

6. Як змінився стан здоров'я дітей за час війни. URL: <https://rubryka.com/2023/09/07/yak-zminyvsya-stand-zdorov-ya-ditej-za-chas-vijny-rezultaty-pershogo-velykogo-doslidzhennya-shhodo-fizkultury-ta-sportu/>

#### References

1. Kovalchuk N. (2018). Problemy ta shliakhy praktichnoi realizatsii «SPORT DLIa VSIKh» v zakladakh zahalnoi serednoi osvity (na prykladi Volynskoi oblasti). Problemy aktyvizatsii rekreatsiino-ozdorovchoi diialnosti naselennia: materialy XI Mizhnarodnoi nauk.-prakt. konf. (10-11 travnia 2018 r.). Lviv : LDUFK. S. 130– 133.

2. Kovalchuk N., Moroz M. (2022). Rukhova aktyvnist yak zasib pidhotovky do zakhystu Batkivshchyny. Problemy aktyvizatsii rekreatsiino-ozdorovchoi diialnosti naselennia : materialy XIII Mizhnarodnoi nauk.-prakt. konf. (7-8. 10. 2022 r.).Lviv : LDUFK im. Ivana Boberskoho. S. 71-74.

3. Kovalchuk N., Saniuk V., Kozlovskiy O. (2012). Hotovnist studentiv I-ho kursu do opanuvannia himnastychnykh navychok. Molodizhnyi naukovyi visnyk Volynskoho natsionalnoho universytetu imeni Lesi Ukrainky. Fizychno vykhovannia i sport/uklad. A. V. Tsos, V. P. Romaniuk. Lutsk : Volyn. nats. un-t im. Lesi Ukrainky, 2012. Vypusk 6. S. 16 – 20.

4. Novii ukrainskii shkoli – nova fizychna kultura. (2023).Materialy kruhloho stolu z obhovorenniam proiektu standartu vyshchoi osvity z predmetnoi spetsialnosti 014.11 Serednia osvita (Fizychna kultura) na pershomu (bakalavrskomu) rivni vyshchoi osvity. Za red. Naumchuka V. I., Ohnystoho A. V. Ternopil: V-vo TNPU im. V. Hnatiuka. 64 s.

5. Shevtsiv U., Yakovenko S., Karpov O. (2018). stavlennia uchniv serednoho shkilnoho viku do tradytsiinoho provedennia urokiv fizychnoi kultury. Problemy aktyvizatsii rekreatsiino-ozdorovchoi diialnosti naselennia: materialy XI Mizhnarodnoi nauk.-prakt. konf. (10-11 travnia 2018 r.). Lviv: LDUFK, S. 53-56.

6. Iak zminyvsia stan zdorov'ia ditei za chas viiny URL: <https://rubryka.com/2023/09/07/yak-zminyvsya-stand-zdorov-ya-ditej-za-chas-vijny-rezultaty-pershogo-velykogo-doslidzhennya-shhodo-fizkultury-ta-sportu/>

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K\(176\).56](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K(176).56)

УДК 796.012.62:614.46

Козицька А. П.,  
<https://orcid.org/0000-0002-6167-643X>  
старший викладач кафедри фітнесу і  
фізкультурно-спортивної реабілітації,  
Український державний університет імені Михайла Драгоманова, м. Київ  
Пшенична Л. П.,  
<https://orcid.org/0000-0002-5537-411X>  
старший викладач кафедри фітнесу і  
фізкультурно-спортивної реабілітації,  
Український державний університет імені Михайла Драгоманова, м. Київ

### СКЛАДНО-КООРДИНАЦІЙНІ ВИДИ СПОРТУ – ЕЛЕМЕНТ ПОБУДОВИ ФОРМ ОРГАНІЗАЦІЇ РОЗВИТКУ МОЛОДІ В УМОВАХ ОСВІТИ ТА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ

У статті розглядається наукове обґрунтування процесу формування фізично-оздоровчої компетентності студентів, акцентуючи на специфіці роботи та принципах управління фізичним вихованням в закладах вищої освіти. Основна увага приділяється впровадженню цих принципів у життя майбутніми вчителями.

