

Висновок. Спортивна діяльність обов'язково вимагає від спортсменів високого розвитку великого комплексу психічних процесів і станів, для досягнення успіху в змаганнях. Активна взаємодія з навколишнім світом, середовищем в процесі тренувальної та змагальної діяльності значною мірою вдосконалює психіку спортсменів. Успіх в спорті значною мірою залежить від індивідуальних психологічних особливостей спортсмена, а конкретні види спорту пред'являють до нього певні вимоги і в той же час формують якості особистості, необхідні для успішного здійснення змагальної діяльності.

Список використаних джерел

1. Василюк Е. Ф. Психологія переживань. Аналіз критичних ситуацій. М. : Фізкультура і спорт, 1984. С. 84–85.
2. Вяткин Б.А. Управление психическим стрессом в спортивных соревнованиях. М.: Физкультура и спорт, 1981. 112 с.
3. Вяткина Б. А. Керування психічним стресом у спортивних змаганнях. М. : Фізкультура і спорт, 1981. С. 48–56
4. Костюкевич В.М. Воронова В.І., Шинкарук О.А., Борисова О.В. Основи науково-дослідної роботи магістрантів та аспірантів у вищих навчальних закладах (спеціальність: 017 Фізична культура і спорт), навчальний посібник. Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 2016. 554 с.
5. Мурза В. П. Фізична реабілітація. Навчальний посібник. Київ: «Олан», 2004. 559 с.
6. Сопов В. Ф., Шинкарук О. А., Чердниченко О. А. Психологическая подготовка гребцов на байдарках и каноэ: метод, пособие. Киев: [б. и.], 2008. 46 с.
7. Gould D., Pettichoff L. Psychological stress and the agegroup wrestler. *Competitive sports for children and youth* / E.W. Brown, C.F.Branta (eds). Champaign: Human Kinetics, 1988. P. 63-73.
8. McGrath J.E. A conceptual formulation for research on stress/ McGrath J.E. In J.E. McGrath (Ed.), *Social and psychological factors in stress*. New York: Rinehart & Winston, 1970. pp. 10–21.
9. McGrath J.E. Stress and behavior in organizations. In M.D. Dunnette (Ed.), *Handbook of industrial and organizational psychology*. Chicago: Rand. 1976. pp. 1351–1395.
10. McNally.Miller P. S. & Kerr G The athletic, academic and social experiences of intercollegiate studentathletes. *Journal of Sport Behavior*, 2002. 25, p.346-367.
11. Selye H. The stress of life/ Selye H. New York: McGraw-Hill. 1956.
12. Staal Mark A. Stress, Cognition, and Human Performance: A Literature Review and Conceptual Framework National Aeronautics and Space Administration./Ames Research Center Moffett Field, California. 2004. 168 p.

References

1. Vasylyuk E. F. (1984). Psychology of experiences. Analysis of critical situations. M.: Physical education and sport. 84-85.
2. Vyatkin B.A. (1981). Management of mental stress in sports competitions. M.: Physical education and sport. 112.
3. Vyatkina B. A. Management of mental stress in sports competitions. M.: Physical education and sport. 48-56.
4. Kostyukevich V.M. Basics of research work of master's and postgraduate students in higher educational institutions. Vinnutsia, Ukraine. 554.
5. Murza V. P. Physical rehabilitation. Tutorial. Kyiv, Ukraine. 559.
6. Sopov V. F. Psychological preparation of rowers on kayaks and canoes: method, manual. Kyiv, Ukraine. 46.
7. Gould D. Pettichoff L. (1988). Psychological stress and the agegroup wrestler. *Competitive sports for children and youth*. Champaign: Human Kinetics. P. 63-73.
8. McGrath J.E. (1970). A conceptual formulation for research on stress. In J.E. McGrath (Ed.) *Social and psychological factors in stress*. New York: Rinehart & Winston. 10–21.
9. McGrath J.E. (1976). Stress and behavior in organizations. In M.D. Dunnette (Ed.), *Handbook of industrial and organizational psychology*. Chicago: Rand. 1351–1395.
10. McNally.Miller P. S. (2002). The athletic, academic and social experiences of intercollegiate studentathletes / McNally.Miller P. S., & Kerr G. *Journal of Sport Behavior*, 25. 346-367.
11. Selye H. (1956). The stress of life. New York: McGraw-Hill..
12. Staal Mark A. (2004). Stress, Cognition, and Human Performance: A Literature Review and Conceptual Framework National Aeronautics and Space Administration. Ames Research Center Moffett Field, California. 168.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.3K(162).85
УДК 378.4

