

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Рівненський державний гуманітарний університет

**ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА, СПОРТ І
РЕАБІЛІТАЦІЯ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ**

Збірник наукових праць

ВИПУСК 16

РІВНЕ – 2025

**Фізична культура, спорт і реабілітація в закладах освіти:
Збірник наукових праць. Рівне : ГО СОМ-ЦЕНТР, 2025.
Випуск 16. 316 с.**

У збірнику вміщено наукові праці викладачів, вчених, аспірантів, вчителів-методистів, вчителів-новаторів, здобувачів вищої освіти галузі фізичної культури та спорту України

Збірник статей буде корисним для вчителів і викладачів фізичного виховання, спортсменів, усіх, хто цікавиться сучасними проблемами розвитку фізичного виховання та спортивного тренування

Редакційна колегія:

доктор філософії, доцент Тетяна ГОГОЛЬ

кандидат педагогічних наук, доцент Анатолій КАШУБА

кандидат педагогічних наук, доцент Вадим КІНДРАТ

кандидат педагогічних наук, доцент Володимир КОВАЛЬСЬКИЙ

Відповідальність за інформаційну достовірність поданих матеріалів у наукових працях несуть автори публікацій

ЗМІСТ

Бутенко Т. В. ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА У СПОРТІ ТА ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ	8
Василюк В. М., Гаврилюк М. А. МЕТОДИКА ТРЕНУВАЛЬНОГО ЦИКЛУ ДЛЯ АМАТОРСЬКИХ ФУТБОЛЬНИХ КОМАНД З МЕТОЮ ПОКРАЩЕННЯ ТЕХНІЧНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ ГРАВЦІВ.....	28
Василюк В. М., Гаркавий А. О. СУЧАСНІ МЕТОДИ ТРЕНУВАННЯ УЧНІВ 13-15 РОКІВ ВПРАВАМИ ЄДИНОБОРСТВ	35
Василюк В. М., Корнецький В. С. ВИБРАНІ ПАРАМЕТРИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ У ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ В 12-14 РОКІВ.....	43
Василюк В. М., Михальчук С. М. ІНДИВІДУАЛІЗОВАНИЙ ПІДХІД У ТРЕНУВАННІ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ФУТБОЛІСТІВ НА СТАДІЇ ПОЧАТКОВОЇ СПЕЦІАЛІЗАЦІЇ.....	35
Василюк В. М., Плебанський В. І. УДОСКОНАЛЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ТРЕНЕРІВ В ПРОЦЕСІ ВИВЧЕННЯ СПОРТИВНИХ ДИСЦИПЛІН.....	50
Власюк Г. І. АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ НАПАДАЮЧОГО УДАРУ У ВОЛЕЙБОЛІ.....	56
Власюк Г. І., Войтина В. П. ЗМІСТОВНЕ НАПОВНЕННЯ САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	66
Власюк Г. І., Одарчук М. О. ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	75
Власюк Г. І., Сеньчук О. С. ЗНАЧЕННЯ РОЗВИТКУ ВИТРИВАЛОСТІ У ВОЛЕЙБОЛІ.....	82

Власюк Г. І., Сергійчук К. О. ЗАСТОСУВАННЯ ЦИФРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ НА УКРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ.....	92
Власюк Г. І., Ходорчук Б. В. ВИЗНАЧЕННЯ ЧИННИКІВ ВПЛИВУ НА ПРОФЕСІЙНУ-ПРИКЛАДНУ ФІЗИЧНУ ПІДГОТОВКУ.....	98
Гоголь Т. В. УПРАВЛІНСЬКІ ТА ЛОГІСТИЧНІ ПІДХОДИ В ОРГАНІЗАЦІЇ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ.....	108
Давидюк І. В. ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА ВЧИТЕЛЯ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ НА ОСНОВІ ПЕДАГОГІЧНИХ АСПЕКТІВ РЕФЛЕКСІЇ.....	116
Дутчак В. В. РОЗВИТОК ЗАГАЛЬНОЇ ВИТРИВАЛОСТІ У ТРЕНУВАННІ ЛЕГКОАТЛЕТІВ.....	122
Кашуба А. А., Вашай Д. Р. ФОРМУВАННЯ ТЕХНІЧНИХ НАВИЧОК ГРИ У СОФТБОЛ У ДІВЧАТ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ.....	125
Кашуба А. А., Гаврильчик В. В. ЗНАЧЕННЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИХ ЧИННИКІВ У ПРОФЕСІЙНОМУ РОЗВИТКУ ТРЕНЕРА ДИТЯЧО-ЮНАЦЬКОГО СПОРТУ.....	129
Кашуба А. А., Іваницький Н. Я. ЗАСТОСУВАННЯ ЗАСОБІВ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ ДЛЯ ВДОСКОНАЛЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ СТАРШОКЛАСНИКІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ФУТБОЛОМ.....	138
Кашуба А. А., Омельчук В. П. ВПЛИВ РЕГУЛЯРНИХ ЗАНЯТЬ ФУТБОЛОМ НА МОРФОФУНКЦІОНАЛЬНИЙ СТАН ОРГАНІЗМУ ЧОЛОВІКІВ У ПЕРШОМУ ПЕРІОДІ ЗРІЛОГО ВІКУ.....	141
Ковальський В. В., Вишняк О. М. РОЗВИТОК СПЕЦІАЛЬНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ЮНИХ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ У ПЕРІОД ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ	145