Автори статті проаналізували оздоровчі, розвивальні та виховні можливості складно-координаційних видів спорту, зокрема танцювальної аеробіки, як засобу підвищення ефективності організації фізичного виховання студентів. Досліджено організацію занять з танцювальної аеробіки, що включає теоретичні та практичні аспекти, а також елементи хореографії, акробатики, гімнастики та танців. Особливий акцент робиться на новизні використання цих видів спорту для формування не лише фізичної підготовленості, але й акробатичної, гімнастичної та танцювальної підготовки.

Стаття висвітлює проблему нервово-емоційної та розумової напруженості студентів, що може бути наслідком недостатньої рухової активності, недотримання режиму навчання та відпочинку, а також нераціонального харчування. Автор підкреслює, що ці фактори негативно впливають на стан здоров'я, фізичний розвиток та рівень фізичної підготовленості студентів.

На основі великої кількості досліджень у галузі фізичного виховання закладів вищої освіти, які готують майбутніх вчителів, робиться висновок про необхідність пошуку нових технологій для формування престижу у студентів мати високий рівень здоров'я. Зазначається, що цей престиж залежить від особистісної мотивації, знань та поведінки конкретної особистості, а також є результатом спільної праці викладача та студента.

**Ключові слова:** танцювальна аеробіка, складно-координаційні види спорту, рухова активність, студенти, фізичне виховання, формування компетентності, здоров'я, вчителі.

**Kozytska Alla, Pshenychna Larysa, Complex-coordination sports are an element of building forms of organizing youth development in the conditions of education and life of future teachers.** The article examines the scientific basis for the formation of physical and health competence of students, emphasizing the specifics of work and the principles of managing physical training in the cornerstones of higher education. The main respect is given to the promotion of these principles in life by future teachers.

*The authors of the article analyzed the health, development, and spiritual abilities of folding-coordination sports, including dance aerobics, as a way of increasing the effectiveness of the organization of physical education of students. It is necessary to organize dance aerobics, which includes theoretical and practical aspects, as well as elements of choreography, acrobatics, gymnastics, and dance. Emphasis is placed on the novelty of these types of sports for the development of not only physical fitness, but also acrobatic, gymnastic and dance training.*

*The article highlights the problem of nervous-emotional and mental tension of students, which may result from insufficient physical activity, lack of attention to the start and completion regime, as well as irrational eating. The author emphasizes that these factors negatively affect the health, physical development, and level of physical preparedness of students.*

*Based on many studies in Galusa, physical education of important initial principles that prepare future readers, learn about the need to explore new technologies to build prestige among students of the highest level. I'm healthy. It is understood that this prestige lies in the specific motivation, knowledge of the behavior of a particular characteristic, as well as the result of the student's hard work.*

**Key words:** dance aerobics, folding-coordination sports, manual activity, students, physical education, competency development, health, readers.

**Постановка проблеми та її зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями.** У 21 столітті в Україні склалася критична ситуація зі станом здоров'я молоді. Майже 90 % дітей, учнів та студентів мають відхилення в стані здоров'я, понад 50 % – незадовільну фізичну підготовку, мають низький та нижчий за середній рівні фізичного здоров'я в 61 % молоді у віці 16–19 років, 67,2 % – у віці 20–29 років. Тільки впродовж останніх п'яти років на 50 % збільшилася кількість учнівської та студентської молоді, віднесеної за станом здоров'я до спеціальної медичної групи.

В умовах вищого навчального закладу якість фізичного виховання, зокрема оздоровчої направленості, відіграє важливе значення, оскільки майбутній випускник повинен бути високоосвіченим спеціалістом із відповідним рівнем фізичної підготовленості.

