № 15. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport) : zbirnyk naukovykh prats. – Kyiv : Vydavnytstvo NPU imeni M.P. Drahomanova, Vypusk 3 (133) 21. s. 116-119.

6. Soha S., Mykhailenko V., Dobrovolskyi V. (2023). Rozvytok moralno-volovykh yakostei u studentiv pid chas turyzmu [Development of moral and volitional qualities in students during tourism]. Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Seriia 15. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport), (1(159), 30-32. https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.1(159).07

7. Tymoshenko L.O. (2012). Sportyvnyi turyzm: navch. posib. dlia stud. vyshch. navch. zakl. fiz. vykhovannia i sportu: u 2 ch [Sports tourism]. LDUFK, 2012. – Ch. 1. 150 s. ISBN 978-966-2328-37-0 ISBN 978-966-2328-38-7 (Ch. 1).

8. Fizychne vykhovannia: praktykum z turyzmu. [Physical education: practicum on tourism]. uklad.: V.V. Biletska, Yu.O. Usachov. K. : NAU, 2011. 28 s.

9. Masol V.V. (2023). Metody i kryteria pielęgnowania determinacji uczniów szkół starszych w procesie uprawiania kultury fizycznej. *Knowledge education law management nauka oświata pravo zarządzanie* № 1 (53)2023, 13–17. https://doi.org/10.51647/kelm.2023.1.3