Тимчик М.В.

кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, м. Київ
ORCID: 0000-0002-0255-4707

Касіч Н.П.

кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри фізичного виховання і спорту

Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, м. Київ
ORCID: 0000-0002-8756-8218

Шегімага В.Ф.

старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, м. Київ,
ORCID: 0000-0009-9056-9922

ВИХОВАННЯ ЦІЛЕСПРЯМОВАНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ У ПРОЦЕСІ СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ

У статті розглядається зміст виховання цілеспрямованості здобувачів вищої освіти у процесі секційних занять. Висвітлено наукові дослідження присвячені аспектам вирішення проблем виховання морально-вольових якостей учнівської та студентської молоді у процесі секційних занять та фізичною культурою. Розкрито як трактуються основні поняття досліджуваної категорії в науковій літературі, а саме, що таке «воля», «цілеспрямованість особистості» «виховання цілеспрямованості у фізкультурно-оздоровчій діяльності». Ґрунтовно описано, які знання й уміння ми намагалися сформувати у студентської молоді у процесі секційних занять (усвідомлення здобувачами вищої освіти цілеспрямованості як важливої морально-вольової якості й розуміння необхідності виховання даної якості в сучасних умовах; інтерес до секційних занять з плавання, гімнастики та волейболу, спортивної історії України та традицій; бажання систематично відвідувати та брати участь в секційних заняттях; готовність студентів до цілеспрямованості як важливої морально-вольової якості у процесі секційних занять, вольове прагнення; уміння студентів проявляти цілеспрямованість, відповідальність на практиці та інше). Акцентовано, що експериментальна робота будувалася на суб'єкт-суб'єктній взаємодії здобувач освіти-викладач-тренер з обраного виду спорту. Процес виховання цілеспрямованості здобувачів вищої освіти у процесі секційних занять побудований на основі психолого-педагогічних концепцій: особистісно орієнтованого виховання, особистісно-розвивального навчання; принципів: наочності, доступності, системності, суб'єкт-суб'єктної взаємодії. Найбільш результативними методами виховання цілеспрямованості здобувачів вищої освіти у процесі секційних занять визначено: метод створення ситуації успіху, змагання, ігровий метод, заохочення, доручення, метод проблемних ситуацій та вимоги, метод особистого прикладу, переконання та інші. Результати експериментальної роботи щодо досліджуваного феномену свідчать, що використання оновленого змісту в єдності з традиційним та сучасних освітніх методів під час занять плаванням, гімнастикою, волейболом є ефективним.

Ключові слова: цілеспрямованість, виховання цілеспрямованості, здобувачі вищої освіти, секційні заняття, плавання, гімнастика, волейбол.