В останні роки складно-координаційні види спорту (танцювальна аеробіка) набуває популярності і в фізичному вихованні студентської молоді. Включення танцювальної аеробіки як фітнес-технології в роботу зі студентами надає можливість розвитку творчості через музичні рухи, збільшення обсягу рухової активності, формування навичок спілкування в колективній діяльності. Заняття складно-координаційними видами спорту створюють міцне підґрунтя для підвищення функціональних можливостей організму, розвитку в студентів рухових здібностей і формування різноманітних рухових навичок. У процесі занять танцювальною аеробікою у студентів розвивається координація, гнучкість, сила, швидкість і витривалість [1]. На тлі інтенсифікації навчального процесу у закладах вищої освіти іпостерігається тенденція до зниження обсягу рухової активності студентів, що негативно позначається на показниках їхнього фізичного стану. Утім, дефіцит рухової активності студентської молоді є соціальним, а не біологічним феноменом, а відтак компенсується регулярними фізичними вправами й оздоровчими тренуваннями. Це ставить на порядок денний питання удосконалення чинної системи фізичного виховання у вищій школі, підвищення мотивації студентів до занять фізичною культурою і спортом, трансформації змісту й структури традиційних академічних занять з фізичного виховання, запровадження таких форм фізичної активності студентів, які б не тільки забезпечували розвиток витривалості та інших фізичних показників, але й сприяли удосконаленню рухових навичок, координації, сенситивної сфери, позитивного самосприйняття, творчої активності, почуття ритму, пам'яті, уваги тощо.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Питання проблеми фізичного виховання студентів досліджували велика кількість науковців.

Проте не виявлено даних, які б комплексно розкривали стан здоров'я студентської молоді на сучасному етапі та відповідали конкретному середовищу та специфіці України (високі темпи скорочення тривалості життя, низький рівень рухової активності населення, недосконале фізичне виховання у навчальних закладах).

Вивчення ступеня наукової розробки проблеми дозволяє констатувати, що впродовж останніх років інтерес дослідників до розробки проблеми активізації рухової активності студентів і підвищення ефективності фізкультурно-оздоровчих занять у вищій школі значно зріс. Запропоновано підходи до організації занять з фізичного виховання студентів, що орієнтовані на формування валеологічних цінностей на базі використання адекватних засобів і методів фізичної культури (І. Павлова, 1999; В. Садовникова, 2005; Т. Антонова, 2005); розроблено моделі спортивно-оздоровчої діяльності студентів на підставі корекції організації процесу фізичного виховання у вишах (А. Драчук, 2001; С. Канішевський, 2007); обґрунтовано структурно-функціональну модель теоретико-методичного забезпечення фізичного виховання студентів закладів вищої освіти (В. Є. Білогур, 2002); розроблено методіку нормування навантажень різної спрямованості на підставі врахування індивідуальних інтересів і рівня фізичного стану студенток, які займаються оздоровчою аеробікою (С. Добровольська, 2005); запропоновано новий підхід до розподілу студентів на групи для занять фізичними вправами на підставі розроблених модельних характеристик різних рівнів фізичного здоров'я (Л. Долженко, 2007).

**Мета статі** – огляд особливостей управління фізичного виховання студентів засобами складно-координаційних видів спорту (з танцювальної аеробіки) та впровадження їх в умовах освіти та життєдіяльності майбутніх вчителів.

**Методи дослідження:** дедуктивний метод, аксіоматичний метод, гіпотетико-дедуктивний метод, індуктивний метод, теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Складно-координаційні види спорту (танцювальна аеробіка) має міждисциплінарний характер. Вона інтегрує, відповідно до свого предмету, знання з медикобіологічних, психолого-педагогічних та інших наук, які сприяють підвищенню рівня фізичного розвитку, функціональному удосконаленню систем організму, набуттю основних життєво важливих рухових навичок, вмінь для подальшої професійної діяльності.

В результаті вивчення складно-координаційних видів спорту (танцювальна аеробіка) студенти зможуть: використовувати засоби танцювальної аеробіки з метою підвищення фізичної та розумової працездатності, розвитку фізичних якостей, відновлення та збереження здоров'я; здійснювати контроль та самоконтроль за функціональним станом організму; забезпечувати збереження і зміцнення стану індивідуального здоров'я з метою підтримки належного рівня фізичного стану.

Стан викладання фізичного виховання у ЗВО свідчить про невідповідність між сучасними, постійно зростаючими вимогами життя та рівнем освіти з фізичної культури випускників. Аналіз сучасних підходів до розвитку фізичної культури в Україні визначає пріоритет рухової активності, здорового способу життя фактично у відриві від особистісних якостей людини. Поза увагою залишилися ціннісні орієнтири особистості, формування її духовної культури, а не тільки духовного здоров'я. У дослідженнях простежується недостатня сформованість ціннісного ставлення студентів до фізичної культури, а також наявність негативних переживань під час занять із фізичного виховання та відсутність основних чинників активності студентів до занять фізичними вправами.