Ковальський В. В., Гуральчук В. В. ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я ЧОЛОВІКІВ ДРУГОГО ЗРІЛОГО ВІКУ ПІД ВПЛИВОМ ЗАНЯТЬ ОЗДОРОВЧИМ БІГОМ.....	154
Ковальський В. В., Древецький І. І. ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ РОЗВИТКУ РУХОВИХ ЯКОСТЕЙ У ДІТЕЙ НУШ НА ЕТАПІ АДАПТАЦІЇ ІЗ ВИКОРИСТАННЯМ ДИФЕРЕНЦІАЛЬНОГО ПІДХОДУ	159
Ковальський В. В., Олексієвець О. О. РОЗВИТОК МОТИВАЦІЇ ДО ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ В УЧНІВ ЗЗСО СІЛЬСЬКОЇ МІСЦЕВОСТІ.....	163
Ковальський В. В., Трофимчук В. В. ФОРМУВАННЯ КООРДИНАЦІЙНИХ УМІНЬ У ДІТЕЙ ПОЧАТКОВОГО РІВНЯ БАЗОВОЇ ОСВІТИ НУШ ЗА ДОПОМОГОЮ БАСКЕТБОЛУ ...	171
Панчук А. П., Гасянок М. А. УДОСКОНАЛЕННЯ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ-ПОЖЕЖНИКІВ У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....	179
Панчук А. П., Панчук І. В., Грицаюк І. І. УДОСКОНАЛЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ФІТНЕС-ТРЕНЕРА У МЕЖАХ СТВОРЕННЯ КОРПОРАТИВНОЇ КНИГИ СПОРТИВНОГО ЦЕНТРУ.....	184
Панчук А. П., Панчук І. В., Шеретюк Ю. В. ВПЛИВ ФІТНЕС-ТРЕНУВАНЬ НА ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ СТАН ЖІНОК ДРУГОГО ЗРІЛОГО ВІКУ.....	192
Панчук А. П., Шилан М. В. ЗАСТОСУВАННЯ ДІЯЛЬНІСНОГО ПІДХОДУ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В УМОВАХ НУШ.....	200
Панчук А. П., Ярмошук О. О., Ярош В. С. ВПЛИВ АНАЛІТИКИ ДАНИХ НА ФОРМУВАННЯ ІГРОВИХ СТРАТЕГІЙ У КОМАНДНИХ ВИДАХ СПОРТУ.....	206
Семенович С. В., Мартинчук П. М. ОСОБЛИВОСТІ ЕТАПУ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ ТА СИСТЕМА	

КОНТРОЛЮ СПЕЦІАЛЬНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTI ПАУЕРЛІФТЕРІВ.....	215
Семенович С. В., Сорочук Д. О. РОЛЬ ТРЕНЕРІВ У ВИХОВАННІ ЗДОРОВОЇ ПОВЕДІНКИ ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ.....	227
Семенович С. В., Тарасюк О. І. СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО СОЦІАЛІЗАЦІЇ ВЕТЕРАНІВ ВІЙНИ З ІНДВАЛІДНІСТЮ ЗА ДОПОМОГОЮ АДАПТИВНОГО СПОРТУ.....	234
Семенович С. В., Тимофіюк А. П. СОЦІАЛЬНА АДАПТАЦІЯ ВЕТЕРАНІВ ВІЙНИ В СУЧАСНИХ УМОВАХ ЗАСОБАМИ АДАПТИВНОГО СПОРТУ.....	240
Чалій Л. В. ТУРИЗМ ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ ГРОМАДЯНСЬКОЇ СВІДОМОСТІ ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	247
Чалій Л. В., Близнюк С. В. ВПЛИВ ЗАНЯТЬ У СЕКЦІЇ НА СТАН ЗДОРОВ'Я ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	255
Чалій Л. В., Лисенко Є. В. АНАЛІЗ СТРУКТУРИ КОМПЛЕКСНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ У СПОРТИВНОМУ ОРІЄНТУВАННІ.....	265
Чалій Л. В., Холод Н. М. ОСОЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ТРЕНЕРА У СУЧАСНИХ УМОВАХ.....	270
Чалій Л. В., Шимко П. О. СУЧАСНІ ВИКЛИКИ ТА УМОВИ ФУНКЦІОНУВАННЯ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМУ (СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНІ, БЕЗПЕКОВІ, ЕКОЛОГІЧНІ, ЛОГІСТИЧНІ АСПЕКТИ).....	286
Шелюк В. О., Драганчук В. В. ПОКРАЩЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ БОРЦІВ НА ПОЧАТКОВОМУ ЕТАПІ ТРЕНУВАНЬ.....	296
Шелюк В. О., Кібукевич В. В. ВДОСКОНАЛЕННЯ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ У ПІДЛІТКІВ ЗАСОБАМИ ВОЛЕЙБОЛУ	300

Шелюк В. О., Приходько А. В. ЗАНЯТТЯ БАСКЕТБОЛОМ ЯК ЗАСІБ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ У ПІДЛІТКІВ 5-6 КЛАСІВ НУШ.....304

Шелюк В. О., Собчук О. М. АЛГОРИТМ ПОБУДОВИ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ ЮНИХ СТИБУНІВ У ДОВЖИНУ: ПЕДАГОГІЧНІ ТА ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ..308



10. Reed P. The role of sport in psychological recovery of veterans. *Journal of Rehabilitation*. 2017. Vol. 18. P. 50–59.
11. Sheremet I. Social integration strategies for war veterans. *Social Work Review*. 2021. № 2. P. 40–48.
12. Thompson J. Social communication programs for veterans. *Rehabilitation Review*. 2021. № 4. P. 60–72.
13. Kunc L. Social reintegration of military veterans. London : Sage, 2021. 198 p.

Чалій Л.В., канд. пед. наук, доцент

ТУРИЗМ ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ ГРОМАДЯНСЬКОЇ СВІДОМОСТІ ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ

Анотація. У статті розглянуто туризм як чинник формування громадянської свідомості здобувачів вищої освіти в умовах сучасних суспільних трансформацій. Обґрунтовано актуальність проблеми з огляду на потребу розвитку відповідального громадянства, національної ідентичності та соціальної активності молоді. Проаналізовано останні українські дослідження, присвячені туристсько-краєзнавчій, спортивно-оздоровчій та волонтерській діяльності студентів, а також формуванню громадянської та полікультурної компетентностей. Розкрито механізми впливу туризму на розвиток громадянських цінностей: краєзнавчо-ціннісний, полікультурний, соціально-діяльнісний, рефлексивний та нормативно-правовий. Визначено форми туристичної активності, що мають найбільший виховний потенціал, та окреслено педагогічні умови ефективної реалізації громадянсько-виховної функції туризму у закладах вищої освіти. Стаття підкреслює значущість туризму як практикоорієнтованого засобу громадянської освіти та формування активної життєвої позиції здобувачів.

Ключові слова: туризм; громадянська свідомість; здобувачі вищої освіти; виховний потенціал; туристсько-краєзнавча діяльність; молодіжний туризм; патріотичне виховання;

полікультурна компетентність; волонтерська діяльність; громадянська компетентність.

Актуальність дослідження. Сучасні трансформаційні процеси українського суспільства, зумовлені війною, євроінтеграційним курсом, реформою освіти та активізацією громадянського суспільства, висувають до молоді вимоги бути не лише висококваліфікованими фахівцями, а й відповідальними громадянами, готовими до участі в суспільному житті держави. У зв'язку з цим заклади вищої освіти (ЗВО) дедалі більше акцентують увагу на формуванні громадянської свідомості здобувачів освіти як важливого результату навчання [1].

У державних стандартах вищої освіти зі спеціальності 242 «Туризм» наголошується на гуманістичних, патріотичних, соціально відповідальних аспектах підготовки фахівців. Туризм розглядається не тільки як галузь економіки, а й як суспільний, культурний і виховний феномен, здатний формувати національну ідентичність, толерантність, соціальну відповідальність та активну громадянську позицію [2].

Особливої значущості туристична діяльність набуває в умовах повномасштабної війни: молодь безпосередньо стикається з проблемами збереження історичної спадщини, національної пам'яті, екологічної рівноваги, функціонування громад у кризових умовах. Туристичні поїздки, волонтерські тури, екскурсії до місць пам'яті чи відбудови сприяють усвідомленню студентами власної ролі в суспільстві та цінності громадянської активності [3].

Отже, проблема дослідження ґрунтується на потребі науково обґрунтувати туризм як чинник формування громадянської свідомості здобувачів вищої освіти, визначити механізми, педагогічні умови та форми туристичної діяльності, що здатні забезпечити громадянсько-виховний ефект.

Постановка проблеми. Незважаючи на великий виховний потенціал туризму, у практиці багатьох ЗВО туристична діяльність студентів часто зводиться до епізодичних заходів — поїздок вихідного дня, формальних навчальних екскурсій чи участі у факультативних ініціативах. У результаті громадянський складник

залишається недостатньо реалізованим, а туристичні активності не інтегруються в системну модель громадянської освіти закладу.

Проблема полягає в тому, що:

- туристична діяльність здобувачів не завжди пов'язана з цілеспрямованим формуванням громадянської свідомості;
- бракує педагогічних моделей, що поєднували б професійну підготовку з громадянсько-виховною функцією туризму;
- недостатньо вивчено механізми впливу різних видів туризму на формування ціннісних орієнтацій студентської молоді;
- нові умови воєнного часу створюють потребу осмислення волонтерського, меморіального, краєзнавчого та екологічного туризму як ресурсів громадянської освіти.

Таким чином, актуальною є розробка концептуальних підходів до інтеграції туристичної діяльності у процес формування громадянської свідомості здобувачів вищої освіти.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Українські дослідники активно розглядають виховний потенціал туризму в аспектах патріотичного, екологічного та полікультурного виховання молоді. У працях про туристсько-краєзнавчу діяльність підкреслюється її значення для формування любові до рідного краю, шанобливого ставлення до культурної спадщини, розвитку національної ідентичності [4].

Спортивно-оздоровчий туризм розглядається як ефективний засіб виховання дисципліни, відповідальності, колективної взаємодії й готовності діяти в складних ситуаціях. Науковці підкреслюють, що участь у туристичних походах сприяє формуванню активної життєвої позиції та громадянської зрілості студентів [5].

У сучасних дослідженнях молодіжного туризму наголошується на його впливі на ціннісні орієнтації, екологічну свідомість, толерантність, міжкультурну взаємодію [6]. Студенти, що активно подорожують, мають вищий рівень соціальної адаптивності, відкритості до інших культур та участі в громадських ініціативах.

Особливого значення для нашого дослідження набувають праці, присвячені формуванню громадянської компетентності здобувачів освіти. Науковці виділяють когнітивний, ціннісний та діяльнісний компоненти громадянської свідомості, підкреслюючи необхідність поєднання теоретичного навчання з реальним соціальним досвідом [7].

У дослідженнях із туризму як навчальної дисципліни відзначається важливість практичної складової — екскурсій, польових практик, освітніх подорожей, які сприяють розвитку відповідальності, комунікабельності, міжкультурних компетентностей [8].

Таким чином, попри значний обсяг праць, комплексне розуміння туризму саме як чинника формування громадянської свідомості здобувача вищої освіти потребує подальшого наукового аналізу.

Мета статті — теоретично обґрунтувати роль туризму у формуванні громадянської свідомості здобувачів вищої освіти та визначити педагогічні умови реалізації цього потенціалу в ЗВО.

Завдання дослідження:

1. Уточнити зміст понять «громадянська свідомість здобувача вищої освіти» та «туризм» у виховному контексті.
2. Визначити механізми впливу туризму на формування громадянських цінностей.
3. Окреслити найбільш ефективні форми туристичної діяльності.
4. Сформулювати педагогічні умови реалізації громадянсько-виховного потенціалу туризм

Виклад основного матеріалу. Громадянська свідомість здобувача вищої освіти є складною інтегральною якістю особистості, що формується під впливом освіти, соціального досвіду, особистісних цінностей та активної участі в суспільному житті. Вона охоплює усвідомлення своєї належності до держави та громади, розуміння прав і обов’язків, прийняття демократичних цінностей, а також готовність до відповідальної поведінки у різних соціальних ситуаціях. Для студентської молоді громадянська

свідомість є не лише результатом засвоєння теоретичних знань про державотворчі процеси та правову систему, але й внутрішньою потребою діяти в інтересах суспільства, проявляти ініціативність, справедливість та солідарність. Саме тому формування такої свідомості розглядається як один із ключових результатів вищої освіти та важливий компонент становлення майбутнього фахівця.

Особливістю громадянської свідомості студентів є поєднання когнітивного, емоційно-ціннісного та діяльнісного вимірів, що робить цей феномен динамічним і відкритим до розвитку. Молоді люди на рівні університетської підготовки активно інтегруються у суспільні процеси, беруть участь у житті громади, студентських організаціях, волонтерських проєктах, що сприяє формуванню стійких громадянських переконань. У цьому віці здобувачі вищої освіти здатні критично оцінювати соціальні явища, аналізувати суспільні проблеми, визначати власну позицію щодо подій у державі та світі. Усе це забезпечує їм можливість усвідомлювати себе відповідальними учасниками суспільства, здатними робити внесок у його розвиток і збереження демократичних цінностей.

Громадянська свідомість здобувача вищої освіти — це інтегральна якість, яка включає:

- когнітивний компонент — знання про державу, права людини, місцеве самоврядування, законодавство;
- ціннісно-мотиваційний компонент — патріотизм, відповідальність, толерантність, соціальна чутливість;
- поведінково-діяльнісний компонент — участь у громадських ініціативах, волонтерстві, студентському самоврядуванні [7].

Формування цих компонентів неможливе без створення умов, у яких здобувач має реальний соціальний досвід, а не тільки теоретичні знання. Саме туризм забезпечує такий досвід.

Відповідно до сучасних нормативних документів, туризм є комплексним суспільним явищем, що поєднує знання з економіки, географії, екології, культури та соціальної взаємодії [2].

Для здобувачів вищої освіти туристична діяльність має три основні виміри:

1. Освітній – навчальні дисципліни, практики, дослідницькі проекти.
2. Професійний – підготовка майбутніх фахівців сфери туризму.
3. Виховний – формування громадянських та моральних цінностей через досвід подорожей.

Туризм дає студентам можливість побачити функціонування держави «в полі»: від роботи громад до збереження природних ресурсів. Це сприяє розвитку їхньої відповідальності та розуміння власної ролі в суспільстві [3].

На основі аналізу літератури й практик молодіжного туризму можна виділити кілька ключових механізмів:

- Краєзнавчо-ціннісний механізм: екскурсії та подорожі історичними місцями сприяють усвідомленню студентами культурної спадщини, формують повагу до історії, національної пам'яті та традицій [4];

- Полікультурний механізм: міжнародні освітні тури розвивають толерантність, відкритість, міжкультурну комунікацію. Студенти вчаться порівнювати цінності й соціальні моделі різних країн, формують критичне мислення [6].

Участь у волонтерських туристичних ініціативах — прибиранні територій, реставрації туристичної інфраструктури, допомозі громадам — сприяє формуванню активної громадянської позиції [3].

Підготовка звітів, презентацій, есе після туристичних поїздок сприяє осмисленню студентами отриманого досвіду, формуванню власних ціннісних установок [7].

Окрім функцій соціального характеру, туризм має велике значення у вирішенні економічних проблем суспільства. Туризм впливає на економіку, є джерелом доходу для місцевого населення, туристських центрів, стимулює розвиток підприємств, сприяє припливу до країни іноземної валюти. Політична функція туризму проявляється в тому, що він став формою «народної дипломатії». Засобами туризму здійснюється активнее спілкування зі світом. Суспільство стає відкритішим, вільніше інтегрується у

світову співдружність. Близькою до соціокультурної є освітньо-виховна функція туризму, яка дозволяє розглядати його як форму розумового та фізичного виховання. Туризм сприяє всебічному розвитку особистості, формуванню почуття патріотизму. У багатьох країнах під масовим напливом відвідувачів поступово руйнуються цінні історичні пам'ятки. Туризм призводить до забруднення довкілля, виділення цінних земель під об'єкти інфраструктури, витоптування рослинності, ґрунтової ерозії, скорочення чисельності флори і фауни [8].

Ознайомлення студентів з правовими нормами, етичними кодексами, правилами безпеки в туризмі формує правову культуру та відповідальність [8].

У практиці закладів вищої освіти найбільш ефективними є такі форми:

- Навчальні екскурсії патріотичного та культурологічного змісту: відвідування музеїв, меморіальних комплексів, історичних пам'яток сприяє формуванню національної свідомості [4].

- Спортивно-туристські походи та експедиції: походи сприяють розвитку відповідальності, дисципліни, командної взаємодії, самостійності [5].

- Волонтерські та екологічні тури: такі заходи поєднують туризм із суспільно корисною діяльністю, що впливає на формування громадянської позиції [3].

- Міжнародні освітні подорожі та академічна мобільність: сприяють розширенню світогляду, формуванню європейської ідентичності [6].

- Науково-дослідницькі експедиції та краєзнавчі практики: сприяють розвитку дослідницьких навичок та глибокому розумінню соціальних процесів [8].

Ефективність туристичної діяльності визначається такими умовами:

1. Інтеграція туризму в систему громадянської освіти ЗВО — включення туристичних модулів у виховні програми.

2. Міждисциплінарність — поєднання туризму з історією, правознавством, екологією, культурологією.

3. Активна участь студентів — залучення до організації подорожей, розроблення маршрутів.

4. Рефлексивний супровід — обговорення, есе, аналітичні звіти.

5. Співпраця з громадами та ГО — волонтерство, партнерські ініціативи.

6. Урахування безпекових аспектів воєнного часу — безпечні маршрути, психологічний супровід.

Висновки. Туризм у системі вищої освіти України є потужним чинником формування громадянської свідомості здобувачів освіти. Він сприяє розвитку:

- національної ідентичності;
- соціальної відповідальності;
- критичного та міжкультурного мислення;
- правової культури;
- активної життєвої позиції.

Туристична діяльність дозволяє поєднати теоретичні знання з реальним соціальним досвідом, що робить її незамінним елементом громадянської освіти в умовах сучасних викликів.

Список використаних джерел

1. Міністерство освіти і науки України. Концепція розвитку громадянської освіти. <https://www.kmu.gov.ua/npas/pro-vnesennia-zmin-do-kontseptsii-rozvytku-hromadianskoj-osvity-v-ukraini-893-081022>
2. Стандарт вищої освіти України зі спеціальності 242 «Туризм». МОН України, 2022.
3. Полтавець В. С. Молодіжний туризм як чинник формування ціннісних орієнтацій. ПУЕТ. 2023.
4. Виховання студентської молоді засобами туристсько-краєзнавчої діяльності. Молодий вчений, 2018.
5. Національно-патріотичне виховання молоді у процесі спортивно-оздоровчого туризму. Молодий вчений, 2019.
6. Божко Л. Д. Молодіжний туризм: тенденції розвитку. 2017.

7. Слободянюк Г. Формування громадянської компетентності студентської молоді. 2022.

8. Перепелюк О. М. Організація туризму: навчальний посібник. 2022.

Чалій Л. В., канд. пед. наук, доцент

Близнюк С. В., здобувач ступеня в/о «Магістр» II курсу

ВПЛИВ ЗАНЯТЬ У СЕКЦІЇ НА СТАН ЗДОРОВ'Я ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Анотація. Автори у статті піднімають важливі питання педагогічного процесу фізичного виховання студентів на сучасному трансформаційному етапі вищої освіти, що пов'язані зі значними змінами і мають певну технологію, спрямовану на комплекс дій викладача і студента для досягнення поставлених завдань і цілей. Як зазначено у статті, сьогодні потрібні докорінні зміни методів і підходів фізичного виховання у вищій школі. Незважаючи на значну кількість дослідницьких робіт на зазначену тематику, все ж питання фізичного виховання здобувачів вищої освіти залишається важливим, динамічним, зазнає впливу багатьох зовнішніх факторів, і в силу таких об'єктивних причин залишається актуальним в сучасних умовах навчання. Автори вказують на важливість секційних занять в поєднанні з інноваційними підходами.

Ключові слова: фізична підготовка, здобувачі вищої освіти, секційна робота, фізичний стан.

Постановка проблеми. Дослідження як вітчизняних, так і закордонних науковців підтверджують, що нестача рухової активності серед студентської молоді негативно впливає на їхнє здоров'я, фізичний розвиток, рівень підготовленості та працездатність. Це може призводити до захворювань опорно-рухового апарату, серцево-судинної, дихальної та нервової систем, сприяти розвитку важких хронічних недуг, порушення обміну речовин, погіршення психоемоційного стану, зниження стійкості організму до негативних факторів довкілля та послаблення імунної