Tymchik M., Kasich N., Shegimaga V. Education of purposefulness of students of higher education in the process of sectional classes. The article examines the content of education of purposefulness of students of higher education in the process of sectional classes. Scientific research devoted to the aspects of solving the problems of raising the moral and volitional qualities of pupils and students in the process of sectional classes and physical culture is highlighted. It is revealed how the main concepts of the researched category are interpreted in the scientific literature, namely, what is "will", "individual purposefulness", "education of purposefulness in physical culture and health activities". It is thoroughly described what knowledge and skills we tried to form among student youth in the process of sectional classes (awareness by students of higher education of purposefulness as an important moral and volitional quality and understanding of the need to cultivate this quality in modern conditions; interest in sectional classes in swimming, gymnastics and volleyball, sports history of Ukraine and traditions; the desire to systematically attend and participate in sectional classes; students' readiness for purposefulness as an important moral and volitional quality in the process of sectional classes, willful desire; students' ability to show purposefulness, responsibility in practice, etc.). It is emphasized that the experimental work was based on the subject-subject interaction of the learner-teacher-coach from the chosen sport. The process of raising the purposefulness of students of higher education in the course of sectional classes is built on the basis of psychological and pedagogical concepts: personally oriented education, personal development training; principles: visibility, accessibility, systematicity, subject-subject interaction. The most effective methods of educating higher education seekers in the process of sectional classes are: the method of creating a situation of success, competition, game method, encouragement, assignments, the method of problem situations and requirements, the method of personal example, persuasion, and others. The results of experimental work on the studied phenomenon show that the use of updated content in unity with traditional and modern educational methods during swimming, gymnastics, and volleyball classes is effective.

Key words: purposefulness, education of purposefulness, students of higher education, sectional classes, swimming, gymnastics, volleyball.

Постановка проблеми. Проблематика виховної та фізкультурно-масової діяльності завжди перебувала у центрі уваги суспільства, з огляду на це тема нашого дослідження «Виховання

цілеспрямованості здобувачів вищої освіти у процесі секційних занять» є актуальною і недостатньо розробленою. Виховання цілеспрямованості здобувачів вищої освіти, зокрема, у процесі секційних занять зумовлює успішне досягнення поставленої мети, передбачає готовність до суспільно значущої діяльності; формування самодостатньої особистості, яка здатна розуміти свою роль у житті свого освітнього закладу, українського народу тощо; розвиток морально-вольових та фізичних якостей зростаючої особистості. Сучасний етап розвитку українського суспільства вимагає удосконалення освітнього процесу з студентською молоддю.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Останніми роками здійснено ряд наукових досліджень [2; 3; 5; 6; 7; 8; 9; 10], присвячених аспектам вирішення проблем виховання морально-вольових якостей учнівської та студентської молоді у процесі секційних занять та фізичною культурою. Це, насамперед, дослідження теоретичних і методичних основ виховання фізичної культури студентів вищих навчальних закладів у процесі позааудиторної спортивно-масової роботи (Н. Довгань), закономірностей виховання цілеспрямованості учнівської та студентської молоді у процесі секційних занять (Н. Касіч, В. Висоцький, І. Калугін, О. Коваленко, А. Линник), виховання морально-вольових якостей учасників освітнього процесу засобами фізичної культури (О. Остапенко та інші), виховання самостійності в здобувачів освіти під час спортивно-ігрової діяльності (Д. Бінецький), виховання рішучості старшокласників у процесі занять фізичною культурою (В. Масол) та ін. Вивчення психолого-педагогічної літератури досліджуваної категорії засвідчує, що на сьогодні існує достатня кількість наукових робіт щодо виховання морально-вольових якостей учасників освітнього процесу, однак проблема виховання цілеспрямованості здобувачів вищої освіти у процесі секційних занять за сучасних умов досліджена недостатньо.

Мета дослідження – розкрити зміст виховання цілеспрямованості здобувачів вищої освіти у процесі секційних занять.

Виклад основного матеріалу дослідження. На думку багатьох дослідників цілеспрямованість є вольовою якістю особистості. Тому, для нашого дослідження важливим є розуміння визначення поняття „воля”. Так, С. Гончаренко вважає, що воля це свідомо саморегуляція здобувачами освіти своєї поведінки й діяльності, регулююча функція мозку, що полягає в здатності досягати мети, переборюючи зовнішні й внутрішні перешкоди. Також у словнику відмічається, що воля проявляється на практиці в формі організованих дій, вчинків та відповідальної поведінки. При цьому, слід наголосити, що формування вольових якостей має відбуватися у єдності із моральним розвитком особистості, адже це найважливіша умова виховання волі на переконання ученого тощо [4, с. 83].