Досягнення позитивного результату з формування ціннісного ставлення до власного здоров'я та вдосконалення культури зміцнення фізичного й психічного здоров'я студентської молоді відбувається за умов, що у ЗВО працює збудована схема орієнтування студента на здоровий спосіб життя (стратегія орієнтування).

Стратегія орієнтування студента на здоровий спосіб життя передбачає реалізацію педагогічних умов. Педагогічна стратегія орієнтування студента на здоровий спосіб життя включає в себе дії викладача ознайомчого, рекомендуючого, підтримуючого характеру, направлені переважно на інформування студента про здоровий спосіб життя, адекватне оцінювання ним свого способу життя, активізацію здоров'язберігаючої діяльності, збагачення досвіду здорового способу життя.

Оскільки ефективність оздоровлення студентів під час занять за розкладом є недостатньою, більшість науковців пропонує покращити стан студентської молоді за рахунок відвідування спортивних секцій при закладах вищої освіти.

Закордонний досвід свідчить, що в багатьох країнах під час організації масової та спортивної роботи з населенням усе вагомніше значення надається діяльності фізкультурно-оздоровчих клубів. Проведені дослідження науковців дають підставу припустити, що використання як спеціалізованих занять із фізичного виховання нового напрямку студентського спорту зі складно-координаційних видів спорту є дуже ефективним.

Одним із напрямків складно-координаційних видів спорту (танцювальна аеробіка) є чирлідінг. Як естетична фізкультурна традиція чирлідінг сягає корінням Древньої Еллади. Саме там під час проведення Олімпійських ігор з'явилися перші групи підтримки атлетів. Першими чирлідерами були чоловіки, завданням яких було потішати спортсменів співом, грою на арфі і читанням віршів [3]. Чирлідінг відноситься до складно-координаційних видів спорту, для рухової діяльності, яких характерні надзвичайно високі вимоги до техніки рухів і спритності. В процесі тренування спортсменів-чирлідерів формується багатий арсенал рухових навиків, що відрізняються координаційною точністю і складністю. Іншою відмінною особливістю цього виду спорту є розвиток силових можливостей у всіх їх 78 найважливіших проявах: динамічна, статична і вибухова сила, швидкісно-силова витривалість [2]. Історія розвитку чирлідінгу в Україні займає поки що короткий проміжок часу, але це не перешкода для досягнення значних успіхів у світових змаганнях. Чому ж цей вид спорту є популярним та яке майбутнє чекає на нього? В Україні розвиток чирлідінгу почався пізно, тому ще не встиг охопити такі масштаби. Лише у 2005 році чирлідінгу було надано статус виду спорту, офіційно визнаного в Україні та зареєстровано Всеукраїнську федерацію чирлідінгу. При належній підтримці чирлідінг в Україні стає з кожним роком популярним, оскільки він один з недорогих і доступних видів спорту, відрізняється емоційністю та яскравістю і є досить розвинутим серед молоді [2].

В останні роки чирлідінг, як складова складно-координаційних видів спорту, набуває популярності і в фізичному вихованні студентської молоді. Включення чирлідінгу як фітнес-технології в роботу зі студентами надає можливість розвитку творчості через музичні рухи, збільшення обсягу рухової активності, формування навичок спілкування в колективній діяльності. Заняття чирлідінгом створюють міцне підґрунтя для підвищення функціональних можливостей організму, розвитку в студентів рухових здібностей і формування різноманітних рухових навичок. У процесі занять чирлідінгом у студентів розвивається координація, гнучкість, сила, швидкість і витривалість. Активізація різносторонніх талантів та рівнів підготовленості надає можливість кожному учаснику групи продемонструвати свої можливості, зробити акцент на своїх перевагах. Чим різноманітнішою є фізична підготовка окремих учасників, тим цікавіше виглядає команда як єдиний колектив. Підкреслимо, що використання чирлідінгу як засобу фізичного виховання дозволяє сформувати не лише основи акробатичної, гімнастичної, танцювальної підготовки і командні рухи. Така спільність інтересів і цілей учасників групи сприяє міжособистісному об'єднанню й згуртуванню колективу. Кожен учасник групи виконує в ній певну роль, яка являє собою індивідуально окреслене коло функцій, що реалізуються в певному спортивному контексті. Водночас, тренувальні заняття чирлідінгом сприяють цілеспрямованому вихованню позитивних почуттів, емоцій, творчої активності під час складання змагальних вправ, слугують засобом збагачення і розрядки емоційного напруження, дарують естетичну насолоду і радість, допомагають перебороти сором'язливість і замкнутість, оздоровлюють одночасно і фізично і духовно [2]. Так, науковці приділяють велику увагу формуванню інтересу студентів до навчальних занять із фізичного виховання у ЗВО засобами чирлідінгу [4].

Отже, вище зазначене дозволяє аргументовано стверджувати, що заняття складно-координаційними видами спорту розвивають не тільки фізичні можливості студентів, але й забезпечують психологічний розвиток завдяки формуванню упевненості в собі, адекватної самооцінки та досягненню професійної зрілості, а також забезпечують соціальний розвиток через співпрацю, конкуренцію та високоморальні стандарти поведінки, закладені у кодексі чирлідерів. Надзвичайно потужний освітній, розвивальний, виховний потенціал чирлідінгу, а також зростання його популярності в студентському середовищі активізує потребу пошуку можливих форм і напрямів його реалізації у вищій школі, як-от: створення відділення чирлідінгу на базі відділення фітнес-аеробіки; включення до навчальної програми з фізичного виховання вивчення елементів чирлідінгу;

створення на базі навчальних відділень збірних команд факультетів; формування збірної команди університету на базі збірних команд факультетів; підготовка програми навчального відділення й спортивної секції з чирлідінгу. Важливо, щоб організація занять чирлідінгом у ЗВО охоплювала як теоретичну, так і практичну складові і включала елементи хореографії, акробатики, гімнастики і танців.

Результати опитування студентів указують, що тільки 29,44 % студентів відвідують спортивні секції та фізкультурно-оздоровчі заняття, а інші 70,56 % ніколи не займались у фізкультурно-оздоровчих групах, хоча мали бажання їх відвідувати. Найбільш популярними серед студентів були заняття оздоровчими видами гімнастики (52,33 %), заняття у воді (34 %), ігрові види спорту (22,33 %), нетрадиційні види фізичних вправ (21,33 %) тощо.

Отже, організація занять студентів, зокрема жіночої статі, складно-координаційними видами спорту рамках предметної галузі «Фізичне виховання» у ЗВО здатна в комплексі вирішити низку оздоровчих, виховних, розвивальних завдань: підвищити мотивацію до занять фізичними вправами, оптимізувати рухову активність, покращити фізичну підготовку, забезпечити розвиток витривалості, гнучкості, швидкості; виховання організованості, толерантності, комунікабельності, товариськості, організаторських здібностей, а також стійкого інтересу до здорового способу життя.

На базі УДУ імені Михайла Драгоманова була створена збірна команда з чирлідінгу, яка є яскравим прикладом того, що все зазначене раніше в матеріалі дійсно працює. Тренувальні заняття чирлідінгом сприяють цілеспрямованому вихованню позитивних почуттів, емоцій, творчої активності під час складання змагальних вправ, слугують засобом збагачення і розрядки емоційного напруження, дарують естетичну насолоду і радість, допомагають перебороти сором'язливість і замкнутість, оздоровлюють одночасно фізично і духовно.

Метою організації цієї новітньої секції було оптимізація навчально-виховного процесу у ЗВО, формування пізнавальної активності, позитивної мотивації та стійкого інтересу студентів до занять цілеспрямованою руховою діяльністю задля зміцнення здоров'я та підвищення рівня адаптації організму до умов навколишнього середовища та майбутньої професійної діяльності, враховуючи рівень фізичної підготовленості і психофізичної стійкості.

Основними завданнями запровадження занять чирлідінгом у вищій школі є:

- розвиток просторових, ритмічних, координаційних, орієнтаційних здібностей студентів;
- формування базових навиків і уявлень у галузі фізичної і естетичної культури особистості, їх значення в житті кожної людини, фізичного розвитку і зміцнення здоров'я;
- формування і розвиток життєвих умінь і навичок, рухового досвіду, вправ загального танцювального і технічного спрямування;
- формування навичок спортивної і фізкультурно-оздоровчої діяльності;
- формування психічних якостей і рис особистості: волі, моральності, стійкості тощо;
- виховання свідомого ставлення до ведення здорового способу життя, усвідомлення важливості регулярної фізичної активності в праці, активному відпочинку, тренуваннях;
- забезпечення релаксації, відпочинку і розслаблення після монотонної розумової праці, зміцнення м'язового корсету, розвиток творчої діяльності, навичок командної роботи тощо.

Протягом 25 років в УДУ імені Михайла Драгоманова проводилися спортивні заходи «Свято Руху, Краси і Здоров'я», на яких студентська молодь мала можливість продемонструвати результати своїх досягнень у оволодінні складно-координаційних рухів (з танцювальної аеробіки).

Важливо, щоб організація занять танцювальної аеробіки у ЗВО охоплювала як теоретичну, так і практичну складові і включала елементи хореографії, акробатики, гімнастики і танців. Для організації занять використовувалися ритмічна музика, а самі заняття проходили в спортивній залі з дотриманням правил техніки безпеки і гігієни, враховували рівень фізичного розвитку, стан здоров'я та рівень фізичної підготовки студентів.

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Аналіз науково-методичної літератури дає змогу виявити такі проблеми в організації фізичного виховання у закладах вищої освіти, які стосуються таких питань: кількість годин із фізичного виховання для розв'язання завдань оздоровлення студентської молоді; рівень стану здоров'я й фізичної підготовленості студентської молоді; рівень освіти, культури, зокрема фізичної культури та ставлення до власного здоров'я; рівень мотивації студентів до занять фізичної культури й спорту.

Отже, організація занять студентів, зокрема жіночої статі (на прикладі створення збірної команд УДУ імені Михайла Драгоманова) чирлідінгом у рамках предметної галузі «Фізичне виховання» у ЗВО здатна в комплексі вирішити низку оздоровчих, розвивальних завдань: підвищити мотивацію до занять фізичними вправами, оптимізувати рухову активність, покращити фізичну підготовку, забезпечити розвиток витривалості, гнучкості, швидкості; виховання організованості, толерантності, комунікабельності, товариськості, організаторських здібностей, а також стійкого інтересу до здорового способу життя.

#### Література

1. Боляк А., Боляк Н. Вплив занять чирлідінгом на формування лідерських якостей студентів вищих навчальних закладів. Спортивна наука України. 2016. № 2 (72). С. 61-67.
2. Боляк А.А., Крикун Ю.Ю., Ауштикальніс Е.І., Боляк Н. Л. Чирлідінг: правила змагань. К.: Всеукр. федерація черлідигу, 2005. 76 с.
3. Корх-Черба О.В., Севастьяненко Л.В. Формування інтересу студентів до навчальних занять із фізичного виховання у ВНЗ Cheerleading. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць / За ред. О. В. Тимошенко. Київ: Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2018. Випуск 3 К (97). С. 266-269.
4. Шиян О. Історичні аспекти становлення та розвитку черлідінгу у світі та Україні. Спортивний вісник Придніпров'я. 2013. № 2. С. 196-199.



### References

1. Boljak A., Boljak N. (2016) Vplyv zanjat' čyrlidynhom na formuvannja liders'kych jakostej studentiv vyščych navčal'nych zakladiv [The influence of cheerleading classes on the formation of leadership qualities of students of higher educational institutions]. Sports Science of Ukraine, vol. 2, no. 72, pp. 61–67.
2. Boljak A.A., Krykun Ju.Ju., Auštykal'nis E.I., Boljak N.L. (2005) Čyrlidynh: pravyla zmahani' [Cheerleading: competition rules]. p. 76.
3. Korkh-Cherba O.V., Sevastianenko L.V. Formuvannia interesu studentiv do navchalnykh zaniat' iz fizychnoho vykhovannia u VNZ Cheerleading. Naukovyi chasopys Natsionalnogo pedahohichnogo universytetu imeni M.P. Drahomanova. Seriiia № 15. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport): zb. naukovykh prats. /Za red. O.V. Tymoshenka. Kyiv : Vydavnytstvo NPU imeni M.P. Drahomanova. 2018. Vypusk 3 K (97). С. 266-269.
4. Shyian O. (2013) Istorychni aspekty stanovlennia ta rozvytku cherlidynhu u sviti ta Ukraini. Sportyvnyi visnyk Prydniprovia. 2013. № 2. S. 196–199.

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K\(176\).57](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K(176).57)

**Коломоєць Г.А.**  
<https://orcid.org/0000-0002-4315-3977>  
кандидат педагогічних наук, старший дослідник,  
начальник відділу науково-методичного забезпечення підвищення якості освіти,  
ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти», м. Київ  
**Малечко Т.А.,**  
<https://orcid.org/0000-0001-9430-6745>  
кандидат педагогічних наук, доцент,  
завідувач сектору забезпечення корекційно-розвиткової роботи  
відділу науково-методичного забезпечення змісту корекційної та інклюзивної освіти  
ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти», м. Київ  
**Бублей Ю.А.,**  
<https://orcid.org/0009-0004-4479-0582>  
вчитель фізичної культури, I категорії,  
Лицей №38 Шевченківський район, м. Київ

### ФОРМУВАННЯ ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ УЧНІВ 5-7 КЛАСІВ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В НУШ

У статті окреслено особливості формування вольових якостей учнів 5-7 класів на уроках фізичної культури в НУШ, актуалізовано роль занять фізкультурно-масової роботи, яка володіє широким виховним арсеналом. Наголошено, що заняття фізичною культурою мають вагомий вплив на розвиток не лише фізичних, а й вольових якостей особистості. Виокремлено актуальність дослідження, яка зумовлена потребою суспільства у самодостатній, дисциплінованій та цілеспрямованій особистості, яка здатна брати активну участь в освітньому й суспільному житті, проявляти соціальну ініціативність. Сучасні реалії зумовили актуалізацію вивчення проблеми формування вольових якостей в здобувачів освіти, розвитку фізичних якостей, що вимагає від учених-практиків пошуку ефективних організаційних форм виховної роботи, методик та технологій для покращення освітнього процесу в школах, залучення підліткової молоді до занять фізичною культурою, що є невід'ємною складовою їх гармонійного розвитку. Встановлено, що незважаючи на багатоаспектність дослідження проблеми формування вольових якостей учнів 5-7 класів, на сьогодні практично відсутні наукові роботи, у яких би системно, структуровано й різнобічно розкривався виховний потенціал уроків фізичної культури в контексті НУШ. У процесі впровадження методики формування вольових якостей учнів 5-7 класів на уроках фізичної культури в НУШ наша увага концентрувалася на таких аспектах: розроблення критеріїв та показників формування вольових якостей; обґрунтування програмно-методичного забезпечення процесу формування вольових якостей молодших підлітків у ЗЗСО в умовах НУШ; системність та послідовність процесу формування вольових якостей засобами фізичної культури; формування вольових якостей, волі до перемоги; впровадження принципів виховання; використано такі методи формування вольових якостей учнів 5-7 класів на уроках фізичної культури як: методи формування свідомості особистості, методи формування досвіду суспільної поведінки і діяльності, методи стимулювання поведінки молодших підлітків та інші; інтеграція знань, вмінь і навичок, необхідних сучасним молодшим підліткам; накопичення здобувачами освіти позитивного досвіду участі у фізкультурній діяльності вольового спрямування в умовах НУШ.

**Ключові слова:** формування, вольові якості, фізична культура, учні 5-7 класів, впевненість у собі, витримка, цілеспрямованість, самоствердження, дисциплінованість, рішучість, мужність.

**Kolomoiets Halyna, Malechko Tetiana, Bublei Yuriy. Formation of volitional qualities of pupils of grades 5-7 in physical education lessons in nush.** The article outlines the peculiarities of the formation of volitional qualities of pupils of grades 5-7 in physical education classes in the secondary school, actualizes the role of physical education classes, which has a wide educational arsenal. It is emphasized that physical education classes have a significant impact on the development of not only