Визначальним для нашого дослідження стала дисертаційна робота Н. Касіч. Авторка дає власне визначення таким поняттям як «цілеспрямованість особистості» та «виховання цілеспрямованості у фізкультурно-оздоровчій діяльності», а саме: «цілеспрямованість особистості» – здатність підростаючої особистості настійливо керуватись у своїх вчинках і діях віддаленими цілями, успішно домагаючись їх, свідомо здійснювати вибір діяльності, готовність до прояву вольових зусиль; «виховання цілеспрямованості у фізкультурно-оздоровчій діяльності» – педагогічний процес, що передбачає здатність здобувачів освіти свідомо здійснювати вибір фізкультурно-оздоровчої діяльності; концентрувати рішучість, наполегливість як вольові зусилля та уміння об'єктивно аналізувати і оцінювати результати своєї діяльності [7, с. 22].

Отже у процесі секційних занять ми намагалися сформувані у студентської молоді наступні знання й уміння, а саме:

- усвідомлення здобувачами вищої освіти цілеспрямованості як важливої морально-вольової якості й розуміння необхідності виховання даної якості в сучасних умовах;
- розуміння важливості бути фізично підготовленою, активною особистістю у протидії пасивній у процесі досягнення визначеної мети засобами плавання, гімнастики, волейболу;
- знання студентами своїх обов'язків та їх виконання в процесі занять плаванням, гімнастикою, волейболом;
- інтерес до секційних занять з плавання, гімнастики та волейболу, спортивної історії України та традицій;
- радісне переживання (позитивні емоції) від процесу досягнення мети засобами плавання, гімнастики, волейболу;
- бажання систематично відвідувати та брати участь в секційних заняттях з плавання, гімнастики, волейболу та різних видах фізкультурно-масової роботи;
- готовність здобувачів вищої освіти до цілеспрямованості як важливої морально-вольової якості у процесі секційних занять;
- духовна рішучість студентів у процесі тренувань з плавання, гімнастики та волейболу;
- вольове прагнення здобувачів вищої освіти брати участь в різних видах змагань з плавання, гімнастики та волейболу;
- здатність студентської молоді до цілеспрямованості в процесі секційних занять, уміння бути ініціативним, рішучим;

- участь здобувачів вищої освіти у спортивному житті освітнього закладу й уміння досягати кінцевої мети;
- уміння студентів проявляти відповідальність за себе та спортивний колектив у процесі занять плаванням, гімнастикою, волейболом;
- активна участь у процесі занять плаванням, гімнастикою, волейболом та в різних видах фізкультурно-масової роботи ЗВО;
- уміння допомагати іншим учасникам освітнього процесу та інше.

Експериментальна робота будувалася на суб'єкт-суб'єктній взаємодії здобувач освіти-викладач-тренер з обраного виду спорту. Усі дії викладачів та тренерів у роботі з студентами будувалися на демократичній основі, довірі, спільній взаємодії та співпраці з урахуванням інтересів та потреб здобувачів вищої освіти у процесі виховної діяльності; під час організації секційних занять з плавання, гімнастики, волейболу, використовувався уточнений (оновлений) зміст, сукупність дієвих методів та створювалися умови для об'єктивного визначення кращих здібностей (фізичних, морально-вольових тощо) студентів. Викладачі-тренери мали змогу встановити спортивні уподобання здобувачів вищої освіти, які елементи посилені для студентів, від яких вони отримують задоволення, що є невід'ємною частиною гармонійного розвитку особистості тощо.

Процес виховання цілеспрямованості здобувачів вищої освіти у процесі секційних занять побудований на основі психолого-педагогічних концепцій: особистісно орієнтованого виховання, особистісно-розвивального навчання; принципів: наочності, доступності, системності, суб'єкт-суб'єктної взаємодії.

Зміст дослідження передбачає чотири етапи:

перший етап – поглиблення знань в студентів про цілеспрямованість як важливу морально-вольову якість у процесі секційних занять з плавання, гімнастики та волейболу;

другий етап – розвиток мотиваційної сфери (формування бажання займатися плаванням, гімнастикою та волейболом, зацікавленості спортивною історією України, традиціями закладів вищої освіти);

третій етап – усвідомлення учасниками освітнього процесу здатності приймати значущі рішення та самостійно виконувати їх у процесі секційних занять, відповідально ставитися до доручень та вказівок тренерів й уміти їх виконувати;

четвертий етап – виявлення здобувачами вищої освіти цілеспрямованості у процесі занять плаванням, гімнастикою та волейболом.

Слід наголосити, що найбільш результативними методами виховання цілеспрямованості здобувачів вищої освіти у процесі секційних занять визначено: метод створення ситуації успіху, змагання, ігровий метод, заохочення, доручення, метод проблемних ситуацій та вимоги, метод особистого прикладу, переконання та інші.

Висновки. Таким чином проміжні результати експериментальної роботи щодо виховання цілеспрямованості здобувачів вищої освіти у процесі секційних занять свідчать, що використання оновленого змісту в єдності з традиційним, сучасних освітніх методів та іншого інструментарію під час занять плаванням, гімнастикою, волейболом є ефективним. За такого підходу учасники освітнього процесу мають змогу реалізувати власні інтереси; досягти кращих спортивних та освітніх результатів, саморозвиватися, самоорганізуватися; студенти стали більш ініціативними, не зупиняються на половині шляху до своєї мети, почали вірити у власні сили, проявити природну рухову активність. Використання таких методів як створення ситуації успіху, змагання, заохочення, доручення, переконання та інших сприяло формуванню у здобувачів вищої освіти потреби у систематичних заняттях плаванням, гімнастикою та волейболом як засобом досягнення власних цілей тощо. Проведене дослідження щодо виховання цілеспрямованості здобувачів вищої освіти у процесі секційних занять не вичерпує всіх аспектів проблеми. **Перспективним** є вивчення: організаційно-педагогічних умов досліджуваного феномену; особливостей виховання цілеспрямованості студентської молоді засобами інших видів спортивної діяльності в сукупності з існуючими; виховання цілеспрямованості здобувачів вищої освіти у процесі секційних занять в контексті НУШ.

Список використаних джерел

1. Бех І.Д. Виховання особистості : підручник. Київ: Либідь, 2008. 848 с.
2. Бінецький Д.О. Виховання в молодших підлітків прагнення до самостійності у процесі спортивно-ігрової діяльності: дис... канд.пед.наук: 13.00.07 / Інститут проблем виховання НАПН України. Київ, 2020. 244 с.
3. Висоцький В.А., Калугін І.Г., Коваленко О.В., Линник А.М. Формування цілеспрямованості в студентської молоді засобами фізичного виховання. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія № 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури: фізична культура і спорт»*: зб. наукових праць. 2020. Випуск 3 (123). С. 29–33.
4. Гончаренко С.У. Український педагогічний енциклопедичний словник. Видання друге, доповнене й виправлене. Рівне: Волинські обереги, 2011. 552 с.

5. Довгань Н.Ю. Теоретичні і методичні основи виховання фізичної культури студентів вищих навчальних закладів у процесі позааудиторної спортивно-масової роботи: ...дис. док. пед. наук: 13.00.07 / Інститут проблем виховання НАПН України. Київ, 2018. 576 с.
6. Захарків С.Й. Виховання дисциплінованості старших підлітків у процесі занять єдиноборствами: дис... канд.пед.наук: 13.00.07 / Інститут проблем виховання НАПН України. Київ, 2021. 255 с.
7. Касіч Н. П. Виховання цілеспрямованості старших підлітків у фізкультурно-оздоровчій діяльності: дис... канд.пед.наук: 13.00.07 / Інститут проблем виховання НАПН України. Київ, 2019. 252 с.
8. Масол В.В. Особливості виховання рішучості старшокласників у процесі занять фізичною культурою. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2020. №5 (125)20. С. 106-109.
9. Остапенко О., Тимчик М. Військово-патріотичне виховання старшокласників у контексті положень «Нової Української школи». *Методист*. 2018. № 5. С. 48–51.
10. Пилипенко В.М., Тимчик М. В. Теоретичні аспекти фізичного виховання курсантсько-студентської молоді засобами футболу. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури: фізична культура і спорт»*: зб. наукових праць. 2018. Випуск 4 (98) 18. С. 124–126.

References

1. Bekh I.D. (2008). *Vykhovannia osobystosti : pidruchnyk*. Kyiv: Lybid, 848 s.
2. Binetskiy, D. O. (2020). *Vykhovannia v molodshykh pidlitkiv prahnennia do samostiinosti u protsesi sportyvno-ihrovoi diialnosti: dys...* kand.ped.nauk: 13.00.07 / Instytut problem vykhovannia NAPN Ukrainy. Kyiv, Ukraine. 244.
3. Vysotskiy V.A., Kaluhin I.H., Kovalenko O.V., Lynnyk A.M. (2020). *Formuvannia tsilespryamovanosti v studentskoi molodi zasobamy fizychnoho vykhovannia. Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Dragomanova. Serii № 15. «Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury: fizychna kultura i sport»*: zb. naukovykh prats, 3 (123), 29–33.
4. Honcharenko S. U. (2011). *Ukrainskiy pedahohichni entsyklopedychnyi slovnyk*. Vydannia druhe, dopovnene y vypravlene. Rivne: Volynski oberehy, Ukraine. 552.
5. Dovhan N.Iu. (2018). *Teoretychni i metodychni osnovy vykhovannia fizychnoi kultury studentiv vyshchykh navchalnykh zakladiv u protsesi pozaaudytornoi sportyvno-masovoi roboty: Doctor thesis*: 13.00.07 / Instytut problem vykhovannia NAPN Ukrainy. Kyiv, Ukraine. 576.
6. Zakharkiv S.I. (2021). *Vykhovannia dystsyplinovanosti starshykh pidlitkiv u protsesi zaniat yedynoborstvamy: Candidate`s thesis*: 13.00.07 / Instytut problem vykhovannia NAPN Ukrainy. Kyiv, Ukraine. 255.
7. Kasich N. P. (2019). *Vykhovannia tsilespryamovanosti starshykh pidlitkiv u fizkulturno-ozdorovchii diialnosti: Candidate`s thesis*: 13.00.07 / Instytut problem vykhovannia NAPN Ukrainy. Kyiv, Ukraine. 252.
8. Masol V.V. (2020.). *Osoblyvosti vykhovannia rishuchosti starshoklasnykiv u protsesi zaniat fizychnoiu kulturoiu. Naukovyi chasopys NPU imeni M.P. Dragomanova. Serii 15. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport)*, 5 (125)20, 106-109.
9. Ostapenko O., Tymchik M. (2018). *Viiskovo-patriotychno vykhovannia starshoklasnykiv u konteksti polozhen «Novoi Ukrainkoi shkoly»*. *Metodyst*, 5, 48–51.
10. Pylypenko V.M., Tymchik M. V. (2018). *Teoretychni aspekty fizychnoho vykhovannia kursantsko-studentskoi molodi zasobamy futbolu. Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Dragomanova. Serii № 15. «Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury: fizychna kultura i sport»*: zb. naukovykh prats, 4 (98) 18, 124–126.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.3K(162).86

УДК 37.016.796.011.61

Філатова З.І.

кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри фітнесу і фізкультурно-спортивної реабілітації
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, м. Київ
ORCID: 0000-0002-6053-9601

Євтушок М.В.

кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, м. Київ
ORCID: 0000-0002-1161-1179

Антоневич Б.Р.

старший викладач кафедри олімпійського та професійного спорту
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, м. Київ
ORCID: 0000-0002-8121-0389

**ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ВМОТИВОВАНОСТІ СТУДЕНТІВ
ДО ЗАНЯТЬ АКВАФІТНЕСОМ З РІВНЕМ ЇХ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ**