МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

А. В. Сватьєв, Т. В. Воронкова, А. В. Симонік, К. В. Царенко

СТУДЕНТСЬКИЙ СПОРТ

Методичні рекомендації до практичних занять
для здобувачів ступеня вищої освіти магістра
спеціальності «Фізична культура і спорт»
освітньо-професійної програми «Спорт»



Запоріжжя
2025

Міністерство освіти і науки України
Запорізький національний університет

А. В. Сватьєв, Т. В. Воронкова, А. В. Симонік, К. В. Царенко

СТУДЕНТСЬКИЙ СПОРТ

Методичні рекомендації до практичних занять
для здобувачів ступеня вищої освіти магістра
спеціальності «Фізична культура і спорт»
освітньо-професійної програми «Спорт»

Затверджено
вченою радою ЗНУ
Протокол № від 2025 р.

Запоріжжя
2025

УДК 796.011.1-057.875(075.8)
С88

Сватьєв А. В., Воронкова Т. В., Симонік А. В., Царенко К. В. Студентський спорт : методичні рекомендації до практичних занять для здобувачів ступеня вищої освіти магістра спеціальності «Фізична культура і спорт» освітньо-професійної програми «Спорт». Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2025. 80 с.

У пропонованому виданні відповідно до силабуса навчальної дисципліни «Студентський спорт» викладено зміст практичних занять: теми та методичні рекомендації щодо їх опрацювання згідно з пунктами плану, питання й тести для самоконтролю, практичні завдання. Тематика практичних занять охоплює актуальні питання курсу: історичні й організаційно-методичні засади розвитку студентського спорту як у світі загалом, так і в Україні зокрема, особливості нормативно-правового регулювання студентського спорту, структура міжнародного студентського спортивного руху, спортивний клуб як базова ланка і чинник розвитку студентського спорту, методичні підходи до системи підготовки спортсменів у студентському спорті. Тлумачення базових термінів і понять курсу подано у глосарії.

Навчально-методичне видання адресується здобувачам ступеня вищої освіти магістра спеціальності «Фізична культура і спорт», які навчаються за освітньо-професійною програмою «Спорт».

Рецензент

Р. В. Клопов, д-р педагог. наук, професор кафедри фізичної культури і спорту

Відповідальний за випуск

М. В. Маліков, д-р біол. наук, професор, декан факультету фізичного виховання, здоров’я та туризму

© Сватьєв А.В., Воронкова Т.В., Симонік А.В., Царенко К.В., 2025
© ЗНУ, 2025

ЗМІСТ

Вступ…… 5
Загальні настанови з підготовки до практичних занять…….…… 7
ЗМІСТ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ…….. 8
Практичне заняття 1. Історія розвитку студентського спорту: від витоків до Універсіади..... 8
Питання для самоконтролю…….. 9
Тести…… 9
Практичні завдання..... 10
Практичне заняття 2. Історія розвитку студентського спорту: від витоків до Універсіади..... 12
Питання для самоконтролю…….. 13
Тести…… 13
Практичні завдання……..... 14
Практичне заняття 3. Міжнародні спортивні змагання в системі студентського спортивного руху та історія їх проведення……..... 16
Питання для самоконтролю…….. 17
Тести…… 17
Практичні завдання……..... 19
Практичне заняття 4. Міжнародні спортивні змагання в системі студентського спортивного руху та історія їх проведення……..... 19
Питання для самоконтролю…….. 20
Тести…… 21
Практичні завдання……..... 22
Практичне заняття 5. Нормативно-правове регулювання діяльності студентського спорту України..... 23
Питання для самоконтролю…….. 24
Тести…… 24
Практичні завдання……..... 26
Практичне заняття 6. Нормативно-правове регулювання діяльності студентського спорту України..... 27
Питання для самоконтролю…….. 29
Тести…… 29
Практичні завдання……..... 31
Практичне заняття 7. Особливості формування та розвитку студентського спортивного руху в період державотворення..... 32
Питання для самоконтролю…….. 33
Тести…… 34
Практичні завдання…… 35
Практичне заняття 8. Особливості формування та розвитку студентського спортивного руху в період державотворення..... 38
Питання для самоконтролю…….. 39
Тести…… 40

Практичні завдання…… 41
Практичне заняття 9. Клубна форма організації занять як чинник розвитку студентського спорту…..... 42
Питання для самоконтролю…….. 43
Тести…… 44
Практичні завдання……... 45
Практичне заняття 10. Клубна форма організації занять як чинник розвитку студентського спорту…..... 46
Питання для самоконтролю…….. 47
Тести…… 47
Практичні завдання……... 48
Практичне заняття 11. Особливості системи підготовки в студентському спорті України..... 50
Питання для самоконтролю…….. 51
Тести…… 51
Практичні завдання……... 53
Практичне заняття 12. Особливості системи підготовки в студентському спорті України..... 54
Питання для самоконтролю…….. 56
Тести…… 56
Практичні завдання……... 57
Практичне заняття 13. Специфіка проведення наукових заходів у рамках міжнародного студентського спортивного руху..... 58
Питання для самоконтролю…….. 59
Тести…… 60
Практичні завдання…… 61
Практичне заняття 14. Специфіка проведення наукових заходів у рамках міжнародного студентського спортивного руху..... 62
Питання для самоконтролю…….. 63
Тести…… 63
Практичні завдання…… 64
Глосарій…… 66
Рекомендована література……... 72
Використана література……... 72
Додаток А Поради та вимоги до створення мультимедійної презентації 74

ВСТУП

Фізичне виховання і спортивна діяльність у сфері вищої освіти мають на меті забезпечити розвиток фізичного і морального здоров'я студентів, комплексний підхід до формування розумових і фізичних якостей особистості, вдосконалення фізичної та психологічної підготовки до активного життя, професійної діяльності, а також сприяти інтегруванню масового спорту і спорту вищих досягнень, сполучною ланкою між якими є студентський спорт.

Студентський спорт є важливим соціальним явищем, зі своєю багатою історією, принципами й досягненнями. Студентський спорт має свої знаменні події та спортивно-культурні заходи, у тому числі світового рівня. Універсіади – міжнародні спортивні змагання серед студентів – за значущістю та масштабом поступаються лише Олімпійським іграм.

Багато сучасних популярних видів спорту (наприклад, баскетбол, волейбол, регбі) зародились саме зі студентського спорту. Більше того, модель спорту П’єра де Кубертена, виразника ідей олімпізму, значною мірою може бути реалізована саме в студентському спорті.

Сучасний студентський спорт відзначається своєю багатогранністю, що обумовлено його функціонуванням на різних рівнях (від окремого університету до міжнародних об’єднань), вирішенням завдань усіх напрямів спорту, які виходять за межі навчання молоді у закладах вищої освіти. Студентський спорт у багатьох країнах є основою національної спортивної політики та регулюється державними законами й нормативними актами. Студентський спорт є одним із важливих напрямів формування сучасної молодої людини, її підготовленості до життя та майбутньої професії, вагомим соціально-культурним явищем як на національному, так і на міжнародному рівні.

Студентський спорт є ефективним засобом формування здорової особистості з гармонійно розвиненим інтелектуальним, духовним і творчим потенціалом, засобом задоволення потреб у руховій активності, проведення дозвілля, полегшення процесу соціальної адаптації молоді.

Відтак цілком логічно, що курс «Студентський спорт» належить до циклу професійної підготовки освітньої програми «Спорт» другого (магістерського) рівня вищої освіти.

Метою вивчення дисципліни є засвоєння майбутніми фахівцями з фізичної культури і спорту базових знань про організаційну структуру та зміст діяльності в студентському спорті, ознайомлення з досвідом розвитку студентського спортивного руху у світі та в Україні.

Основними завданнями вивчення курсу «Студентський спорт» є:

- ознайомлення з історією становлення та розвитку студентського спорту;
- набуття уявлення про організаційні структури міжнародного студентського спортивного руху;

❖ усвідомлення специфіки проведення спортивно-культурних 41і наукових заходів у рамках міжнародного студентського спортивного руху;

❖ з'ясування особливостей нормативно-правового регулювання студентського спорту України;

❖ засвоєння системи підготовки в студентському спорті та з'ясування чинників, які визначають її ефективність;

❖ набуття вміння узагальнювати досвід організації студентського спорту та визначати шляхи її вдосконалення;

❖ набуття здатності аналізувати сучасні тенденції розвитку студентського спортивного руху, виявляти проблеми та перспективи.

Навчальний курс «Студентський спорт» має тісні міжпредметні зв'язки з такими освітніми компонентами, як «Організація та проведення спортивних змагань», «Організація спортивних клубів», виробнича практика.

У запропонованому авторами виданні відповідно до силабуса навчальної дисципліни «Студентський спорт» подано зміст практичних занять, у ході яких передбачено детальний розгляд здобувачами вищої освіти окремих теоретичних положень курсу та формування вмінь і навичок їх практичного застосування шляхом виконання запропонованих завдань. Відтак видання сприятиме засвоєнню здобувачами ступеня вищої освіти магістра, які навчаються за освітньо-професійною програмою «Спорт», теоретичного і практичного аспектів дисципліни «Студентський спорт», ефективній і якісній підготовці до практичних занять, поточного та підсумкового семестрового контролю.

☝ ЗАГАЛЬНІ НАСТАНОВИ З ПІДГОТОКИ ДО ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

Тематика практичних занять із дисципліни «Студентський спорт» визначається силабусом, а їх зміст конкретизується у пропонованому навчально-методичному виданні. Чітке й ретельне виконання студентами методичних настанов сприятиме раціональному використанню часу, відведеного на самопідготовку до практичних занять.

Порядок засвоєння програмного матеріалу у ході самостійної роботи з підготовки до практичних занять:

1. Ознайомитися з темою, яка виноситься на опрацювання.
2. Осмислити й вивчити теоретичний матеріал теми згідно з пунктами плану, дотримуючись наданих методичних вказівок.
3. Опрацьовувати питання необхідно в їх логічній послідовності, пам’ятаючи, що короткі теоретичні відомості дозволяють сформувати лише загальне уявлення про зміст теми, повним і цілісним воно стане після глибокого вивчення рекомендованої літератури.
4. Розібрати тлумачення ключових термінів і понять. Їх визначення необхідно запам’ятати.
5. Встановити зв'язок щойно вивченого навчального матеріалу з попереднім.
6. Дати відповіді на питання для самоконтролю, виконати тести. Недостатньо засвоєні питання необхідно опрацювати повторно.
7. Виконати практичні завдання. При цьому потрібно продемонструвати вміння застосовувати засвоєні знання, аналізувати, робити узагальнення та висновки.
8. При створенні портфоліо важливо логічно викладати думки та наводити аргументи.

Правильно організована й усвідомлена самостійна робота при підготовці до практичних занять сприятиме:

- ❖ активізації розумової діяльності здобувачів освіти;
- ❖ формуванню потреби в оволодінні знаннями, в їх ефективному та якісному засвоєнні;
- ❖ розвитку інтелектуальних і творчих здібностей;
- ❖ пробудженню інтересу до майбутньої професійної діяльності;
- ❖ виробленню навичок роботи з літературою та критичному осмисленню прочитаного.

🕮 ЗМІСТ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

Практичне заняття 1

Історія розвитку студентського спорту: від витоків до Універсіади

Мета вивчення теми: розглянути історію становлення та розвитку студентського спорту; ознайомитися з особливостями проведення Універсіади; усвідомити значення студентських спортивних змагань для підвищення рівня фізичної культури, розвитку міжнародної співпраці.

План

1. Передумови виникнення та розвитку студентського спорту.
2. Організаційна структура міжнародного студентського спортивного руху.

Ключові терміни та поняття: *студентський спорт, олімпійський рух, університетські клуби, міжнародний спортивний рух, Універсіада, FISU (Міжнародна федерація студентського спорту), Європейська асоціація студентського спорту (EUSA), Національні федерації студентського спорту, Міжнародні студентські спортивні ігри, університетські спортивні клуби, студентські спортивні ліги.*

Методичні вказівки до вивчення теми

У ході вивчення *першого питання* необхідно розглянути історичні витоки та особливості розвитку студентського спорту, визначити вплив перших студентських змагань (XIX ст.) на формування сучасних міжнародних спортивних заходів.

Потрібно проаналізувати етапи становлення та інституціоналізації студентського спорту, зокрема створення міжнародних студентських спортивних організацій, що сприяли популяризації спортивного руху серед молоді.

Окремо варто проаналізувати розвиток Універсіади як ключової події студентського спорту, визначити її роль у підготовці майбутніх професійних спортсменів та загалом значення для міжнародної спортивної спільноти.

При опрацюванні *другого питання* треба детально розглянути специфіку організаційної структури міжнародного студентського спортивного руху, звернувши увагу на ключові елементи, які визначають функціонування основних керівних органів (Міжнародна федерація студентського спорту (FISU), національні студентські спортивні асоціації).

Доцільно проаналізувати ієрархію та взаємодію між глобальними, континентальними та національними структурами управління, а також механізми прийняття рішень у межах цих органів; дослідити роль міжнародних

студентських змагань, зокрема Універсіад, як інструменту реалізації завдань руху.

Окремо варто проаналізувати взаємодію студентських спортивних організацій з міжнародними олімпійськими та неурядовими спортивними структурами, що сприяє інтеграції молоді у глобальний спортивний простір.

Питання для самоконтролю

1. Назвіть основні чинники, що обумовили виникнення студентського спорту.
2. Обґрунтуйте вплив олімпійських ідей на розвиток студентського спорту.
3. Які країни стали першими в розвитку студентського спортивного руху?
4. Поясніть роль університетів у становленні студентського спорту.
5. Як змінився студентський спорт у XX та XXI століттях?
6. Перелічіть міжнародні організації, які координують студентський спортивний рух.
7. Яку роль відіграє Міжнародна федерація університетського спорту (FISU)?
8. Які основні змагання організовуються в рамках міжнародного студентського спортивного руху?
9. Охарактеризуйте організаційну структуру FISU. Перелічіть її функції.
10. Яким чином міжнародний студентський спорт впливає на розвиток фізичної культури та спорту у світі?

Тести

1. Яка країна вважається батьківщиною студентського спорту?

а) Франція;

б) Велика Британія;

в) США;

г) Німеччина.

2. Які університети першими започаткували студентські спортивні змагання?

а) Гарвард і Єль;

б) Оксфорд і Кембридж;

в) Сорбонна і Болонья;

г) Мюнхенський і Гейдельберзький.

3. У якому столітті почали з'являтися перші студентські спортивні організації?

а) XV ст.;

б) XVI ст.;

в) XVIII ст.;

г) XIX.

4. Який вид спорту став першим серед студентських змагань?

а) футбол;

б) гребля;

в) легка атлетика;

г) баскетбол.

5. Коли була заснована Міжнародна федерація студентського спорту (FISU)?

а) у 1905 р.;

б) у 1949 р.;

в) у 1961 р;

г) у 1980 р.

6. Яка організація є головною у сфері міжнародного студентського спорту?

а) МОК (Міжнародний олімпійський комітет);

б) FIFA (Міжнародна федерація футболу);

в) FISU (Міжнародна федерація університетського спорту);

г) WADA (Всесвітнє антидопінгове агентство).

7. Яке основне спортивне змагання організовує FISU?

а) Олімпійські ігри;

б) чемпіонат світу з футболу;

в) Універсіада;

г) Кубок Лібертадорес.

8. Де знаходиться штаб-квартира FISU?

А) Лозанна, Швейцарія;

б) Париж, Франція;

в) Брюссель, Бельгія;

г) Монако.

9. Яка структура відповідає за студентський спорт у Європі?

а) NCAA;

б) EUSA;

в) IOC;

г) FIFA.

10. Скільки основних континентальних студентських спортивних федерацій існує під егідою FISU?

а) 4;

б) 5;

в) 6;

г) 7.

Практичні завдання

Завдання 1. Заповніть таблицю, вказавши основні передумови виникнення студентського спорту у світі та в Україні.

Передумови	Світовий контекст	Український контекст
Соціальні		
Політичні		
Економічні		
Культурні		

Завдання 2. Заповніть таблицю «Порівняльний аналіз спортивних студентських організацій», зіставивши функції та діяльність міжнародних і українських студентських спортивних організацій.

Організація	Рік заснування	Основні завдання	Вплив на розвиток студентського спорту
FISU			
Європейська асоціація студентського спорту			
Спортивна студентська спілка України			

Завдання 3. Побудова схеми організаційної структури.

Мета: Візуалізувати взаємодію між основними організаціями студентського спортивного руху.

Інструкція:

1. На основі зібраної інформації побудуйте схему взаємодії між:
- Міжнародною федерацією студентського спорту (FISU);
- континентальними федераціями (EUSA, AUSF, FASU тощо);
- національними студентськими спортивними асоціаціями.
2. Укажіть стрілками, які види співпраці існують між цими структурами.

Завдання 4. Порівняння національних студентських спортивних асоціацій.

Мета: Вивчити діяльність національних студентських спортивних асоціацій різних країн.

Інструкція:

1. Оберіть три національні студентські спортивні асоціації різних країн.
2. Заповніть порівняльну таблицю, зазначивши:
- назву організації;
- країну;
- основні види спорту, що підтримуються;
- організовані заходи;
- джерела фінансування.
3. Охарактеризуйте подібності та відмінності між цими організаціями.

Практичне заняття 2

Історія розвитку студентського спорту: від витоків до Універсіади

Мета вивчення теми: ознайомитися з історією розвитку міжнародного студентського спорту в Україні; розглянути ключові етапи його становлення, участь українських студентів у міжнародних змаганнях, а також внесок України в розвиток світового студентського спортивного руху; засвоїти структуру та функції комісій Міжнародної федерації університетського спорту (FISU), визначити їхню роль у регулюванні, організації та розвитку студентського спорту на міжнародному рівні, а також розглянути можливості участі українських представників у діяльності цих комісій.

План

1. Історія розвитку міжнародного студентського спорту в Україні.
2. Комісії Міжнародної федерації університетського спорту.

Ключові терміни та поняття: *студентський спорт, Універсіада, Міжнародна федерація університетського спорту, Українська асоціація студентського спорту (УАСС), національні універсіади, Міжнародні студентські змагання, досягнення українських студентів на міжнародних аренах, спортивні клуби при університетах, волонтерський рух у студентському спорті, академічна спадщина та наукові дослідження у спорті, FISU (Fédération Internationale du Sport Universitaire), FISU World Forum, FISU Volunteer Leaders Academy (Академія лідерства волонтерів FISU), комісія з міжнародних зв'язків, комісія зі стійкого розвитку (Sustainability Commission), комісія з етики, комісія з маркетингу і комунікацій, гендерна комісія / гендерна рівність у спорті.*

Методичні вказівки до вивчення теми

При розгляді *першого питання* потрібно ознайомитися з історією становлення та розвитку студентського спорту на теренах України: минуле та сьогодення. Особливу увагу треба приділити етапам інтеграції України до міжнародного студентського спортивного руху.

Необхідно розглянути ключові події, що вплинули на формування студентського спорту в Україні: створення студентських спортивних організацій, участь вітчизняних команд у Всесвітніх Універсіадах, діяльність Спортивної студентської спілки України.

Важливо також проаналізувати роль закладів вищої освіти в розвитку студентського спорту, з’ясувати їх внесок у підготовку спортсменів міжнародного рівня, а також підтримку студентів-спортсменів в освітньому процесі.

У ході вивчення *другого питання* потрібно ознайомитися зі структурою Міжнародної федерації університетського спорту (FISU) та її основними органами управління. Слід розглянути функції основних комісій FISU, зокрема:

спортивної, освітньої, медичної, студентської, гендерної рівності, технічної тощо; відзначити їх вплив на організацію міжнародних спортивних заходів серед студентської молоді.

Необхідно визначити завдання та напрямки діяльності кожної з комісій, а також взаємозв'язки між ними у забезпеченні цілісного функціонування FISU.

Рекомендується дослідити участь представників України в роботі комісій FISU та визначити їх внесок у розвиток міжнародного студентського спорту та співпрацю з міжнародними партнерами.

Питання для самоконтролю

1. Пригадайте, коли саме в Україні почався розвиток міжнародного студентського спорту?
2. Які організації першими представляли Україну в міжнародному студентському спорті?
3. Як участь України у Всесвітній Універсіаді вплинула на розвиток вітчизняного студентського спорту?
4. Які визначні досягнення мали українські студенти-спортсмени на міжнародній арені?
5. Яку роль відіграють заклади вищої освіти в розвитку студентського спорту в Україні?
6. Що таке FISU? Окресліть основну мету діяльності FISU.
7. Перелічіть основні напрями діяльності FISU у сфері студентського спорту.
8. Назвіть основні комісії FISU та визначте їх функції.
9. Поясніть, яким чином FISU сприяє розвитку студентського спорту в різних країнах.
10. Як Україна представлена у структурах або комісіях FISU?

Тести

1. Коли Україна вперше взяла участь у Всесвітній Універсіаді як незалежна держава?

а) у 1989 р.;
б) у 1993 р.;
в) у 1991 р.;
г) у 1995 р.

2. Який студентський спортивний захід є найбільшим у світі?

а) студентські олімпійські ігри;
б) чемпіонат світу серед студентів;
в) Всесвітня Універсіада;
г) Європейські студентські ігри.

3. Яке місто України першим приймало міжнародні студентські змагання після здобуття незалежності?

а) Львів;

б) Київ;
в) Харків;
г) Дніпро.

4. Хто з українських студентів є багаторазовим чемпіоном Універсіади?
а) Сергій Бубка;
б) Яна Клочкова;
в) Олег Верняєв;
г) Дарина Зевіна.

5. Яка організація є головним керівним органом університетського спорту в світі?
а) IOC;
б) UEFA;
в) FISU;
г) EUSA.

6. Яка з указаних нижче комісій FISU опікується академічними питаннями?
а) комісія з медичних питань;
б) освітня комісія;
в) технічна комісія;
г) комісія з розвитку;

7. Скільки основних комісій діє у складі FISU?
а) 5;
б) 8;
в) 10;
г) 12.

8. Яка комісія відповідає за медичне забезпечення студентських спортивних заходів?
а) комісія зі здоров'я;
б) комісія з безпеки;
в) медична комісія;
г) комісія з допінгу.

9. Яке завдання комісії з розвитку (Development Committee)?
а) розробка нових видів спорту;
б) розробка спортивних календарів;
в) підтримка країн, що розвивають студентський спорт;
г) організація Універсіад.

10. Технічна комісія FISU займається:
а) спонсорськими контрактами;
б) правилами та регламентами змагань;
в) освітніми програмами;
г) психологічною підготовкою.

Практичні завдання

Завдання 1. Аналіз хронології розвитку студентського спорту в Україні.
Інструкція: Заповніть таблицю, вказавши в ній ключові події, пов'язані з

розвитком міжнародного студентського спорту в Україні. Основні елементи характеристики кожної події: рік, короткий опис, міжнародний контекст, внесок України.

Рік	*Подія*	*Короткий опис*	*Міжнародне значення / участь України*

Завдання 2. Взаємозв'язок українських студентських спортивних організацій з міжнародними.

Інструкція: На основі наданої інформації або самостійного пошуку створіть схему, що ілюструє:

- національні органи студентського спорту (наприклад, Спортивна студентська спілка України);
- їх зв'язок із FISU (Міжнародною федерацією університетського спорту);
- участь у міжнародних змаганнях (наприклад, Всесвітні Універсіади).

Форма: схема (можна у вигляді дерева або блок-схеми).

Завдання 3. Характеристика комісій FISU.

Інструкція: Ознайомтеся з переліком комісій FISU та заповніть таблицю, вказавши назву комісії, її основні функції та приклад діяльності/проєкту, яким вона займається.

Назва комісії FISU	*Основні функції*	*Приклад діяльності*

Завдання 4. Побудова класифікаційної схеми.

Інструкція: Побудуйте класифікаційну схему комісій FISU за напрямками:

- спортивні;
- освітні;
- адміністративні;
- етичні/соціальні.

Форма: схема у вигляді діаграми, де комісії згруповані за напрямами їх діяльності.

Практичне заняття 3

Міжнародні спортивні змагання в системі студентського спортивного руху та історія їх проведення

Мета вивчення теми: ознайомитися з історією виникнення та основними етапами розвитку студентського спортивного руху; набути уявлення про його значення в освітньому та соціальному контексті; розглянути передумови появи студентського спорту, ознайомитися з ключовими історичними подіями та організаціями, що вплинули на його формування, а також простежити еволюцію руху від моменту його зародження і до сьогодення.

План

1. Короткий огляд історії виникнення студентського спортивного руху.
2. Хронологія ключових етапів розвитку студентського спортивного руху.

Ключові терміни та поняття: *студентський спорт, аматорські змагання, перші студентські клуби, університетські ліги, міжуніверситетські змагання, європейський вплив, олімпійський рух, Міжнародна конфедерація студентського спорту (CIE), FISU (Міжнародна федерація студентського спорту), Універсіада, цифровізація, інклюзія, гендерна рівність.*

Методичні вказівки до вивчення теми

Під час опрацювання *першого питання* потрібно ознайомитися з передумовами зародження та особливостями розвитку студентського спорту у провідних університетах світу, зокрема в США, Великій Британії, Німеччині. Особливу увагу слід приділити ролі університетів у формуванні спортивних традицій, а також появі перших студентських спортивних клубів.

Необхідно розглянути: соціально-культурні чинники, які сприяли активізації фізичної активності студентів у XIX столітті; вплив англо-американської спортивної моделі на інші країни; приклади перших офіційних змагань серед студентів.

Рекомендується проаналізувати історичні джерела, що відображають мотивацію молоді до занять спортом, та простежити, як ці ідеї інтегрувалися в освітній процес.

Також важливо дослідити: перші міжнародні студентські спортивні ініціативи; роль молодіжних об’єднань і рухів у формуванні спортивної культури.

При опрацьовуванні *другого питання* необхідно розглянути основні етапи становлення й розвитку студентського спортивного руху в світовому та національному контексті.

Рекомендується вивчати питання в такій послідовності: створення Міжнародної конфедерації студентського спорту (1923 р.); розвиток

Всесвітньої Універсіади як головної міжнародної студентської спортивної події; вплив Другої світової війни на розвиток студентського спорту; особливості розвитку студентського спорту в умовах «холодної війни»; інтеграція студентського спорту в освітні політики різних країн у другій половині XX століття і до сьогодні.

Важливо дослідити сучасні тенденції розвитку студентського спортивного руху, зокрема: формування системи університетських ліг; цифровізацію та медіатизацію студентського спорту; зростання ролі студентських спортивних федерацій.

Питання для самоконтролю

1. У яких країнах зародився студентський спортивний рух? Із чим це пов'язано?
2. Які соціальні та культурні чинники сприяли виникненню студентського спорту?
3. Як університети впливали на розвиток фізичної культури серед студентів у XIX столітті?
4. Яка роль США та Великобританії у становленні студентського спорту?
5. Чим відрізнялися перші форми студентських спортивних змагань від сучасних?
6. Які основні етапи розвитку студентського спортивного руху можна виділити в історичному аспекті?
7. Коли і з якою метою була створена Міжнародна федерація університетського спорту (FISU)?
8. Як вплинули дві світові війни на розвиток студентського спорту?
9. Коли були проведені перші Всесвітні Універсіади? Окресліть їх роль у популяризації студентського спорту.
10. Які сучасні тенденції впливають на розвиток студентського спортивного руху в світі?

Тести

1. Який університет вважається одним із перших центрів розвитку студентського спорту?

а) Гарвардський;
б) Оксфордський;
в) Паризький;
г) Берлінський.

2. У якому році була створена Міжнародна федерація університетського спорту (FISU)?

а) у 1919 р.;
б) у 1933 р.;
в) у 1949 р.;

г) у 1961 р.

3. Де була проведена перша Всесвітня Універсіада під егідою FISU?

а) у Парижі;

б) у Турині;

в) у Римі;

г) у Лондоні.

4. Коли була створена Українська федерація студентського спорту (УФСС)?

а) у 1991 р.;

б) у 1993 р.;

в) у 1997 р.;

г) у 2001 р.

5. У якій країні виник перший організований студентський спортивний рух?

а) у Німеччині;

б) у Франції;

в) у Великій Британії;

г) в Італії.

6. У якому столітті почали формуватися перші студентські спортивні клуби?

а) у XV ст.;

б) у XVII ст.;

в) у XVIII ст.;

г) у XIX ст.

7. Яка мета була покладена в основу студентського спортивного руху від самого початку?

а) підготовка до професійного спорту;

б) військова підготовка;

в) формування здорового способу життя та командного духу;

г) політична активність.

8. Який вид спорту був одним із перших, що став популярним серед студентів?

а) баскетбол;

б) легка атлетика;

в) футбол;

г) регбі.

9. Хто має право брати участь у змаганнях під егідою FISU?

а) тільки професійні спортсмени;

б) будь-які спортсмени;

в) студенти віком до 25 років;

г) випускники вишів без обмежень.

10. Який з етапів став початком глобалізації студентського спортивного руху?

а) проведення першої Універсіади;

б) заснування Олімпійських ігор;

в) формування FISU;

г) вступ студентів до професійного спорту.

Практичні завдання

Завдання 1. Складіть порівняльну таблицю перших студентських спортивних організацій у США, Великій Британії, Франції та Німеччині.

Укажіть:

- рік заснування;
- назву організації;
- основні види спорту;
- мету створення.

Завдання 2. Схематично представте формування перших студентських спортивних клубів у XIX столітті.

Використовуйте стрілки, щоб показати вплив однієї країни на іншу.

Завдання 3. Схема «дерево подій».

Інструкція: Побудуйте схему «дерево подій», де коріння – це передумови розвитку, стовбур – формування міжнародного руху, а гілки – це сучасні форми студентського спорту (універсіади, чемпіонати, онлайн-змагання).

Завдання 4. Хронологічна шкала.

Інструкція: Побудуйте хронологічну шкалу з основними подіями студентського спортивного руху від XIX століття до наших днів. Для кожної події подайте короткий опис і вкажіть країну.

Практичне заняття 4

Міжнародні спортивні змагання в системі студентського спортивного руху та історія їх проведення

Мета вивчення теми: ознайомитися з історією проведення літніх і зимових Універсіад; усвідомити передумови зародження й розвитку студентського спортивного руху на міжнародному рівні; усвідомити значення Універсіад як важливого етапу в спортивній кар'єрі молоді; формування інтересу до студентського спорту та набуття уявлення про його роль у зміцненні міжнародної співпраці та дружби між народами.

План

1. Історія проведення літніх Універсіад.
2. Історія проведення зимових Універсіад.

Ключові терміни та поняття: *Міжнародна федерація університетського спорту (FISU), Універсіада, літня Універсіада, зимова Універсіада, перші літні Ігри, країни-організатори, олімпійський принцип, студентські ігри, FISU-змагання на снігу та льоду, медальний залік, спортивні рекорди.*

Методичні вказівки до вивчення теми

Опрацювання *першого питання* передбачає ознайомлення з передумовами становленням та розвитку літніх Універсіад як міжнародних спортивних змагань серед студентів і складника міжнародного студентського спортивного руху.

Передусім необхідно розглянути ключові етапи еволюції змагань: від перших студентських ігор до сучасних форматів Універсіад.

Особливу увагу треба акцентувати на основних містах-організаторах, змінах у програмі змагань, участі країн-лідерів, а також внеску України в розвиток літніх Універсіад.

Проаналізувати статистику проведення (кількість країн-учасниць, види спорту, рекорди тощо), а також значення цих змагань для розвитку молодіжного спорту у світі.

Також доцільно дослідити вплив літніх Універсіад на формування спортивного іміджу країн-організаторів та їхній вплив на студентський спорт.

У ході опрацювання *другого питання* необхідно ознайомитися з історичними аспектами створення та проведення зимових Універсіад, їхньою метою, завданнями та особливостями.

Насамперед потрібно розглянути хронологію проведення перших зимових студентських змагань, визначити провідні країни-учасниці та місця проведення, а також специфіку зимових видів спорту, представлених на Універсіадах.

Акцентування увагу треба на аналізі участі українських спортсменів у зимових Універсіадах, їхніх досягнень та внеску в розвиток зимових видів спорту.

Окрім того, важливо проаналізувати тенденції змін у структурі змагань, технологічний розвиток спортивної інфраструктури та роль Універсіад у популяризації спорту серед молоді.

Завершити вивчення теми потрібно вивченням культурного та соціального впливу зимових Універсіад на міжнародну спортивну спільноту.

Питання для самоконтролю

1. Коли та де відбулася перша літня Універсіада?
2. Яка організація є засновником та організатором Універсіад?
3. Які країни брали участь у першій літній Універсіаді?
4. Поясніть, як змінювалася програма змагань літніх Універсіад протягом часу.
5. Які досягнення українських студентів на літніх Універсіадах є найбільш визначними?
6. Де та коли була проведена перша зимова Універсіада?
7. Які види спорту були включені до першої зимової Універсіади?
8. Як еволюціонувала структура зимових Універсіад з моменту їх створення?

9. Які міста найчастіше приймали в себе зимові Універсіади?

10. Охарактеризуйте найбільш значимі здобутки українських спортсменів на зимових Універсіадах.

Тести

1. Хто був ініціатором створення Всесвітньої Універсіади?
а) П'єр де Кубертен;
б) Хуан Антоніо Самаранч;
в) Люсьєн Бел;
г) Томас Бах.
2. У якому році відбулася перша офіційна літня Універсіада?
а) у 1923 р.;
б) у 1949 р.;
в) у 1959 р.;
г) у 1965 р.
3. Як часто проводяться літні Універсіади?
а) щороку;
б) раз на 2 роки;
в) раз на 4 роки;
г) раз на 6 років.
4. Яка країна найбільше разів приймала в себе літню Універсіаду?
а) США;
б) Італія;
в) Японія;
г) Китай.
5. Яка країна стала господарем зимової Універсіади 2025 року?
а) Італія;
б) США;
в) Китай;
г) Японія.
6. У якому році відбулася перша зимова Універсіада?
а) у 1950 р.;
б) у 1960 р.;
в) у 1966 р.;
г) у 1968 р.
6. Де проходила перша зимова Універсіада?
а) Закопане;
б) Шамоні;
в) Валле-д'Аоста;
г) Шамбері.
7. Яка країна буде господарем літньої Універсіади 2025 року?
а) Німеччина;
б) США;
в) Китай;

г) Японія.

8. Які з цих видів спорту є типовими для зимової Універсіади?

а) велоспорт, фехтування, теніс;

б) біатлон, лижні перегони, фігурне катання;

в) гандбол, веслування, плавання;

г) хокей, футбол, регбі.

9. Хто має право брати участь в Універсіадах?

а) лише професійні спортсмени;

б) лише аматори;

в) студенти та випускники віком до 25 років;

г) будь-яка особа віком до 30 років.

10. Скільки видів спорту зазвичай представлено на літній Універсіаді?

а) 5-10;

б) 10-15;

в) 15-20;

г) 20 і більше.

Практичні завдання

Завдання 1. Таблиця країн, що приймали літні Універсіади.

Інструкція: Створіть таблицю та вкажіть у ній, у яких країнах і містах проводились літні Універсіади з 1959 року, починаючи з першої.

Структурні елементи таблиці: назва країни, рік проведення, місто, кількість учасників.

Завдання 2. Таблиця з медальними досягненнями країн на літніх Універсіадах.

Інструкція: Створіть таблицю, зазначивши в ній кількість медалей (золото, срібло, бронза) для топ-5 країн, що найкраще виступали на літніх Універсіадах.

Дослідіть результати по кожній Універсіаді та здійсніть підрахунок медалей.

Завдання 3. Таблиця з медальними досягненнями країн на зимових Універсіадах.

Інструкція: Створіть таблицю, зазначивши в ній медальні досягнення країн, які посіли перші три місця на зимових Універсіадах.

Зберіть дані про медалі, підрахуйте загальну кількість медалей для кожної країни.

Завдання 4. Порівняння літніх і зимових Універсіад за кількістю учасників і країн.

Інструкція: Створіть порівняльну таблицю літніх і зимових Універсіад, зокрема за кількістю учасників і країн, що брали участь.

Оберіть рік змагань, підрахуйте кількість учасників і визначте кількість країн, що брали участь.

Практичне заняття 5

Нормативно-правове регулювання діяльності студентського спорту України

Мета вивчення теми: ознайомитися з особливостями нормативно-правового регулювання студентського спорту в Україні; проаналізувати сучасний стан та виявити актуальні проблеми розвитку студентського спортивного руху як в Україні, так і загалом у світі, з метою набуття цілісного уявлення про механізми функціонування і перспективи вдосконалення цієї сфери.

План

1. Особливості нормативно-правового регулювання вітчизняного студентського спорту.
2. Сучасний стан та актуальні проблеми розвитку студентського спортивного руху в світі та в Україні.

Ключові терміни та поняття: *нормативно-правова база, студентський спорт, Комітет з фізичного виховання та спорту МОН України, Національна федерація студентського спорту України, студентський спортивний рух, FISU (Міжнародна федерація університетського спорту), EUSA (Європейська університетська спортивна асоціація), Універсіади (Всесвітні, Європейські, національні).*

Методичні вказівки до вивчення теми

При засвоєнні *першого питання* насамперед необхідно усвідомити, що нормативно-правове регулювання студентського спорту в Україні здійснюється на основі національного законодавства у сфері фізичної культури і спорту, а також освіти. Основу становлять Закони України «Про фізичну культуру і спорт», «Про вищу освіту» та низка підзаконних актів, зокрема положення та накази Міністерства освіти і науки України.

Зверніть увагу на роль таких організацій, як Спортивна студентська спілка України (СССУ), Федерація студентського спорту України та НОК України, які координують діяльність у сфері студентського спорту, організовують змагання та сприяють міжнародній співпраці.

Розглядаючи питання, необхідно акцентувати увагу на відмінностях між державним регулюванням та діяльністю громадських спортивних організацій, а також на проблемах імплементації міжнародних стандартів у вітчизняне законодавство.

Візьміть до уваги важливість юридичних механізмів підтримки студентів-спортсменів, таких як надання пільг, соціального захисту та прав на поєднання навчання зі спортивною діяльністю.

Вивчення *другого питання* варто розпочати з аналізу глобальних тенденцій у сфері студентського спорту. Передусім варто розглянути діяльність

Міжнародної федерації студентського спорту (FISU), яка організовує Універсіади, чемпіонати світу серед студентів та сприяє розвитку студентського спорту в освітньому середовищі.

Зауважте, що в багатьох країнах світу студентський спорт є невід'ємною складовою університетської культури та системи підготовки спортсменів високого класу. У США, наприклад, діє розгалужена система університетських ліг (NCAA), яка дозволяє поєднувати навчання та професійну спортивну кар'єру.

Необхідно акцентувати увагу на проблемах, характерних для українських реалій: недостатнє фінансування, застаріла матеріально-технічна база, слабка інтеграція спорту в освітній процес, а також низький рівень популяризації студентського спорту серед молоді.

Важливо усвідомити, що перспективи розвитку студентського спортивного руху в Україні значною мірою залежать від активної участі держави, освітніх установ та бізнесу у створенні умов для гармонійного розвитку студентів як особистостей і спортсменів.

Питання для самоконтролю

1. Які основні нормативно-правові акти регулюють питання функціонування студентського спорту в Україні?
2. Яку роль відіграє Міністерство освіти і науки України в регулюванні студентського спорту?
3. Що передбачає Закон України «Про фізичну культуру і спорт» щодо студентського спорту?
4. Окресліть права та обов’язки закладів вищої освіти у сфері розвитку студентського спорту.
5. Яке значення має Статут спортивної студентської організації (наприклад, Спортивної студентської спілки України) у правовому полі?
6. Які міжнародні організації здійснюють координацію студентського спорту у світі?
7. У чому полягають основні проблеми розвитку студентського спорту в Україні на сучасному етапі?
8. Як впливають глобальні тренди на розвиток студентського спортивного руху у світі?
9. Наведіть приклади успішних міжнародних практик у сфері підтримки студентського спорту.
10. Які напрями реформування студентського спорту в Україні пропонуються фахівцями для подолання існуючих проблем?

Тести

1. Який основний нормативний документ регулює функціонування студентського спорту в Україні?

а) Конституція України;

б) Закон України «Про фізичну культуру і спорт»;

в) Кодекс законів про працю України;

г) Закон України «Про освіту».

2. Який орган є головним координатором державної політики у сфері студентського спорту в Україні?

а) Комітет фізичного виховання та спорту МОН України;

б) Міністерство молоді та спорту України;

в) НОК України;

г) Верховна Рада України.

3. Який документ визначає права студентів на участь у спортивних заходах вищого рівня?

а) Статут закладу вищої освіти;

б) Закон України «Про вищу освіту»;

в) Постанова Кабміну України «Про спорт»;

г) Кодекс студентської етики.

4. Яка з наведених організацій не пов'язана зі студентським спортом в Україні?

а) Федерація студентського спорту України;

б) Комітет з фізичного виховання та спорту МОН;

в) Міністерство аграрної політики України;

г) Українська федерація учнівського спорту.

5. Що з указаного нижче є складником державної політики у сфері студентського спорту?

а) заборона комерційних турнірів;

б) підтримка спортивних студентських ліг;

в) відмова від фізичного виховання;

г) створення тільки платних секцій.

6. Яка міжнародна організація координує проведення Всесвітньої універсіади?

а) IOC;

б) FISU;

в) UEFA;

г) UNESCO.

7. Яка з проблем є актуальною для студентського спорту в Україні?

а) надмірне фінансування;

б) високий рівень участі в сільській місцевості;

в) надмірна кількість надлишок спортивних залів.

8. У чому полягає мета Всесвітньої Універсіади?

а) визначити кращого спортсмена серед професіоналів;

б) сприяти культурному та спортивному обміну між студентами світу;

в) отримати державні нагороди;

г) підвищити комерційний прибуток ЗВО.

9. Яка тенденція характерна для розвитку студентського спорту у світі?

а) зменшення кількості університетських змагань;

б) зростання ролі цифрових технологій в організації змагань;
в) відмова від участі жінок у спорті;
г) припинення співпраці з FISU.

10. Який зі шляхів розвитку студентського спорту є найбільш ефективним згідно із сучасними дослідженнями?

а) комерціалізація студентських турнірів;
б) міжнародна співпраця та обмін досвідом;
в) зниження вимог до тренерів;
г) скорочення кількості спортивних дисциплін.

Практичні завдання

Завдання 1. Створіть таблицю та порівняйте в ній ключові нормативно-правові акти, що регулюють питання функціонування студентського спорту в Україні (закони, постанови КМУ, накази МОН, положення федерацій).

Назва документа	*Рік ухвалення*	*Основні положення*	*Сфера дії*

Завдання 2. Складіть структурно-логічну схему реалізації державної політики у сфері студентського спорту згідно зі Стратегією розвитку фізичної культури і спорту до 2028 року.

Приклад структурно-логічної схеми реалізації державної політики у сфері студентського спорту відповідно до Стратегії розвитку фізичної культури і спорту до 2028 року:

Схема представлена у вигляді ієрархічної структури з чітким розподілом рівнів: мета → завдання → заходи → очікувані результати → індикатори оцінки ефективності.

Структурно-логічна схема реалізації державної політики у сфері студентського спорту:

1. *Загальна мета:*

- Сприяння всебічному розвитку студентської молоді через залучення до систематичних занять фізичною культурою і спортом.

2. *Основні завдання:*

- Розвиток інфраструктури студентського спорту.
- Інтеграція фізичного виховання у систему вищої освіти.
- Створення ефективної системи управління студентським спортом.
- Підтримка та розвиток студентського спорту вищих досягнень.
- Розширення міжнародної співпраці у сфері студентського спорту.

3. *Основні заходи:*

- Розробка та реалізація регіональних програм розвитку студентського

спорту.

- Оснащення ЗВО сучасною спортивною інфраструктурою.
- Проведення регулярних студентських спортивних змагань (універсіади, кубки, турніри).
- Підвищення кваліфікації фахівців у сфері фізичної культури та спорту.
- Запровадження мотиваційних механізмів для студентів-спортсменів (стипендії, соціальна підтримка).
- Розвиток електронного реєстру студентських спортивних клубів і спортсменів.
- Участь збірних команд ЗВО у міжнародних змаганнях (FISU тощо).

4. *Очікувані результати:*

- Збільшення рівня охоплення студентів регулярними спортивними заняттями.
- Підвищення спортивних результатів студентських команд.
- Розширення мережі студентських спортивних клубів.
- Формування сталого інтересу студентської молоді до активного способу життя.
- Зростання престижу студентського спорту в суспільстві.

5. *Індикатори оцінки ефективності:*

- Відсоток студентів, які займаються спортом на регулярній основі.
- Кількість проведених спортивних заходів у ЗВО.
- Обсяг інвестицій у студентську спортивну інфраструктуру.
- Кількість студентів-спортсменів, які отримують державну підтримку.
- Кількість міжнародних виступів студентських збірних України.

Завдання 3. Проаналізуйте рівень залучення студентів до спорту в Україні та країнах ЄС (відсоток активних студентів, кількість секцій, змагань на рік тощо).

Результати порівняльного аналізу представте в таблиці.

Завдання 4. Побудуйте аналітичну таблицю та порівняйте в ній кількість університетських спортсменів та студентських спортивних команд у різних країнах (за останні 5 років).

Джерело даних: відкриті статистичні звіти.

Практичне заняття 6

Нормативно-правове регулювання діяльності студентського спорту України

Мета вивчення теми: набути уявлення про основні проблеми розвитку студентського спорту в Україні у XXI столітті, зокрема в умовах воєнного стану; усвідомити вплив суспільно-політичних чинників на фізичну культуру і спорт; виробити активну громадянську позицію щодо збереження і підтримки студентського спорту в кризових умовах.

План

1. Проблеми розвитку студентського спорту в Україні у XXI столітті.
2. Проблеми розвитку студентського спорту в Україні в умовах воєнного стану.

Ключові терміни та поняття: *студентський спорт, університетські ліги, спортивні федерації, цифровізація, онлайн-тренування, воєнний стан, онлайн-змагання, евакуація та переміщення університетів, спортивні секції, дистанційне навчання, дистанційне тренування, безпека учасників спортивного процесу, підтримка спорту на тимчасово окупованих територіях, переорієнтація спортивної діяльності в кризовий період.*

Методичні вказівки до вивчення теми

При засвоєнні *першого питання* насамперед необхідно усвідомити роль студентського спорту як важливого чинника формування здорового способу життя, розвитку фізичної культури серед молоді та виховання соціально активної особистості.

Зверніть увагу на основні етапи становлення студентського спорту в Україні після здобуття незалежності, а також на зміни в організаційних структурах, фінансуванні та нормативно-правовій базі.

Вивчаючи питання, необхідно акцентувати увагу на таких аспектах, як:

- відсутність сталої системи підтримки університетського спорту;
- недосконаліть матеріально-технічної бази;
- низький рівень мотивації студентів до занять спортом;
- нерівномірний розвиток спортивної інфраструктури в регіонах.

Доцільно розглянути діяльність Української федерації студентського спорту, а також участь українських студентів у міжнародних змаганнях, таких як Універсіади. Це дозволить оцінити рівень конкурентоспроможності та організаційного забезпечення студентського спорту в нашій державі.

Урахуйте тенденції інтеграції українського студентського спорту в світовий контекст, а також візьміть до уваги вплив цифровізації та інновацій на популяризацію фізичної активності серед молоді.

Розглядаючи *друге питання*, необхідно визначити вплив повномасштабної війни на фізичну культуру та спорт у закладах вищої освіти.

Насамперед важливо усвідомити, що воєнний стан суттєво змінив пріоритети держави та суттєво вплинув на організацію освітнього процесу, включаючи і спортивні заходи.

Зверніть увагу на такі проблеми:

- тимчасове призупинення очних спортивних заходів;
- руйнування або окупація спортивної інфраструктури;
- релокація студентів і викладачів;
- психологічна та фізична втома учасників освітнього процесу.

Також важливо розглянути шляхи адаптації системи студентського

спорту до нових умов: впровадження онлайн-змагань, гібридних форматів тренувань, ініціатив волонтерських спортивних рухів.

Детально розгляньте приклади успішної адаптації студентського спорту до кризових умов, зокрема діяльність окремих університетів, які змогли зберегти спортивні секції, підвищувати мотивацію студентів через патріотичні та реабілітаційні програми.

Завершіть вивчення другого питання ознайомленням зі значенням студентського спорту як засобу підтримки психоемоційного стану молоді та формування національної єдності в умовах загрози для держави.

Питання для самоконтролю

1. Окресліть основні тенденції розвитку студентського спорту в Україні у XXI столітті.
2. Які чинники позитивно впливають на розвиток студентського спорту в сучасній Україні?
3. Які проблеми фінансування існують у сфері студентського спорту?
4. Яку роль відіграють заклади вищої освіти в розвитку студентського спорту?
5. Поясніть вплив міжнародних змагань (наприклад, Універсіад) на розвиток студентського спорту в Україні?
6. Як війна в Україні вплинула на інфраструктуру студентського спорту?
7. Які труднощі виникають при проведенні спортивних заходів серед студентів під час воєнного стану?
8. Які заходи реалізує держава для підтримання вітчизняного студентського спорту в умовах війни?
9. Як змінився рівень участі студентської молоді у спортивному житті під час війни?
10. Поміркуйте та визначте перспективи розвитку студентського спорту після завершення воєнного стану.

Тести

1. Яка з проблем є найбільш поширеною у розвитку студентського спорту в Україні у XXI столітті?

а) надлишкове фінансування;

б) висока зацікавленість студентів;

в) низький рівень матеріально-технічної бази;

г) висока конкуренція з професійним спортом.

2. Яка державна програма найбільше впливає на розвиток студентського спорту в Україні?

а) «Здорова нація»;

б) «Україна – спортивна держава»;

в) «Олімпійська надія»;

г) «Спорт у регіони».

3. Який рівень мотивації до занять спортом характерний для більшості українських студентів у XXI столітті?

а) високий;

б) середній;

в) низький;

г) дуже високий.

4. Що з перерахованого не є основною проблемою студентського спорту в XXI столітті?

а) недостатнє фінансування;

б) недостатня кількість змагань;

в) велика кількість кваліфікованих тренерів;

г) відсутність заохочення студентів.

5. Яка роль закладів вищої освіти в розвитку студентського спорту?

а) пасивна;

б) вони повністю відповідають за професійний спорт;

в) активна участь у формуванні спортивної культури;

г) вони не впливають на студентський спорт.

6. Який чинник найбільше вплинув на студентський спорт під час воєнного стану?

а) підвищення інтересу до спорту;

б) посилення матеріальної бази;

в) евакуація та міграція студентів;

г) проведення нових турнірів.

7. Яким чином воєнний стан вплинув на інфраструктуру студентського спорту?

а) сприяв її розвитку;

б) жодним чином не вплинув;

в) знищено або пошкоджено частину спортивних об'єктів;

г) сприяв приватизації спортзалів.

8. Як змінився доступ студентів до спортивних заходів під час воєнного стану?

а) покращився;

б) не змінився;

в) обмежився через безпекові ризики;

г) став необов’язковим.

9. Яка з проблем є типовою для студентського спорту в умовах війни?

а) перенасичення секцій;

б) зниження фізичної активності студентів;

в) надмірна кількість змагань;

г) збільшення кількості спортивних стипендій.

10. Який з варіантів найкраще описує підтримку студентського спорту в умовах воєнного стану?

а) повністю припинена;

б) підтримується лише в столичних вишах;

в) переорієнтована на онлайн-формати та мінімізацію ризиків;

г) не потребує змін.

Практичні завдання

Завдання 1. Складіть таблицю та охарактеризуйте в ній фінансування студентського спорту (державне, приватне, спонсорське) за останні 5 років.

Завдання 2. Схематично представте наслідки негативного впливу воєнного стану на розвиток студентського спорту (фінансування, доступ до залів, безпека тощо).

Завдання 3. Опитування та узагальнення його результатів.

Інструкція: Проведіть міні-опитування серед студентів щодо доступу до занять спортом під час війни і подайте результати у формі таблиці.

Приклад міні-опитування серед студентів щодо доступу до занять спортом під час війни, а також таблиця з узагальненими результатами:

Міні-опитування: Доступ до занять спортом під час війни

1. Чи мали ви можливість займатися спортом під час війни?

а) так, регулярно;

б) так, іноді;

в) ні, не мав(ла) можливості.

2. Які чинники найбільше вплинули на ваш доступ до спорту?

а) відсутність безпечного місця;

б) закриття спортивних закладів;

в) обмежений час/комендантська година;

г) психологічне напруження;

д) інше (вкажіть).

3. Який вид спорту ви практикували (або намагались практикувати) під час війни (відкрите запитання)*?*

Узагальнені результати опитування (серед 50 здобувачів освіти)

№	Питання	Варіанти відповіді	Кількість студентів	Відсоток (%)
1	Чи мали ви можливість займатись спортом під час війни?	Так, регулярно	12	24%
		Так, іноді	23	46%
		Ні	15	30%
2	Чинники, що вплинули на доступ до спорту (можна обрати кілька варіантів)	Відсутність безпечного місця	31	62%
		Закриття спортивних закладів	28	56%
		Обмежений час/комендантська година	22	44%
		Психологічне напруження	26	52%
		Інше	5	10%
3	Види спорту, які практикували (топ-5)	Біг/прогулянки на вулиці	28	56%
		Домашні тренування	22	44%

№	Питання	Варіанти відповіді	Кількість студентів	Відсоток (%)
		(онлайн/самостійно)		
		Йога/розтягування	14	28%
		Велоспорт	9	18%
		Командні ігри (обмежено, у безпечних місцях)	7	14%

Завдання 4. Складіть таблицю альтернативних форм занять спортом під час війни (онлайн-тренування, мобільні спортзали, партнерський простір).

Практичне заняття 7

Особливості формування та розвитку студентського спортивного руху в період державотворення

Мета вивчення теми: ознайомитися зі специфікою формування організаційних структур студентського спортивного руху в сучасній Україні; розглянути структуру та зміст діяльності студентського спорту як важливої складової фізичного виховання і розвитку молоді; проаналізувати сучасні тенденції, нормативно-правову базу та практичний досвід функціонування студентських спортивних організацій.

План

1. Специфіка формування організаційних структур студентського спортивного руху в сучасній Україні.
2. Структура та зміст діяльності в студентському спорті України.

Ключові терміни та поняття: *студентський спортивний рух, організаційна структура, громадські організації студентського спорту, Федерація студентського спорту України (ФССУ), Державна політика у сфері студентського спорту, спортивні секції, Універсіади України, тренувальний процес, змагальна діяльність, міжнародна спортивна діяльність студентів.*

Методичні вказівки до вивчення теми

При засвоєнні *першого питання* насамперед необхідно розглянути особливості історичного розвитку студентського спорту в Україні, зокрема вплив радянської спадщини та трансформаційних процесів незалежної України.

Зверніть увагу на роль державних органів управління, таких як Міністерство освіти і науки України, Міністерство молоді та спорту, а також

Всеукраїнської молодіжної громадської організації «Спортивна студентська спілка України» (СССУ).

Також необхідно акцентувати увагу на типах організаційних структур, які функціонують у межах студентського спорту – спортивні клуби при ЗВО, студентські федерації з окремих видів спорту, координаційні ради та інші органи студентського самоврядування.

Доцільно розглянути питання децентралізації управління студентським спортом та взаємодії між громадськими організаціями, освітніми установами й органами влади. Проаналізуйте міжнародний досвід, зокрема функціонування організацій на зразок FISU (Міжнародна федерація студентського спорту) та їх вплив на українську систему.

Друге питання передбачає ознайомлення з основними напрямами діяльності в межах студентського спорту, включаючи: масовий спорт (оздоровчий, рекреаційний); спортивні змагання між ЗВО (наприклад, Універсіади); підготовку спортсменів високого рівня; організацію навчально-тренувального процесу.

Доцільно розглянути організаційні та програмні підходи до фізичного виховання студентів у вишах, включаючи факультативні заняття, спортивні секції, участь у змаганнях тощо.

Зверніть увагу на роль студентських спортивних клубів як основних структурних елементів, які забезпечують реалізацію спортивної діяльності в ЗВО, та їхню взаємодію з адміністрацією закладу, тренерами, студентським активом.

Окрім того, опрацьовуючи друге питання, потрібно набути уявлення про такі сучасні виклики, як недостатнє фінансування, відсутність мотивації до занять спортом серед студентів, а також обмеженість матеріально-технічної бази в окремих регіонах України.

Питання для самоконтролю

1. Які основні чинники впливають на формування організаційних структур студентського спортивного руху в Україні?
2. Які органи управління студентським спортом функціонують в Україні на національному рівні?
3. Поясніть роль Міністерства освіти і науки України в розвитку студентського спорту.
4. Перелічіть функції Спортивної студентської спілки України.
5. У чому полягає специфіка взаємодії між ЗВО та національними спортивними федераціями?
6. Назвіть основні напрямки діяльності студентського спорту в Україні.
7. Які види спортивних заходів проводяться серед студентів в Україні?
8. Як здійснюється підготовка спортсменів у межах студентського спорту?
9. Розкрийте роль спортивних клубів закладів вищої освіти в забезпеченні спортивної активності студентів.
10. Які актуальні проблеми та перспективи розвитку студентського спорту в Україні можна виокремити?

Тести

1. Яка основна організація координує студентський спортивний рух в Україні?

а) НОК України;

б) Міністерство охорони здоров'я України;

в) Спортивна студентська спілка України (СССУ);

г) Федерація легкої атлетики України.

2. Який орган забезпечує нормативно-правову базу для розвитку студентського спорту в Україні?

а) Верховна Рада України;

б) Міністерство освіти і науки України;

в) Міністерство молоді та спорту України;

г) Президент України.

3. Яка особливість формування студентських спортивних організацій в Україні?

а) вони не мають юридичного статусу;

б) вони діють виключно на добровільних засадах;

в) вони формуються при закладах вищої освіти та входять до загальнонаціональної структури;

г) вони фінансуються виключно спонсорами.

4. До складу яких міжнародних структур входить студентський спорт України?

а) UEFA;

б) FIFA;

в) FISU (Міжнародна федерація студентського спорту);

г) WADA.

5. Яка з наведених нижче форм є типовою для організаційної структури студентського спортивного руху?

а) акціонерне товариство;

б) громадська організація;

в) тренерський штаб;

г) приватне підприємство.

6. *Який головний напрям діяльності студентського спорту в Україні?*

а) професійні спортивні змагання;

б) комерційна організація тренувань;

в) масове залучення студентів до фізичної активності та змагань;

г) підготовка олімпійських чемпіонів.

7. Який документ регламентує діяльність студентських спортивних клубів у ЗВО?

а) Конституція України;

б) Статут ООН;

в) Положення про студентські спортивні клуби;

г) наказ Міністерства фінансів України.

8. Який з видів змагань є найбільш поширеним у студентському спорті

України?

а) Олімпійські ігри;

б) Універсіади та спартакіади ЗВО;

в) чемпіонати світу;

г) турніри серед професіоналів.

9. Хто може брати участь у студентських спортивних змаганнях?

а) усі охочі;

б) тільки спортсмени професійних клубів;

в) студенти, аспіранти та випускники (до 1 року після закінчення навчання);

г) тільки призери міських змагань.

10. Який з напрямів не входить до змісту діяльності студентського спорту?

а) організація тренувального процесу;

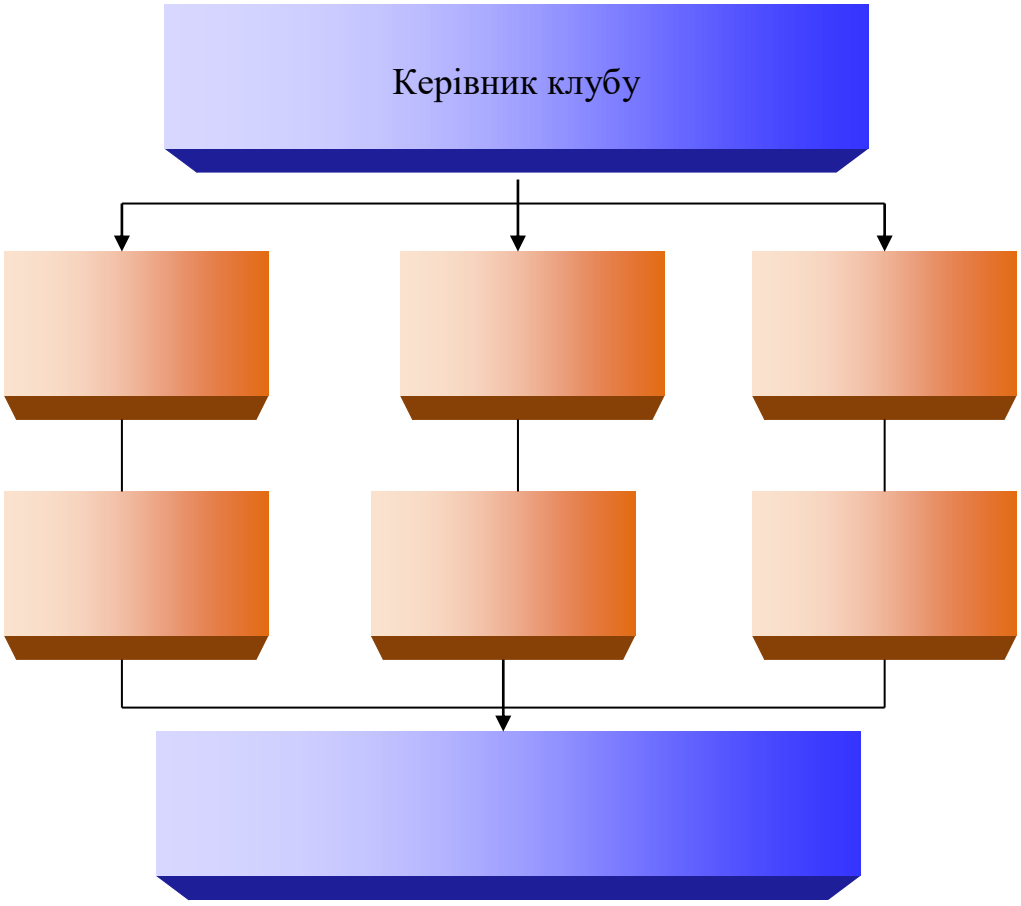
б) проведення змагань;

в) комерційний продаж спортивного інвентарю;

г) профілактика гіподинамії серед студентів.

Практичні завдання

Завдання 1. Заповніть схему (органограму) типової організаційної структури студентського спортивного клубу при ЗВО.



Завдання 2. Проведіть анкетування серед здобувачів освіти щодо їх участі в спортклубах. Представте результати у формі діаграми та короткого аналізу.

Приклад анкетування серед студентів щодо участі в спортивних клубах і оформлення результатів:

Анкета щодо участі студентів у спортивних клубах ЗВО

1. Чи є ви учасником студентського спортивного клубу?

а) так;

б) ні, але хотів(ла) би;

в) ні, і не цікавлюсь.

2. Які види спорту вас цікавлять найбільше? Можна обрати кілька варіантів відповідей:

а) футбол;

б) волейбол;

в) легка атлетика;

г) фітнес/тренажерний зал;

д) йога/розтягування;

е) інше.

3. Що заважає вам брати участь у спортивному клубі?

а) брак часу;

б) відсутність інформації;

в) відсутність потрібного виду спорту;

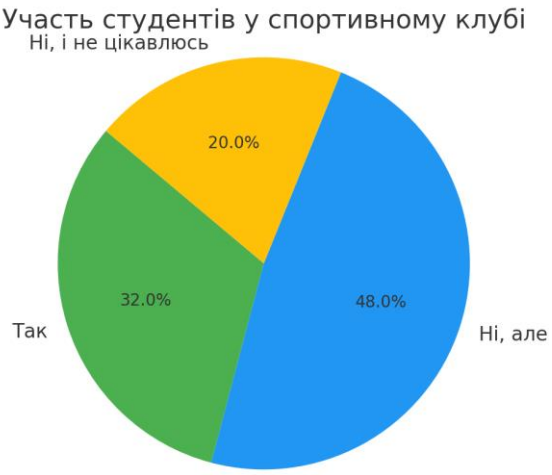
г) психологічний бар'єр;

д) нічого не заважає.

Результати опитування (100 студентів)

Питання	*Варіант відповіді*	*Кількість*	*Відсоток*
1	Так	32	32%
	Ні, але хотів(ла)	48	48%
	Ні, і не цікавлюсь	20	20%
2	Футбол	44	44%
	Волейбол	38	38%
	Легка атлетика	27	27%
	Фітнес/тренажерний зал	52	52%
	Йога/розтягування	21	21%
	Інше	8	8%
3	Брак часу	57	57%
	Відсутність інформації	31	31%
	Нема потрібного виду спорту	22	22%
	Психологічний бар'єр	16	16%
	Нічого не заважає	10	10%

Діаграма для візуалізації



Короткий аналіз

- 32% студентів уже є учасниками спортклубів.
- 48% не беруть участі, але виявляють зацікавленість; є потенційною аудиторією для залучення.
- 20% не цікавляться участю взагалі; основна причина – брак часу (57%) та відсутність інформації (31%).
- Найпопулярніші напрямки: фітнес/тренажерний зал, футбол, волейбол.

Завдання 3. Складіть перелік компетенцій, що формуються у студентів у процесі участі в спортивних заходах (фізичні, соціальні, організаційні тощо).

Приклад таблиці компетенцій, які формуються у студентів під час участі в спортивних заходах:

Компетенції, що формуються у студентів під час участі в спортивних заходах

Категорія компетенцій	*Конкретні компетенції*	*Характер формування*
Фізичні	Спритність, витривалість, сила, координація	Через участь у тренуваннях і змаганнях
	Дотримання принципів здорового способу життя	Регулярні фізичні активності
	Командна робота	Спільні ігри, естафети, змагання
Соціальні	Комунікація, лідерство	Взаємодія з іншими учасниками, капітанство
	Толерантність, повага до суперника	Дотримання етичних принципів у спорті
Організаційні	Планування подій (турніри, тренування)	Участь в організації заходів

Категорія компетенцій	*Конкретні компетенції*	*Характер формування*
	Тайм-менеджмент	Поєднання навчання і спорту
	Робота з документацією (реєстрація, заявки)	Адміністративна діяльність у клубі
	Самодисципліна, цілеспрямованість	Систематичні тренування
Особистісні	Подолання стресу, розвиток впевненості	Спортивна боротьба, перемоги та поразки
Цифрові / Медіа	Ведення соцмереж клубу, створення афіш/відео	Через діяльність у медіакоманді клубу
Громадянські, патріотичні	Активна участь у спортивних заходах благодійного/волонтерського характеру	Спорт на підтримку ЗСУ, заходи в громадах

Завдання 4. Створіть таблицю та охарактеризуйте в ній види діяльності студентського спортивного клубу (змагання, оздоровчі заходи, гуртки, тренування). Наведіть приклади заходів.

Практичне заняття 8

Особливості формування та розвитку студентського спортивного руху в період державотворення

Мета вивчення теми: ознайомитися з основними аспектами кадрового забезпечення вітчизняного студентського спорту; визначити актуальні шляхи підвищення професійної кваліфікації фахівців у цій сфері; усвідомити значущість компетентного кадрового потенціалу для розвитку студентського спорту в Україні.

План

1. Кадрове забезпечення вітчизняного студентського спорту.
2. Шляхи підвищення професійного розвитку та кваліфікації кадрів у сфері студентського спорту.

Ключові терміни та поняття: *кадровий потенціал, студентський спорт, тренер-викладач, спортивний менеджмент, спортивні організації ЗВО, кваліфікаційні вимоги, нормативно-правове забезпечення, кадровий дефіцит, компетентнісний підхід, професійний розвиток, цифрові освітні платформи.*

Методичні вказівки до вивчення теми

При засвоєнні *першого питання* насамперед необхідно усвідомити значення кадрового потенціалу як одного з ключових чинників розвитку

студентського спорту в Україні. Кадрове забезпечення включає викладачів фізичного виховання, тренерів, інструкторів, науковців та адміністративний персонал, які безпосередньо впливають на ефективність спортивного процесу у вишах.

Зверніть увагу на сучасні вимоги до професійної компетентності фахівців у сфері студентського спорту, зокрема знання спортивної педагогіки, психології, управління спортивною діяльністю та вміння працювати з молоддю. Також доцільно розглянути законодавчу базу та нормативно-правові документи, що регламентують діяльність кадрів у галузі фізичної культури і спорту.

Необхідно акцентувати увагу на специфіці кадрового складу в різних типах закладів освіти (університети, академії, коледжі), а також на важливості дотримання міждисциплінарного підходу до підготовки фахівців.

Проаналізуйте вплив міжнародного досвіду на формування національної системи кадрового забезпечення студентського спорту.

Вивченні *другого питання* передбачає ознайомлення з основними формами та методами підвищення кваліфікації: участь у семінарах, тренінгах, курсах підвищення кваліфікації, конференціях; стажування у провідних спортивних закладах України та за кордоном.

Доцільно розглянути роль самостійної освітньої діяльності, безперервної професійної освіти та впровадження інноваційних технологій навчання (онлайн-платформи, вебінари, сертифіковані програми тощо).

Зверніть увагу на взаємозв’язок між рівнем професійної підготовки кадрів і якістю спортивної підготовки студентської молоді. Також варто враховувати мотиваційні чинники, що стимулюють фахівців до постійного професійного зростання.

Вивчаючи друге питання, необхідно з’ясувати роль державної підтримки, діяльності профільних міністерств, спортивних федерацій та асоціацій у створенні ефективної системи професійного розвитку кадрів.

Питання для самоконтролю

1. Які основні категорії фахівців забезпечують функціонування студентського спорту в Україні?
2. Які вимоги висуваються до тренерів і викладачів фізичного виховання у закладах вищої освіти?
3. Які проблеми характерні для кадрового забезпечення студентського спорту в Україні?
4. Яку роль відіграють спортивні клуби при закладах вищої освіти у формуванні кадрового потенціалу?
5. Як взаємодіють освітні установи з організаціями студентського спорту (наприклад, Спортивна студентська спілка України) щодо кадрового забезпечення?
6. Які форми підвищення кваліфікації є найбільш ефективними для фахівців у галузі студентського спорту?

7. Поясніть роль курсів підвищення кваліфікації та семінарів у професійному розвитку тренерів і викладачів.

8. Яким чином цифрові технології можуть бути використані для професійного зростання тренерів і викладачів?

9. Які перспективи та напрямки подальшого вдосконалення системи підготовки й підвищення кваліфікації кадрів у студентському спорті?

Тести

1. Яка основна роль кадрового забезпечення у сфері студентського спорту?

а) збільшення фінансування спортивних заходів;

б) організація культурно-масових заходів;

в) підготовка та забезпечення кваліфікованими фахівцями спортивної галузі;

г) формування студентських рад.

2. Хто зазвичай входить до кадрового складу студентського спорту?

а) тільки професійні спортсмени;

б) тренери, викладачі фізичного виховання, спортивні організатори;

в) медичні працівники;

г) адміністрація вишу.

3. Яка установа найбільше відповідає за кадрове забезпечення студентського спорту в Україні?

а) Міністерство охорони здоров'я України;

б) Міністерство освіти і науки України;

в) Комітет з питань фізичного виховання та спорту;

г) Федерація студентського футболу.

4. Який документ найчастіше регламентує діяльність фахівців у студентському спорті?

а) трудовий договір;

б) сертифікат про вакцинацію;

в) посадова інструкція;

г) програма розвитку спорту.

5. Який із чинників найбільше впливає на якість кадрового забезпечення студентського спорту?

а) розмір спортивного інвентарю;

б) рейтинг університету;

в) кваліфікація та досвід фахівців;

г) вік студентів.

6. Укажіть ключовий метод підвищення кваліфікації спортивних кадрів:

а) самостійне навчання;

б) проведення змагань;

в) курси підвищення кваліфікації та семінари;

г) онлайн-голосування.

7. Який із зазначених нижче способів є сучасною формою підвищення кваліфікації?

а) читання газет;

б) написання звітів;
в) онлайн-курси та вебінари;
г) участь у спартакіада.

8. Для чого проводяться тренінги для спортивних фахівців?

а) для розваги;
б) для оновлення знань і вмінь відповідно до сучасних вимог;
в) для звітності перед університетом;
г) для підготовки до відпустки.

9. Що зазвичай входить у програму підвищення кваліфікації?

а) підготовка рефератів;
б) теоретичні знання, практичні заняття, аналіз кейсів;
в) курси з кулінарії;
г) тестування студентів.

10. Який документ підтверджує підвищення кваліфікації спортивного працівника?

а) паспорт;
б) сертифікат або свідоцтво про проходження курсу;
в) диплом бакалавра;
г) медична довідка.

Практичні завдання

Завдання 1. Аналіз кадрового складу спортивного клубу ЗВО.

Заповніть таблицю. В колонці *Посада* укажіть фахівців спортивного клубу (тренерів, методистів, лікарів, адміністраторів).

Посада	*Кількість осіб*	*Освіта*	*Категорія*	*Стаж роботи*

Завдання 2. Розробка профілю ідеального фахівця – тренера студентської команди.

Компетенція	*Опис/Приклади*	*Рівень важливості*
Методична підготовка		
…		
…		

Завдання 3. Порівняльна характеристика міжнародних практик.

Побудуйте таблицю, наведіть в ній приклади підвищення кваліфікації тренерів у США, Німеччині, Польщі. Здійсніть порівняння з українською системою.

Завдання 4. Розробка цифрового портфоліо фахівця.

Побудуйте шаблон структури електронного портфоліо (у вигляді таблиці або мультимедійної презентації) тренера: освіта, сертифікати, практичний досвід, відео, відгуки.

Завдання 5. Створіть презентацію на тему «Студентський спортивний рух: історія, сьогодення та майбутнє».

Інструкція: Рекомендований обсяг презентації – 12-15 слайдів. У презентації коротко представте передумови становлення, основні періоди формування й розвитку в Україні студентського спорту, окресліть тенденції, сучасні проблеми й перспективи розвитку студентського спортивного руху в державі. У прикінцевих слайдах зробіть узагальнення щодо представництва українських студентів-спортсменів на внутрішній та міжнародній спортивній арені та щодо розвитку вітчизняного студентського спорту загалом.

Примітка. Рекомендації та вимоги до створення й оформлення мультимедійної презентації подано в додатку А.

Практичне заняття 9

Клубна форма організації занять як чинник розвитку студентського спорту

Мета вивчення теми: *усвідомити місце та значення клубної форми організації занять у розвитку студентського спорту; ознайомитися з особливостями організаційних компонентів, напрямками функціювання спортивних клубів.*

План

1. Місце та значення клубної форми організації занять у розвитку студентського спорту.
2. Спортивний клуб як базова ланка студентського спорту України.

Ключові терміни та поняття: *спортивний клуб, студентський спорт, маркетинг, фізкультурно-оздоровчі послуги, прибуток, види діяльності, навчально-тренувальний процес, громадські об'єднання.*

Методичні вказівки до вивчення теми

При засвоєнні *першого питання* насамперед необхідно усвідомити, що клубна форма організації занять є однією з ключових моделей залучення студентської молоді до систематичних занять фізичною культурою і спортом. Така форма дозволяє не лише урізноманітнити освітній процес, а й створити умови для самореалізації, змагання та командної взаємодії.

Зверніть увагу на історичні передумови виникнення клубної форми організації занять у вишах та простежте її еволюцію в контексті сучасних тенденцій розвитку фізичної культури.

Розглядаючи питання, необхідно відзначити переваги клубної форми порівняно з традиційними підходами до організації занять: підвищення мотивації студентів, можливість індивідуального підходу, формування сталого інтересу до здорового способу життя.

Дослідіть соціальну функцію клубної форми – сприяння згуртованості студентського колективу, формуванню цінностей здоров'я, лідерства та спортивної етики.

Доцільно розглянути приклади успішної реалізації клубних форм занять у провідних університетах України та світу.

Розгляд *другого питання* передбачає ознайомлення з нормативно-правовим підґрунтям функціонування спортивних клубів у структурі закладів вищої освіти України.

Передусім потрібно розглянути організаційно-функціональну структуру студентських спортивних клубів, їхні основні завдання, напрями діяльності та вплив на загальну систему фізичного виховання.

Зверніть увагу на взаємозв'язок спортивного клубу з іншими підрозділами вишу, зокрема кафедрами фізичного виховання, студентським самоврядуванням та адміністрацією освітнього закладу.

Вивчаючи питання, необхідно акцентувати увагу на ролі спортивного клубу в забезпеченні участі студентів у змаганнях різного рівня (внутрішньо-вишівських, регіональних, національних, міжнародних), а також у підготовці спортивного резерву.

Детально ознайомтесь із прикладами ефективної діяльності студентських спортивних клубів України, що демонструють високі результати та сприяють популяризації спорту серед молоді.

Питання для самоконтролю

1. Що таке клубна форма організації занять у контексті студентського спорту?
2. Окресліть основні переваги клубної форми організації занять порівняно з традиційними.
3. Як клубна форма сприяє залученню студентів до регулярних занять спортом?
4. Який вплив має клубна форма організації занять на формування лідерських якостей у студентів?
5. У чому полягає значення клубної діяльності для інтеграції студентів у спортивне середовище закладу вищої освіти?
6. Поясніть, яку роль відіграє спортивний клуб у структурі студентського спорту в Україні.
7. Перелічіть основні завдання спортивного клубу при закладі вищої освіти.
8. Як саме спортивний клуб сприяє розвитку масового та професійного

спорту серед студентів?

9. Які форми роботи використовують спортивні клуби для організації змагань серед студентів?

10. Наведіть приклади ефективного функціонування спортивних клубів у вітчизняних ЗВО.

Тести

1. Яка основна мета клубної форми організації занять у студентському спорті?

а) підготовка до ЗНО;

б) формування спортивного клубу за інтересами;

в) розвиток фізичних якостей студентів та залучення до активного способу життя;

г) проведення щотижневих зборів.

2. Що є характерною рисою клубної форми організації занять?

а) відсутність планових тренувань;

б) добровільність участі та самоврядування;

в) залучення тільки професійних спортсменів;

г) виключно теоретичне навчання.

3. Яку роль відіграє клубна форма занять у формуванні соціальної активності студентів?

а) знижує мотивацію;

б) формує пасивну позицію;

в) сприяє командній роботі, лідерству та ініціативності;

г) не має впливу.

4. Який тип занять найчастіше реалізується в межах студентських спортивних клубів?

а) обов’язкові заняття з фізичного виховання;

б) факультативні спортивні секції та тренування;

в) лекції з теорії спорту;

г) онлайн-заняття.

5. Чим студентський спортивний клуб відрізняється від навчальних занять із фізичного виховання?

а) відсутністю організованості;

б) проведенням змагань і турнірів;

в) меншим рівнем відповідальності;

г) формальним підходом.

6. Який документ регламентує діяльність студентських спортивних клубів в Україні?

а) Конституція України;

б) Закон України «Про освіту»;

в) Закон України «Про фізичну культуру і спорт»;

г) Постанова Кабміну про вищу освіту.

7. Яка організація координує діяльність студентських спортивних клубів

на загальнодержавному рівні?

а) НОК України;

б) Міністерство фінансів України;

в) Спортивна студентська спілка України;

г) Федерація легкої атлетики України.

8. Яке з указаних нижче завдань виконує студентський спортивний клуб?

а) забезпечення дозвілля викладачів;

б) проведення наукових конференцій;

в) організація спортивно-масових заходів серед студентів;

г) організація туристичних подорожей.

9. Які ресурси найбільше впливають на ефективність діяльності студентського спортивного клубу?

а) кількість студентів на факультеті;

б) наявність інтернету;

в) матеріально-технічна база та кадрове забезпечення;

г) рейтинг закладу вищої освіти.

10. Який вид спорту найчастіше культивується в студентських спортивних клубах України?

а) альпінізм;

б) студентський футбол, волейбол, баскетбол;

в) скелелазіння;

г) Формула-1.

Практичні завдання

Завдання 1. Порівняння форм організації спортивних занять (секції, факультативи, клуби).

Інструкція: Заповніть таблицю, порівнявши форми за такими критеріями: регулярність, масовість, мотивація, змагальність, вплив на здоров'я.

Завдання 2. Визначення логіки організації клубного заняття з різним рівнем підготовки учасників.

Інструкція: Складіть блок-схему проведення заняття у студентському клубі для новачків, учасників із середнім і високим рівнем підготовки.

Завдання 3. Визначення рейтинг університетських клубів України (умовний).

Інструкція: За критеріями активності, перемог, кількості членів визначте рейтинг вітчизняних університетських клубів та представте його у формі таблиці.

Завдання 4. Створіть та заповніть таблицю «Партнерство та форми співпраці спортивного клубу».

Інструкція: Визначте для спортивного клубу можливі партнерства (федерації, спонсори, адміністрація, студради) та форми співпраці.

Практичне заняття 10

Клубна форма організації занять як чинник розвитку студентського спорту

Мета вивчення теми: усвідомити роль спортивних заходів як ефективного інструменту згуртування колективу та особистісної самореалізації; ознайомитися з дієвими інструментами залучення молоді до клубної діяльності з метою активізації їх соціальної участі та розвитку лідерських якостей.

План

1. Спортивні заходи як інструмент згуртування та самореалізації.
2. Інструменти залучення студентів до клубної діяльності.

Ключові терміни та поняття: *спортивний захід, командна взаємодія, згуртування колективу, лідерство через спорт, цифрові платформи, партнерські ініціативи, соціальні медіакампанії, наставництво, особистісна самореалізація.*

Методичні вказівки до вивчення теми

При засвоєнні *першого питання* насамперед необхідно усвідомити роль спортивних заходів як важливого чинника соціальної інтеграції, формування командного духу та розвитку особистісних якостей.

Зверніть увагу на те, що участь у спортивних подіях сприяє формуванню позитивної ідентичності, розширенню соціальних зв'язків і зміцненню почуття приналежності до спільноти.

Розгляньте приклади проведення спортивних заходів у закладах освіти, зокрема міжфакультетських турнірів, квестів, спортивно-масових свят.

Усвідомте значення спортивних подій як платформи для виявлення лідерських якостей, самореалізації та розвитку навичок командної взаємодії.

Проаналізуйте також вплив спортивних активностей на психоемоційний стан студентів, формування здорового способу життя та профілактику стресу.

Розгляд *другого питання* передбачає ознайомлення з ефективними методами та інструментами мотивації студентської молоді до участі в клубній діяльності.

Зверніть увагу на такі інструменти, як соціальні мережі, інформаційні кампанії, приклади лідерів думок, залучення до організації подій та заохочувальні механізми (грамоти, сертифікати, бонуси).

Доцільно розглянути важливість створення комфортного середовища у клубах за інтересами, можливість самовираження та розвитку творчого потенціалу.

Вивчаючи питання, ознайомтесь із практиками формування студентських ініціатив, зокрема через волонтерство, проєктну діяльність, участь у внутрішньоуніверситетських і зовнішніх конкурсах.

Зауважте, що сталий розвиток клубної діяльності неможливий без постійного зворотного зв’язку зі студентами, врахування їхніх інтересів та залучення до прийняття рішень.

Питання для самоконтролю

1. Які основні соціальні функції виконують спортивні заходи в студентському середовищі?
2. Як спортивні заходи сприяють формуванню командного духу та згуртованості?
3. Розкрийте роль фізичної активності в особистісному розвитку студента.
4. Наведіть приклади спортивних подій, що сприяють самореалізації учасників.
5. Поясніть, як саме спортивні заходи можуть впливати на психологічний клімат у студентських групах.
6. Назвіть найбільш ефективні сучасні методи мотивації студентів до участі в клубній діяльності.
7. Як роль студентського самоврядування впливає на активність у спортивних клубах?
8. У чому полягає важливість індивідуального підходу при залученні студентів до позанавчальної активності?
9. Які інформаційні канали доцільно використовувати для популяризації клубної діяльності?
10. Як оцінити ефективність інструментів залучення студентів до спортивних клубів?

Тести

1. Яка основна соціальна функція спортивних заходів у студентському середовищі?

а) конкуренція;

б) заробіток;

в) згуртування та інтеграція студентів;

г) реклама клубу.

2. Який з указаних нижче ефектів найчастіше пов'язують зі спортивною самореалізацією?

а) збільшення кількості переглядів у соцмережах;

б) підвищення фізичної активності;

в) розвиток особистісних якостей та лідерства;

г) отримання диплома.

3. Який тип спортивних подій найбільше сприяє створенню командного духу?

а) індивідуальні чемпіонати;

б) масові забіги;

в) командні ігри (футбол, волейбол тощо);

г) глядацькі заходи.

4. Чому важливо залучати студентів до організації спортивних заходів?

а) це допомагає зекономити кошти;

б) дає можливість відчути себе частиною спільноти;

в) дозволяє уникнути участі у змаганнях;

г) це обов’язкова вимога навчального плану.

5. Який з інструментів найбільш ефективно мотивує студентів долучатися до клубної діяльності?

а) пасивне інформування;

б) примусова участь;

в) можливість самореалізації та побудови кар’єри;

г) вимоги викладачів.

6. Що з указаного нижче може підвищити залученість студентів до клубної діяльності?

а) одноразові листівки;

б) активне використання соціальних мереж;

в) заборона пропуску заходів;

г) суворі регламенти.

7. Який з перелічених способів сприяє зростанню кількості активних членів студентського клубу?

а) залучення через особисті рекомендації;

б) обов’язкові звіти;

в) анонімність учасників;

г) високі вступні внески.

8. Що найкраще сприяє створенню позитивного іміджу клубу?

а) часті скарги;

б) активна взаємодія з аудиторією через соцмережі;

в) ігнорування коментарів;

г) відсутність зворотного зв’язку.

9. Який інструмент допомагає підтримувати інтерес до клубу в довгостроковій перспективі?

а) один гучний захід на рік;

б) регулярні зустрічі та активності;

в) публікація звітів;

г) оцінювання членів.

10. Що з наведеного нижче є ефективним мотиваційним інструментом?

а) сертифікати про участь;

б) витяг з навчального плану;

в) додаткові контрольні;

г) обмеження на кількість учасників.

Практичні завдання

Завдання 1. Створення моделі успішного клубу.

Інструкція: Побудуйте схему взаємодії керівника та членів.

Опис схеми: Структура взаємодії «керівник – члени – проєкти».

Завдання 2. Визначення ефективності заходу.

Інструкція: Розробіть опитувальник і представте результати у формі діаграми.

Опис схеми: кругова діаграма задоволеності.

Завдання 3. Розробка карти спортивної активності.

Інструкція: Проаналізуйте участь факультетів вишу у спортивних заходах.

Опис схеми: Карта спортивної активності здобувачів освіти, систематизована за факультетами. Результати аналізу подати у формі тексту та таблиці.

Приклад: Карта спортивної активності факультетів (у формі тексту).

За результатами участі у спортивних заходах факультети ЗВО демонструють різний рівень залученості:

- Факультет фізичного виховання, здоров'я та туризму — беззаперечний лідер, бере участь у більшості подій (участь у 9 заходах). Це очікувано, адже спорт є профільною сферою факультету.
- Факультет менеджменту – доволі активний, бере участь у 6 заходах. Часто ініціює турніри з міні-футболу та кросфіту.
- Математичний факультет – демонструє помірну активність (участь у 5 заходах); зосереджується на шахах, настільному тенісі, а також волейболі.
- Юридичний факультет – бере участь рідше (участь у 3 заходах), проте демонструє активність у міжфакультетських спартакіадах і правових ініціативах через спорт.

Приклад: Таблиця

Факультет	*Участь у спортивних заходах, кількість*
Факультет фізичного виховання, здоров'я та туризму	*9*
Факультет менеджменту	*6*
Математичний факультет	*5*
Юридичний факультет	*3*

Завдання 4. Порівняльна характеристика клубів.

Інструкція: Оцініть популярність, активність та події спортивних клубів. Результати аналізу подайте в таблиці.

Опис: Структурні елементи таблиці: клуб / події / активні учасники.

Практичне заняття 11

Особливості системи підготовки в студентському спорті України

Мета вивчення теми: набути уявлення про особливості системи підготовки спортсменів у студентському спорті України; розглянути основні підходи до організації тренувального процесу; проаналізувати ефективність існуючих моделей; визначити напрями вдосконалення підготовки в умовах студентського спорту.

План

1. Характеристика системи підготовки в студентському спорті України.
2. Підходи до системи підготовки спортсменів у студентському спорті.

Ключові терміни та поняття: *система підготовки спортсменів, спортивні секції, спортивні клуби університетів, Універсіада, індивідуалізація підготовки, періодизація тренувального процесу, функціональна готовність, професійно-прикладна фізична підготовка (ППФП), інноваційні методики тренування, багаторічна підготовка спортсменів, теоретичні засади підготовки, методичні засади підготовки, спортивна спеціалізація.*

Методичні вказівки до вивчення теми

Вивчення *першого питання* необхідно розпочати з ознайомлення з основними законодавчими документами України у сфері фізичної культури і спорту, зокрема з нормативними актами, які регламентують діяльність студентського спорту.

Далі потрібно детально розглянути структуру студентського спорту в Україні, включаючи такі складові, як: участь закладів вищої освіти у розвитку спорту; роль спортивних клубів і федерацій; змагання на всеукраїнському та міжнародному рівнях (наприклад, Універсіади, студентські чемпіонати світу).

Зверніть увагу на фінансування студентського спорту, його матеріально-технічну базу, кадрове забезпечення (тренери, інструктори), а також на роль органів студентського самоврядування у спортивній діяльності.

Важливо також проаналізувати сучасні виклики та проблеми, які відзначаються в системі підготовки в студентському спорті, зокрема недостатнє фінансування, низький рівень мотивації та ін.

При опрацьовуванні *другого питання* необхідно засвоїти теоретичні основи спортивної підготовки студентів і зміст таких ключових понять, як довготривала підготовка спортсменів, етапність навчально-тренувального процесу, індивідуалізація та диференціація тренувань, планування та контроль спортивного навантаження.

Акцентувати увагу потрібно на практичному застосуванні різних підходів до підготовки, у числі яких традиційний (лінійний) підхід, блочна модель підготовки, інтегрований підхід із поєднанням навчання та тренування.

Важливо розглянути взаємозв’язок освітнього процесу з тренувальним, можливості поєднання академічного навантаження зі спортивною діяльністю, особливості підготовки спортсменів у різних видах спорту, які розвиваються в студентському середовищі.

У ході вивчення другого питання рекомендується використовувати офіційні документи МОН України, аналітичні матеріали, дослідження сучасних науковців, а також знайомитися з приклади діяльності спортивних команд закладів вищої освіти.

Питання для самоконтролю

1. Які основні складові входять до системи підготовки спортсменів у студентському спорті України?
2. Які організаційні структури забезпечують функціонування студентського спорту в Україні?
3. Яку роль відіграють заклади вищої освіти у формуванні системи підготовки студентів-спортсменів?
4. Назвіть етапи спортивної підготовки в системі студентського спорту України.
5. Поясніть, як взаємодіють Міністерство освіти і науки України та спортивні федерації щодо розвитку студентського спорту.
6. Перелічіть основні підходи до організації підготовки студентів-спортсменів.
7. У чому полягає специфіка індивідуального підходу в системі підготовки студентів-спортсменів?
8. Які психолого-педагогічні принципи враховуються при підготовці спортсменів у студентському середовищі?
9. Як впровадження науково-методичного супроводу впливає на ефективність підготовки спортсменів?
10. Наведіть приклади успішної реалізації підходів до підготовки спортсменів у студентському спорті.

Тести

1. Який основний орган координує студентський спорт в Україні?

а) Міністерство молоді та спорту України;

б) Спортивна студентська спілка України (СССУ);

в) Міністерство освіти і науки України;

г) Комітет фізичного виховання.

2. Основним нормативно-правовим документом, що регламентує діяльність у сфері студентського спорту, є:

а) Статут закладу вищої освіти;

б) Кодекс спортивної етики;

в) Закон України «Про фізичну культуру і спорт»;

г) Програма розвитку олімпійського спорту.

3. Яку роль відіграють заклади вищої освіти в підготовці студентських спортсменів?

а) організаційну;

б) освітню;

в) тренувальну;

г) усі відповіді правильні.

4. Що з указаного нижче не є складовою системи підготовки студентських спортсменів в Україні?

а) навчально-тренувальний процес;

б) змагальна діяльність;

в) шкільна фізична підготовка;

г) медико-біологічне забезпечення.

5. Який рівень спортивної підготовки переважно мають студенти-спортсмени?

а) початковий;

б) масовий;

в) високий або вищий (спортивні розряди, КМС, МС);

г) любительський.

6. Який підхід найбільше відповідає сучасним вимогам до підготовки студентів-спортсменів?

а) теоретико-когнітивний;

б) комплексний (інтеграція навчання, тренування та змагань);

в) індивідуальний підхід без урахування освітніх програм;

г) лише медичний контроль.

7. У чому полягає особливість диференційованого підходу до підготовки студентських спортсменів?

а) він однаковий для всіх;

б) урахування рівня підготовки, віку, спеціалізації;

в) орієнтація лише на результат;

г) обов’язкове використання іноземного досвіду.

8. Який з підходів найкраще забезпечує гармонійний розвиток особистості спортсмена-студента?

а) медико-біологічний;

б) технологічний;

в) особистісно орієнтований;

г) спортивно-результативний.

9. Що є основною метою системного підходу в студентському спорті?

а) підвищення фізичної активності;

б) отримання високих результатів;

в) комплексний розвиток і досягнення балансу між навчанням і спортом;

г) пошук талановитих спортсменів.

10. Застосування якого підходу дозволяє інтегрувати наукові досягнення у процес підготовки спортсменів?

а) спрощеного;

б) розважального;

в) науково-методичного;
г) тренувально-змагального.

Практичні завдання

Завдання 1. Аналіз результативності.

Інструкція: В таблиці представте результати студентських команд ЗВО у чемпіонатах України за останні 5 років. Зробіть висновки.

Рік	*Команда*	*Вид спорту*	*Місце*	*Кількість учасників*	*Тренер*

Завдання 2. Розробка схеми організації тренувального процесу.

Інструкція: Побудуйте блок-схему організації тренувального процесу студентської команди ЗВО (необхідно включити етапи, учасників, засоби контролю).

Приклад: *Блок-схема організації тренувального процесу студентської команди ЗВО:*

1. *Планування сезону:*

- Учасники: тренер, спортивний директор, медичний персонал.
- Засоби контролю: аналіз попереднього сезону, облік навантаження, медичні обстеження.

2. *Формування річного циклу*

- Підетапи:
- підготовчий період;
- змагальний період;
- перехідний період.
- Учасники: тренерський штаб.
- Контроль: тестування фізичної підготовленості, календар змагань.

3. *Мікро- та мезоцикли:*

- Планування тренувальних тижнів (мікроцикл).
- Побудова блоків на 1-3 місяці (мезоцикл).
- Учасники: тренер, тренер із фізпідготовки.
- Контроль: щотижневий моніторинг навантаження (GPS, пульсометри).

4. *Проведення тренувань:*

- Типи тренувань: техніко-тактичні, фізичні, психолого-мотиваційні.
- Учасники: уся команда, тренерський штаб.
- Засоби контролю: відеоаналіз, серцевий ритм, суб’єктивні оцінки стану гравців.

5. *Поточний контроль:*
- Форма: контрольні ігри, тестування, аналіз даних.
- Учасники: тренер, аналітик, медичний персонал.

6. *Корекція планів:*
- За результатами аналізу: внесення змін до навантаження, структури тренувань.
- Учасники: тренер, фізіотерапевт.

7. *Змагальний контроль:*
- Участь у змаганнях.
- Оцінка ігрової ефективності.
- Учасники: команда, тренери.
- Контроль: статистика матчів, відеоаналіз, психологічна оцінка.

8. *Звіт та аналіз сезону:*
- Підсумки, аналітика, обговорення.
- Учасники: вся команда + адміністрація.
- Результат: основа для планування нового циклу.

Завдання 3. Розробка моделі підготовки спортсмена.

Інструкція: Побудуйте схему моделі підготовки спортсмена-студента з урахуванням індивідуальних, освітніх та тренувальних аспектів.

Завдання 4. Порівняльний аналіз тренувальних підходів.

Інструкція: Порівняйте класичний, індивідуалізований та інтегрований підходи до підготовки студентів-спортсменів. Результати порівняльного аналізу подайте в таблиці.

Підхід	*Переваги*	*Недоліки*	*Приклади застосування*

Практичне заняття 12

Особливості системи підготовки в студентському спорті України

Мета вивчення теми: усвідомити роль студентського спорту як важливого чинника в підготовці спортсменів вищих досягнень, його значення для розвитку фізичних і технічних навичок, а також формування психологічної стійкості та командної взаємодії; розглянути приклади успішних моделей підготовки спортсменів вищих досягнень у студентському спорті; проаналізувати досвід провідних університетських спортивних програм та їх вплив на кар'єру спортсменів.

План

1. Студентський спорт як чинник підготовки спортсменів вищих досягнень.
2. Приклади успішної підготовки спортсменів вищих досягнень у студентському спорті.

Ключові терміни та поняття: *студентський спорт, підготовка спортсменів вищих досягнень, спортивний потенціал студентів, науково-методичні основи спортивної підготовки, система спортивної освіти, спортивні змагання серед студентів, індивідуальний підхід до тренувань, міжнародні спортивні змагання серед студентів, спортивні школи та академії, колективні спортивні команди університетів, партнерства між університетами і професійними спортивними клубами, спортивні стипендії та гранти, фізіологічна та психологічна підготовка студентів-спортсменів.*

Методичні вказівки до вивчення теми

Вивчення *першого питання* необхідно розпочати з ознайомлення з основними поняттями студентського спорту та з усвідомлення його місця й ролі в системі фізичної культури і спорту. Відразу зауважте, що студентський спорт є важливим етапом у підготовці спортсменів до вищих досягнень, оскільки він поєднує навчальний процес і спортивну діяльність.

Далі потрібно детально розглянути структуру та організацію студентського спорту спочатку в різних країнах, а потім і в Україні. Зверніть увагу на роль університетів, спортивних секцій, а також на участь студентів у спортивних змаганнях різних рівнів (університетські, національні, міжнародні).

Також важливо з’ясувати, як студентський спорт сприяє розвитку фізичних якостей, технічної підготовки та психологічної готовності спортсменів. Для цього варто розглянути конкретні програми та методики тренувань, що застосовуються в студентському спорті.

При опрацьовуванні *другого питання* необхідно засвоїти ключові аспекти успішної підготовки спортсменів у рамках студентського спорту. Для цього слід проаналізувати практичні приклади, коли студенти змогли досягти високих спортивних результатів, поєднуючи навчання і тренування.

Акцентувати увагу потрібно на таких прикладах, як участь студентів у міжнародних змаганнях, Олімпійських іграх, чемпіонатах світу та Європи, а також на підтримці та розвитку студентських спортивних команд на університетському рівні.

Важливо розглянути, як студентський спорт стає основою для кар'єри вищих спортсменів, які інфраструктурні умови (спортивні бази, тренери, науково-методична підтримка) сприяють високим результатам, а також як студенти можуть поєднувати спорт і навчання, що важливо для їхньої подальшої кар'єри.

Питання для самоконтролю

1. Як студентський спорт впливає на фізичну підготовку спортсменів вищих досягнень?
2. Назвіть особливості організації студентських спортивних змагань. Як вони сприяють розвитку спортсменів?
3. Яку роль у студентському спорті відіграють спортивні клуби та університети?
4. Як студентський спорт допомагає у формуванні спортивних навичок та ментальної стійкості у молодих спортсменів?
5. Поясніть, яким чином поєднання навчання та спорту в університетах може сприяти досягненню високих спортивних результатів?
6. Наведіть приклади видатних спортсменів, які розпочали свою кар'єру в студентському спорті.
7. Які спортивні програми в університетах допомогли студентам досягти високих спортивних результатів?
8. Як співпраця між університетами та спортивними федераціями може підвищити рівень підготовки студентів?
9. Як студентський спорт сприяє розвитку командних видів спорту? Наведіть приклади таких досягнень.
10. Чому важливо підтримувати студентський спорт на державному рівні для підготовки майбутніх чемпіонів?

Тести

1. Яка роль студентського спорту в підготовці спортсменів вищих досягнень?

а) спорт не має впливу на професійну підготовку;

б) він є важливим етапом для розвитку фізичних і психологічних якостей;

в) він допомагає лише у фізичному розвитку без психічного навантаження.

2. Який основний принцип студентського спорту?

а) тільки професійні спортсмени можуть брати в ньому участь;

б) відкритість для студентів усіх спеціальностей, що прагнуть до спортивних досягнень;

в) підготовка спортсменів без підтримки науки.

3. Як студентський спорт сприяє розвитку майбутніх чемпіонів?

а) зміцнює здоров’я та фізичну витривалість;

б) вимагає лише теоретичних знань;

в) підвищує лише спортивну майстерність, але не дисципліну.

4. Що є основною перевагою студентського спорту порівняно з аматорським?

а) вища кваліфікація тренерів;

б) доступ до спортивних споруд та обладнання;

в) відсутність конкуренції.

5. Які фізіологічні та психологічні аспекти студентського спорту сприяють вищим досягненням?

а) тільки фізична підготовка;

б) розвиток особистих якостей, дисципліни та стресостійкості;

в) тільки навчання та теорія.

6. Укажіть приклад успішної підготовки спортсменів у студентському спорті:

а) виступи студентів на всесвітніх універсіадах;

б) тільки участь у місцевих змаганнях;

в) низький рівень участі у спортивних заходах.

7. Як студенти можуть використовувати участь у студентському спорті для досягнення високих результатів?

а) змагатися лише для розваги;

б) систематичний тренувальний процес та участь у міжнародних турнірах;

в) відмовитися від тренування та зосередитися лише на навчанні.

8. Хто бере участь у спортивних заходах на Універсіадах?

а) тільки студенти, що не мають професійного досвіду;

б) студенти, які досягли високих результатів у студентському спорті;

в) лише професійні спортсмени.

9. Який спортивний захід є однією з найвідоміших платформ для студентів-спортсменів для демонстрації своїх досягнень?

а) Олімпійські ігри;

б) Універсіада;

в) Чемпіонат світу серед професіоналів.

10. Яка основна мета університетських спортивних змагань?

а) організація розважальних заходів;

б) пошук нових професійних спортсменів серед студентів;

в) підвищення популярності спорту серед студентів без змагальних амбіцій.

Практичні завдання

Завдання 1. Розробка програми тренувань для спортсменів вищих досягнень.

Інструкція: Побудуйте схему тренувального процесу для студента, який має перспективи у великому спорті.

Схема: Програма тренувань (фази підготовки, види тренувань, відпочинок).

Завдання 2. Інтерпретація статистичних даних про ефективність студентського спорту.

Інструкція: Побудуйте схему або графік, який показує ефективність студентського спорту в контексті підготовки до професійного спорту (наприклад, порівняння кількості спортсменів, які досягли високих

результатів).

Схема: Графік ефективності студентського спорту (досягнення високих результатів).

Завдання 3. Аналіз тренувальної програми спортсмена.

Інструкція: Проаналізуйте тренувальну програму одного з відомих спортсменів вищих досягнень, що навчався в університеті. Визначте, які елементи цієї програми можна застосувати до підготовки студентів-спортсменів.

Мета виконання завдання: Розвинути вміння аналізувати тренувальні програми та визначати ефективні методи для підготовки спортсменів.

Завдання 4. Аналіз успішних студентських спортивних програм.

Інструкція: Підберіть та проаналізуйте приклади успішних студентських спортивних програм вищих досягнень (наприклад, в університетах США, Європи або інших країн). Зробіть висновки щодо можливості їх адаптації до української системи.

Мета виконання завдання: Оволодіти вмінням аналізувати міжнародний досвід і застосовувати найкращі практики в українських умовах.

Практичне заняття 13

Специфіка проведення наукових заходів у рамках міжнародного студентського спортивного руху

Мета вивчення теми: набути уявлення про специфіку організації та проведення наукових заходів у межах міжнародного студентського спортивного руху; розглянути сучасні напрями й визначити перспективи наукових досліджень у сфері студентського спорту.

План

1. Специфіка проведення наукових заходів у рамках міжнародного студентського спортивного руху.
2. Перспектива наукових досліджень у студентському спорті.

Ключові терміни та поняття: *міжнародний студентський спортивний рух, FISU (Міжнародна федерація університетського спорту), Універсіада, науково-практична конференція, круглий стіл, семінар, міжнародна співпраця у спорті, наукова комунікація, академічна мобільність, спортивна наука, організація наукових заходів, наукове обґрунтування тренувального процесу, інноваційні технології у спорті, наукові дослідження у спорті, аналіз фізичного стану студентів, психофізіологічні особливості студентів-спортсменів, цифрові технології в спорті, спортивна аналітика, мотивація до занять спортом, спорт і сталий розвиток*

Методичні вказівки до вивчення теми

Вивчення *першого питання* необхідно розпочати з ознайомлення з історичними передумовами розвитку міжнародного студентського спортивного руху, зокрема з діяльністю такої організації, як FISU (Міжнародна федерація університетського спорту).

Далі потрібно детально розглянути основні типи наукових заходів, що проводяться в рамках цього руху: міжнародні науково-практичні конференції, форуми, семінари, круглі столи та наукові сесії, які відбуваються під час Всесвітніх Універсіад та інших студентських спортивних заходів.

Зверніть увагу на таку проблематику: поєднання наукового і практичного компонентів, міждисциплінарний підхід, активна участь студентів як молодих науковців. Доцільно також визначити роль наукових заходів у формуванні лідерських, комунікативних та аналітичних навичок студентів.

При опрацьовуванні *другого питання* необхідно засвоїти основні напрями сучасних наукових досліджень у сфері студентського спорту. Серед них: фізіологічне та психоемоційне забезпечення тренувального процесу, питання допінгу, здорового способу життя, гендерної рівності у спорті, соціокультурні аспекти залучення молоді до спорту.

Акцентувати увагу слід на інноваційних підходах у дослідженнях: використання цифрових технологій, Big Data, аналітики спортивних результатів, біомеханіки, спортивної медицини. Необхідно також звернути увагу на участь студентів у дослідницьких проєктах і відзначити пріоритетність академічної мобільності в контексті наукового обміну.

Важливо розглянути перспективи подальшого розвитку студентських наукових ініціатив, у числі яких співпраця з національними та міжнародними спортивними федераціями, науково-дослідними центрами й закладами вищої освіти.

Питання для самоконтролю

1. Окресліть ключові цілі проведення наукових заходів у рамках міжнародного студентського спортивного руху?
2. Які організації координують міжнародні наукові заходи, пов’язані зі студентським спортом?
3. У чому полягає відмінність між науковими конференціями та семінарами, що проводяться для студентів-спортсменів?
4. Поясніть порядок вибору тематики наукових досліджень у межах міжнародних студентських спортивних форумів?
5. Наведіть приклади наукових заходів, що реалізуються в межах діяльності FISU (Міжнародної федерації університетського спорту)?
6. Які основні напрями наукових досліджень є актуальними в сучасному студентському спорті?
7. Як наукові дослідження можуть сприяти розвитку фізичних якостей студентів-спортсменів?

8. Обґрунтуйте значення міждисциплінарного підходу в дослідженнях студентського спорту.

9. Які інноваційні технології застосовуються в сучасних дослідженнях студентського спорту?

10. Охарактеризуйте вплив наукових результатів на формування програм підготовки студентів-спортсменів.

Тести

1. Який міжнародний орган координує студентський спортивний рух?

а) МОК;

б) FISU;

в) УЄФА;

г) ЮНЕСКО.

2. Який із указаних нижче заходів є прикладом міжнародного студентського спортивного форуму?

а) Олімпійські ігри;

б) чемпіонат світу з футболу;

в) Універсіада;

г) Кубок світу з легкої атлетики.

3. Яка основна мета проведення наукових конференцій у рамках студентських спортивних заходів?

а) реклама університетів;

б) популяризація професійного спорту;

в) обмін науковими ідеями та досвідом;

г) пошук спонсорів.

4. Який документ зазвичай підсумовує результати наукового заходу?

а) диплом;

б) наказ;

в) резолюція;

г) сертифікат.

5. Яку специфіку мають наукові заходи в контексті студентського спорту?

а) орієнтація лише на професіоналів;

б) комерційна мета;

в) поєднання освіти, науки і спорту;

г) політична ангажованість.

6. Який напрям досліджень є найбільш актуальним у студентському спорті?

а) психологія високих досягнень;

б) історія спорту;

в) теорія ігор;

г) підготовка олімпійських чемпіонів.

7. Укажіть важливий чинник розвитку наукових досліджень зі студентського спорту:

а) високий рівень фінансування;

б) підтримка міжнародних спортивних федерацій;

в) інтеграція в освітній процес;

г) доступ до медіа.

8. Який тип досліджень найчастіше проводиться серед студентів-спортсменів?

а) економічні;

б) біомеханічні та психофізіологічні;

в) політологічні;

г) юридичні.

9. Як наукові дослідження впливають на студентський спорт?

а) підвищують конкурентоспроможність студентів;

б) знижують фізичне навантаження;

в) перешкоджають участі в змаганнях;

г) замінюють тренувальний процес.

10. Яка роль університетів у розвитку студентського спорту як наукової галузі?

а) лише фінансування;

б) проведення турнірів;

в) організація дозвілля;

г) центри генерації наукових ідей і досліджень.

Практичні завдання

Завдання 1. Порівняння наукових шкіл.

Інструкція: Створіть таблицю та представте в ній порівняльний аналіз наукових підходів до студентського спорту в різних країнах (наприклад, Україна, США, Японія, Німеччина).

Завдання 2. Схема взаємодії з університетами.

Інструкція: Побудуйте схему, яка відображає, як наукові дослідження інтегруються в освітній процес.

Завдання 3. Порівняння онлайн і офлайн формату.

Інструкція: Визначте плюси й мінуси проведення міжнародної студентської конференції в онлайн та офлайн форматах. Результати подайте у формі таблиці.

Завдання 4. Схема етапів організації наукового заходу.

Інструкція: Побудуйте блок-схему, яка відображає всі етапи підготовки та проведення студентської науково-спортивної конференції: від планування до підбиття підсумків.

Практичне заняття 14

Специфіка проведення наукових заходів у рамках міжнародного студентського спортивного руху

Мета вивчення теми: набути уявлення про інтеграцію наукових досліджень в освітні програми з фізичної культури і спорту; усвідомити важливість упровадження інноваційних технологій у спортивну діяльність на основі сучасних наукових досягнень; розглянути підходи щодо підтримки інновацій у спорті через науку.

План

1. Інтеграція наукової діяльності в освітні програми з фізичної культури і спорту.
2. Підтримка інновацій у спорті через науку.

Ключові терміни та поняття: *освітні програми, науково-дослідна діяльність, спортивна освіта, інтердисциплінарний підхід, компетентнісний підхід, професійна підготовка фахівців, освітній стандарт, академічна мобільність, дуальна освіта, інтеграція теорії та практики, підтримка інновацій у спорті через науку, інновації у спорті, наукові дослідження, технології у спорті, цифрові інструменти тренувального процесу, Big Data в спорті, аналітика результатів, трансфер технологій у спорт*.

Методичні вказівки до вивчення теми

Вивчення *першого питання* необхідно розпочати з ознайомлення з теоретичними засадами інтеграції науки в освітній процес.

Необхідно розглянути: сучасні тенденції наукових досліджень у сфері фізичної культури і спорту; механізми впровадження результатів наукової діяльності в освітні програми (зокрема на прикладі практичних занять, наукових гуртків, проєктної діяльності студентів); форми взаємодії закладів вищої освіти з науково-дослідними установами.

Важливо детально проаналізувати приклади інтеграції наукових проєктів у навчальні курси та визначити роль студентських досліджень у формуванні професійної компетентності.

Акцентувати увагу потрібно і на нормативно-правовій базі, яка регламентує наукову діяльність у галузі освіти і спорту, розпочати доцільно з розгляду Положення про студентську наукову роботу.

При опрацюванні *другого питання* необхідно засвоїти поняття «інновація у спорті» та класифікацію інноваційних процесів (технічні, організаційні, методичні, біомедичні тощо).

Акцентувати увагу варто на: ролі наукових досліджень у створенні новітніх тренувальних методик; використанні інформаційних технологій та цифрових інструментів у підготовці спортсменів; упровадженні біомеханічного

аналізу, спортивної медицини та психофізіологічного супроводу.

Важливо розглянути досвід провідних науково-дослідних центрів і спортивних академій щодо практичного застосування наукових досягнень.

Завершити вивчення теми потрібно дослідженням прикладів співпраці науки і спорту в контексті міжнародних змагань, національних програм розвитку спорту та інституційної підтримки інновацій.

Питання для самоконтролю

1. Які основні напрями наукової діяльності інтегруються в освітні програми з фізичної культури і спорту?
2. Окресліть переваги, які надає поєднання наукових досліджень та освітнього процесу у сфері фізичної культури і спорту.
3. Поясніть вплив наукової діяльності на підвищення якості підготовки фахівців у сфері спорту.
4. Наведіть приклади інтеграції наукових досліджень у навчальні дисципліни спортивного профілю.
5. Які компетентності формуються у студентів завдяки участі в науково-дослідній роботі?
6. Обґрунтуйте роль науки в розвитку спортивних інновацій.
7. Які сучасні наукові досягнення найбільше вплинули на розвиток спорту останніми роками?
8. Які види інновацій у спорті потребують наукової підтримки?
9. Як наукові дослідження сприяють підвищенню ефективності тренувального процесу?
10. Охарактеризуйте механізми впровадження наукових розробок у спортивну практику.

Тести

1. Яка головна мета інтеграції наукової діяльності в освітні програми з фізичної культури і спорту?

а) підвищення спортивних результатів студентів;

б) підвищення інтересу до фізичної активності;

в) формування наукового світогляду та дослідницьких навичок у студентів;

г) розвиток матеріально-технічної бази.

2. Який із нижченаведених компонентів є основним для інтеграції науки в спортивну освіту?

а) конкурси спортивної майстерності;

б) вивчення методів наукового дослідження;

в) участь у змаганнях;

г) рекламна діяльність.

3. Яка роль викладача при впровадженні наукового підходу в навчання з фізичної культури і спорту?

а) судити спортивні змагання;

б) сприяти формуванню дослідницьких компетентностей у студентів;

в) проводити розважальні заходи;

г) займатись рекрутингом до секцій.

4. Які форми наукової діяльності найчастіше інтегруються в освітні програми?

а) екскурсії на спортивні об'єкти;

б) рекреаційні програми;

в) курсові та науково-дослідні роботи;

г) участь у гуртках з аеробіки.

5. Яка перевага інтеграції науки в спортивну освіту?

а) підвищення грошового забезпечення викладача;

б) поліпшення професійної підготовки майбутніх фахівців;

в) зростання кількості студентів у секціях;

г) зменшення навантаження на студентів.

6. Яка галузь науки найбільше сприяє розвитку інновацій у спорті?

а) астрономія;

б) біомеханіка;

в) археологія;

г) літературознавство.

7. Що з наведеного є прикладом науково обґрунтованої інновації в спорті?

а) зміна форми змагань;

б) застосування сенсорних технологій для аналізу рухів спортсмена;

в) використання нової форми;

г) проведення додаткових тренувань.

8. Як наука сприяє запобіганню травмам у спорті?

а) через заборону складних елементів;

б) завдяки аналізу техніки рухів та навантаження;

в) через зменшення тривалості тренувань;

г) завдяки посиленню дисципліни.

9. Який із наведених нижче прикладів ілюструє використання науки в спортивному тренуванні?

а) вибір екіпірування за кольором;

б) проведення традиційних розминок;

в) моделювання навантаження за допомогою фізіологічного моніторингу;

г) підбір музичного супроводу.

10. Яка головна мета підтримки інновацій у спорті через науку?

а) підвищити популярність спорту;

б) залучити більше глядачів;

в) поліпшити ефективність та безпеку спортивної діяльності;

г) отримати гранти.

Практичні завдання

Завдання 1. Складіть схему впровадження наукових досліджень в освітній процес із фізичної культури (етапи: вивчення → адаптація →

впровадження → оцінка результатів).

Завдання 2. Підберіть приклади використання спортивної науки (біомеханіка, фізіологія, психологія) у викладанні різних видів спорту.

Завдання 3. Порівняйте інноваційні технології у спорті (смарт-годинники, трекери, VR-тренажери, біосенсори) за показниками: мета, вартість, користь, обмеження. Результати порівняльного аналізу представте в таблиці.

Завдання 4. Складіть таблицю та охарактеризуйте в ній наукові проєкти в освітньому процесі за такою схемою: тема, мета, методи дослідження, очікуваний результат.

🕮 ГЛОСАРІЙ

А

Абсолютний чемпіон – звання, що присвоюється спортсменові, який є переможцем змагань; спортсмен-переможець змагань серед усіх учасників незалежно від віку, вагової категорії тощо.

Адаптивний спорт – вид адаптивної фізичної культури, що задовольняє потреби особистості інваліда в самоактуалізації (самоствердженні), реалізації та зіставленні власних здібностей зі здібностями інших людей, у комунікативній діяльності й соціалізації.

Академічне веслування – перегони на човнах, в яких спортсмени сидять спиною вперед, гребки веслами здійснюються за допомогою ніг, спини і рук. Перегони проводяться на морі, річках, озерах, природних чи штучних каналах.

Асамблея (англ. *assemble*, фр. *assemblee*) – загальні збори членів якої-небудь організації, часто міжнародної, які географічно віддалені між собою.

Атлет – у сучасному вжитку синонім слова спортсмен; людина, яка займається фізичною культурою, спортом; людина атлетичної статури (з пропорційно розвиненою мускулатурою та пропорційним співвідношенням частин тіла).

Б

Баскетбол (англ. *basket* – кошик і *ball* – м'яч) – спортивна командна гра з м'ячем, в якій м'яч закидають руками в кільце суперника.

Біатлон (лат. *bi* – двічі та грец. *ἆθλον* – боротьба) – зимовий вид спорту, двоборство, що поєднує лижні перегони та стрільбу (лежачи і стоячи) на кількох вогневих позиціях із дрібнокаліберної гвинтівки. Активний розвиток біатлону припадає на 20-ті роки XX століття, коли починають відбуватися змагання з лижних перегонів серед військових патрулів зі стрільбою, киданням гранати тощо.

Боротьба – вид спорту, єдиноборство за певними правилами. Боротьба була бойовим мистецтвом у стародавніх народів і загалом у кожного народу була поширена силова боротьба з більшою чи меншою кількістю прийомів. У сучасній спортивній практиці виокремлюють класичну боротьбу (греко-римську, раніше – французьку) та вільну боротьбу (попередня назва вільно-американська).

В

Веслувальний спорт – перегони на човнах, що приводяться в рух силою людських м'язів із використанням весел. Веслувальний спорт – загальна назва, що охоплює такі олімпійські види спорту, як академічне веслування, веслування на байдарках і каное, веслувальний слалом, а також багато національних видів перегонів на не стандартизованих човнах, популярних у

різних країнах світу. Перегони проводяться на морі, річках та озерах. Екіпажі човнів можуть складатися із різної кількості веслувальників. Конструкція човнів і тип весел, які в них використовуються, залежать від типу перегонів. Наприклад, в академічному веслуванні використовуються весла у кочетах, у веслуванні на байдарках – дволопатеві весла, які веслувальники тримають у руках, у веслуванні на каное – однолопатеві весла.

Вид змагання – вид змагальної діяльності у межах окремого виду спорту, в якому розігруються медалі (наприклад, змагання на окремих дистанціях у легкій атлетиці).

Вид спорту – історично сформований конкретний вид змагальної діяльності, самостійна складова спорту. Олімпійські види спорту. Види спорту, включені до програми літніх та зимових Олімпійських ігор.

Відкритий чемпіонат – офіційні спортивні змагання з метою визначення чемпіона (спортсмена, команди) і розподілу подальших місць із вільним допуском або запрошенням спортсменів для участі в змаганнях.

Вітрильний спорт – вид спорту, в якому спортсмени змагаються, використовуючи переважно човни та судна, спеціальні сани для снігу, а також колісні човни, що рухаються по твердій поверхні та приводяться в рух за допомогою вітрил.

Водне поло, ватерполо (англ. *water polo*) – спортивна командна гра, що проводиться у воді. Гра може проходити як у водоймищах, так і в басейнах. Одночасно у грі беруть участь дві команди, їх мета – забити якнайбільше голів у ворота суперника за час гри.

Волейбол – неконтактний, комбінаційний вид спорту, де кожен гравець має суворо визначену спеціалізацію на майданчику. Найважливішими якостями для волейболістів є стрибучість, швидкість реакції, координація, фізична сила.

Волейбол (англ. *volleyball* від *volley* – удар із льоту і *ball* – м'яч) – вид спорту, командна спортивна гра, під час якої дві команди змагаються на спеціальному майданчику, розділеному сіткою, прагнучи спрямувати м'яч на бік суперника таким чином, щоб він приземлився на майданчику противника (добити до підлоги), або щоб гравець команди, що захищається, припустився помилки. При цьому для організації атаки гравцям однієї команди дозволяється не більше трьох торкань м'яча поспіль (на додаток до торкання на блоці).

Г

Гетерія – у Стародавній Греції співдружність, союз, група громадян.

Гімназіада – всесвітній спортивний форум. У його рамках проводяться змагання з 25 видів спорту. Гімназіади організовуються і в Україні, яка є однією з учасниць цього спортивного форуму.

Гірські лижі – особливий різновид лиж, який використовують для спуску з гірських схилів і в гірськолижному спорті.

Д

Дзюдо, джюдо (яп. *柔道, じゅうどう* – шлях беззбройної боротьби) – японське бойове мистецтво і вид спорту, що виник на основі джиу-джитсу.

К

Ковзанярський спорт – загальна назва для спортивних дисциплін, в яких атлети змагаються на швидкість подолання певної дистанції на ковзанах. Залежно від правил проведення змагань ковзанярський спорт поділяється на змагання на довгій доріжці, змагання на короткій доріжці – шорт-трек і марафонський біг на ковзанах. Ковзанярський спорт є олімпійським видом спорту. Ковзанярський спорт особливо популярний у Нідерландах і Норвегії. Він також має значну популярність в інших країнах Європи, Північній Америці та Азії – в Японії, Кореї, Китаї.

Л

Легка атлетика – олімпійський вид спорту, який об’єднує спортивні дисципліни, що включають змагання з бігу, стрибків, метань і спортивної ходьби. Найбільш розповсюдженими видами легкої атлетики є бігові та технічні дисципліни на стадіоні, біг по шосе, крос та спортивна ходьба.

Лижне двоборство, або нордична комбінація – зимовий олімпійський вид спорту, який охоплює стрибки з трампліна і лижний крос.

Лижні перегони – зимовий олімпійський вид спорту, змагання на подолання певної дистанції на швидкість, рухаючись на лижах і відштовхуючись лижними палицями. У лижних перегонах використовуються лижі з кріпленням, що залишає п'ятку лижника вільною. Лижні перегони є також складовою частиною інших зимових видів спорту – лижного двоборства та біатлону.

М

Масовий спорт (спорт для всіх) – діяльність суб'єктів сфери фізичної культури і спорту, спрямована на забезпечення рухової активності людей під час їх дозвілля для зміцнення здоров'я

Міжнародна спортивна федерація – союз, об’єднання національних федерацій з конкретного виду спорту, загальних питань фізичної культури і спорту, пропаганди спорту, зі спортивної науки, розвитку спорту серед окремих груп населення та інших напрямів діяльності (у світі, на окремому континенті, в регіоні).

Н

Настільний теніс – олімпійський вид спорту, в якому використовують спеціальні ракетки та ігровий стіл, розмежований сіткою навпіл. Гра може проходити між двома суперниками або двома парами суперників. Завданням гравців є утримання м'яча в грі за допомогою ракеток. Кожен гравець після одного відскоку м'яча на своїй половині столу повинен відправити м'яч на

половину столу суперника. Очко нараховується гравцеві, якщо суперникові не вдається повернути м'яч відповідно до правил. За сучасними міжнародними правилами кожна партія триває до 11 очок. Матч складається з непарної кількості партій, гра проводиться на більшість перемог у партіях.

Національний студентський союз (НСС) – всеукраїнська молодіжна громадська організація, що об'єднує осіб, які навчаються в закладах вищої освіти України.

О

Олімпійський чемпіон – переможець Олімпійських ігор в якому-небудь виді спорту або в окремому виді змагань.

Р

Резервний спорт – напрям спорту, який забезпечує якісний відбір найбільш обдарованих дітей та молоді, створення умов для максимального розвитку їхніх індивідуальних здібностей з метою досягнення високих спортивних результатів і поповнення основного складу національних збірних команд.

С

Сноубординг (англ. *snowboarding*) – олімпійський вид спорту, що передбачає спуск із засніжених схилів і гір на спеціальному снаряді – сноуборді. Спочатку сноубординг був винятково зимовим видом спорту, але згодом окремі екстремали освоїли його навіть улітку, катаючись на сноуборді на піщаних схилах (сендбординг). Оскільки катання на сноуборді дуже часто проходить на непідготовлених схилах і на великих швидкостях, для захисту від травм використовується різноманітна екіпіровка – шоломи, захист суглобів, спини, рук.

Спорт вищих досягнень – складова частина спорту, яка забезпечує систему організованої підготовки спортсменів високої кваліфікації та проведення змагань із метою досягнення максимальних результатів.

Спортивна федерація – громадська організація, що займається питаннями розвитку якого-небудь виду спорту, його пропагандою, забезпеченням спортивної діяльності тощо (в масштабі країни, області, міста).

Спортивне плавання – вид спорту, мета якого якнайшвидше проплисти заздалегідь визначену відстань, не порушуючи при цьому техніки та способу плавання, який використовується. Спортивне плавання набуло популярності ще в XIX столітті. З 1896 року плавання є олімпійським видом спорту.

Спортивний клуб – організація, яка об'єднує людей, зацікавлених у заняттях спортом. Це може бути як професійний клуб, де учасники займаються спортивною діяльністю на професійному рівні, так і аматорський клуб, діяльність якого спрямована на забезпечення можливостей для фізичної активності та здорового способу життя серед своїх учасників. Але це не тільки група людей, які люблять спорт, але й організація, яка має свою мету,

структуру, права й обов'язки.

Стрибки з трампліна – зимовий олімпійський вид спорту, стрибки на лижах зі спеціального трампліна на схилі гори. Стрибок оцінюється за дальністю та якістю. Стрибки з трампліна є також однією зі складових частин лижного двоборства. Традиційно змагання зі стрибків із трампліна проводяться взимку, на вкритому снігом схилі, однак існує також і літній варіант.

Стрибки у воду – один із водних видів спорту. На змаганнях виконуються стрибки з трампліна (1 і 3 м) і вишки (5, 7,5 і 10 м). Під час стрибка спортсмени виконують комплекс акробатичних дій (оберти, гвинти, обертання). Судді оцінюють як якість виконання акробатичних елементів у польотній фазі, так і якість («чистоту») входу у воду. На змаганнях із синхронних стрибків оцінюють також синхронність виконання елементів двома учасниками.

Студентський спорт – сполучна ланка між масовим спортом і спортом вищих досягнень, що доповнює професійну підготовку висококваліфікованих фахівців.

У

Українська студентська ліга (УСЛ) – українська громадська спілка, створена студентами для студентів із метою розвитку та всебічної підтримки своєї спільноти, рухів і проєктів, що на добровільних засадах об'єднує осіб, які навчаються у закладах вищої освіти, а також органи студентського самоврядування, інші самоврядні студентські організації для здійснення та захисту їх прав і свобод, задоволення суспільних, зокрема економічних, соціальних, культурних та інших інтересів.

Універсіада – комплексні студентські спортивні змагання. Один раз на два роки проводяться зимові та літні змагання під егідою Міжнародної федерації університетського спорту. Під час церемонії нагородження переможців виконується студентський гімн.

Універсіада (*Universiade*) – міжнародні та національні спортивні змагання серед студентів, що проводяться Міжнародною федерацією університетського спорту (FISU). Назва «Універсіада» походить від слів «університет» та «олімпіада». Часто згадується як «Всесвітні студентські ігри» та «Всесвітні університетські ігри». Кожні два роки проводяться літні та зимові Універсіади.

Ф

Фехтування – суто індивідуальний вид спорту. Навіть у командних змаганнях бої проводяться один на один. Фехтування є олімпійським видом спорту.

Фехтування (нім. *fechten)* – спортивне єдиноборство: різновид спорту для чоловіків і жінок; мистецтво двобою холодною зброєю (рапірами, шпагами, шаблями), поширений із XIII–XIV ст.

Футбол (англ. *football*) – командний вид спорту, в який грають дві

команди по одинадцять гравців зі сферичним м'ячем. Футбол – олімпійський і найпопулярніший у світі вид спорту.

Х

Хокей (англ. *hockey*, та діал. *гаківка*) – спільна назва для командних спортивних ігор із ключкою, мета яких закинути м'яч або шайбу у ворота команди суперника.

Хокей на траві – командна спортивна гра (по 11 осіб у команді) на спеціально розміченому майданчику 81-91×50-55 м протягом 60 хв (4 тайми по 15 хв із перервою). Спортивні снаряди – ключка і м'яч.

Ч

Чемпіон – спортсмен або команда – переможець змагань у якому-небудь виді спорту або в окремому виді змагань.

Чемпіонат – офіційні змагання, розіграш першості в якому-небудь виді спорту з метою виявлення переможця – чемпіона (спортсмена, команди) і розподілу подальших місць.

Чемпіонат – термін, який вживають у спорті на позначення різних форм конкуренції; змагання на першість з якого-небудь виду спорту, переможець якого дістає звання чемпіона. Мете чемпіонату – визначити, які особи або команда є найсильнішими на цей час у певному виді спорту. Синоніми: змагання; турнір; першість; конкурс.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Ажиппо О. Ю., Павленко В. О., Павленко Є. Є. Студентський спорт в системі фізичного виховання закладів вищої освіти : навчальний посібник для студентів і викладачів закладів вищої освіти. Харків, 2019. 285 с.

2. Бессарабова О. В., Кемкіна В. І., Ванюк О. І. Курс лекцій з дисципліни «Загальна теорія спорту для всіх» для студентів факультету фізичного виховання. Запоріжжя : ЗНТУ, 2016. 88 с.

3. Воронкова Т. В., Симонік А. В., Верітов О. І., Караулова С. І. Студентський спорт : курс лекцій для здобувачів ступеня вищої освіти магістра спеціальності «Фізична культура і спорт» освітньо-професійної програми «Спорт». Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2024. 104 с.

4. Гальченко Л. В., Дядечко І. Є. Студентський спорт : навчальний посібник для здобувачів ступеня вищої освіти магістра спеціальності «Фізична культура і спорт» освітньо-професійної програми «Спорт». Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2020. 109 с.

ВИКОРИСТАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Ажиппо О. Ю., Павленко В. О., Павленко Є. Є. Студентський спорт в системі фізичного виховання закладів вищої освіти : навчальний посібник для студентів і викладачів закладів вищої освіти. Харків, 2019. 285 с.

2. Базилевич Н., Волківський М., Тонконог О. Організаційно-методичні особливості самостійної фізкультурно-оздоровчої роботи студентів у закладі вищої освіти. *Scientific Collection «InterConf+»*. 2022. № 18(95). С. 859–877.

3. Білецька В. В., Семененко В. П., Завальнюк В. Л., Залойло В. В., Костюченко В. І., Яременко О. М. Студентський спорт у системі фізичного виховання в закладах вищої освіти. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова.* Серія 15. 2024. № 2(174).

4. Власюк Т. М. Теоретико-методологічні засади та перспективи розвитку управління у сфері фізичної культури і спорту в умовах воєнного стану. *Формування ринкових відносин в Україні*. 2023. № 7-8 (266-267). С. 103–110.

5. Іваненко Г. О. Організаційно-методичні засади інтеграції олімпійської освіти в освітній процес студентської молоді : дис. ... д-ра філософії: 017 / Іваненко Галина Олександрівна. Київ : Національний університет фізичного виховання і спорту України, 2021. 228 с.

6. Імас Є., Дутчак М., Катерина У. Організаційно-методичні засади розвитку студентського спорту: вітчизняний та зарубіжний досвід. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту.* 2018. № 2. С. 89–97.

7. Мельник М. Г. Становлення та розвиток студентського спорту України в XXI столітті : дис.. кан. наук з фіз. вих. та спорту: 24.00.01. Львів. держ. ун. фіз. культ. Львів, 2016. 231 с.

8. Павленко О. Клубна форма організації занять у розвитку

студентського спорту *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2017. № 4 (60). С. 78−85.

9. Счастливець В. І. Студентський спорт в закладах вищої освіти. У збірці*: Правова держава: історія, сучасність та перспективи формування в Україні : матеріали XVIII Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Дніпро, 28 лютого 2020 р.).* Дніпро : ДДУВС, 2020. С. 196–198.

ДОДАТОК А

РЕКОМЕНДАЦІЇ ТА ВИМОГИ ДО СТВОРЕННЯ І ОФОРМЛЕННЯ МУЛЬТИМЕДІЙНОЇ ПРЕЗЕНТАЦІЇ

Мультимедійна презентація – це програма, яка може містити текстові матеріали, фотографії, рисунки, діаграми та графіки, слайд-шоу, звукове оформлення і дикторський супровід, відеофрагменти й анімацію, тривимірну графіку.

Основною відмінністю презентацій від інших способів подачі інформації є їх особлива насиченість змістом та інтерактивність, тобто здатність певним чином змінюватися й реагувати на дії користувача.

Переваги мультимедійної презентації:

- унаочнює матеріали, що презентуються;
- підвищує оперативність і об’єктивність оцінювання результатів наукового дослідження;
- сприяє розвитку продуктивного, творчого та операційного стилю мислення студентів.

Головна мета презентаційного повідомлення – донести до аудиторії потрібну інформацію. Тому важливо знати правила оформлення презентацій, що ґрунтуються на психофізіологічних особливостях сприйняття людиною інформації.

Для створення презентацій використовується програма **Microsoft Office Power Point.** Презентація складається зі слайдів. Тож перш ніж розпочати роботу в Microsoft Office PowerPoint варто на папері ретельно спланувати власну презентацію, а саме:

- визначитися з темою та з тим, який ілюстративний матеріал знадобиться;
- продумати, яка інформація пропонуватиметься на кожному слайді, якими шрифтами її краще подавати тощо.

У презентації обов’язково оформлюють титульний та завершальний слайди. На титульному слайді зазвичай вказують тему презентації та її автора (прізвище, ім’я, по батькові), навчальний заклад, місто. На завершальному слайді зазначають джерела інформації та ілюстративного матеріалу (автор, рік видання, адреса сайту). Крім того, завершальний слайд містить подяку за увагу.

Кількість слайдів у презентації залежить від мети та цільової аудиторії. Презентація не повинна бути монотонною і громіздкою (оптимально – 10-20 слайдів).

Оформлення текстової інформації на слайді.

Під час оформлення презентації краще використовувати такі шрифти:

- Arial
- Comic Sans MS
- Courier
- Georgia

- Tahoma
- Times New Roman
- Verdana

Для заголовків варто використовувати напівжирний шрифт. Курсив можна використати для логічного наголосу, зокрема, на формулюванні основних положень, означень тощо. Для основної інформації слід використовувати «прямий» звичайний шрифт.

Важливо уникати використання більше 2-х різних шрифтів на одному слайді. Бажано використовувати єдиний стиль шрифту для всієї презентації.

Найменший для тексту презентації – шрифт 22 кеглю. Дослідники дійшли висновку, що правильний вибір шрифту сприяє збереженню гостроти зору. Кегль шрифту залежить від типу, фону презентації, проєкційного обладнання.

Рекомендовані розміри шрифтів:

Вид об'єкта	**Розмір шрифту**
Заголовок слайда	22-30 pt
Підзаголовок	20-28 pt
Текст	18-22 pt
Підписи даних у діаграмах	20-24 pt
Шрифт легенди	16-22 pt
Номер слайда	14-16 pt
Інформація в таблицях	18-22 pt

Більше «простору» між рядками: полуторний міжрядковий інтервал полегшує сприйняття інформації.

Не варто заповнювати слайд значним обсягом інформації. Одна з найсерйозніших помилок, якої часто припускаються новачки при створенні презентацій, – прагнення заповнити весь простір слайду інформацією (текстовими блоками, ілюстраціями). Не треба лякатися вільного простору, адже він сам по собі вже є важливим елементом дизайну.

Пам'ятайте! Один слайд – одна теза (факт, думка, твердження).

Створюючи тексти на слайдах, потрібно:

- використовувати короткі слова та будувати прості речення;
- рядок має містити 6-8 слів;
- усього на слайді має бути не більше 6-8 рядків;
- загальна кількість слів не повинна перевищувати 50;
- дієслова мають бути в одній часовій формі.

Текст рекомендовано вирівнювати по ширині. Не варто використовувати переноси в словах.

Не потрібно розміщувати на слайді дослівно все, що є намір сказати словами. Великий текст дуже важко читати та й майже неможливо запам'ятати.

Потрібно прагнути максимально скоротити довжину речень, відмовитися

від вставних конструкцій. Текст у презентації має бути простим, лаконічним, таким, що нагадує тези, якщо, звичайно, це не цитати.

Не потрібно писати весь текст прописними літерами: СЛОВО, НАПИСАНЕ ЛИШЕ ПРОПИСНИМИ ЛІТЕРАМИ, ВТРАЧАЄ ІНДИВІДУАЛЬНІСТЬ І ЗЛИВАЄТЬСЯ З ІНШИМИ.

Найбільш важливу інформацію розташовують у лівому верхньому куті слайда.

Уся інформація на слайдах має бути науковою, логічно структурованою, доступною цільовій аудиторії та повно висвітлювати тему презентації.

Під час створення текстового блоку презентації потрібно дотримуватися правил орфографії, пунктуації, скорочень і правил оформлення тексту (наприклад, крапку в заголовках не ставлять).

Можна використовувати можливості комп'ютерної анімації. Проте анімація не повинна бути нав'язливою.

При розташуванні тексту та зображень (рисунків, схем, діаграм тощо) зазвичай керуються метою презентації:

- якщо ту саму інформацію можна передати і за допомогою тексту, і за допомогою зображення, то доцільно надати перевагу зображенню й додати до нього короткі субтитри;
- якщо зображення ілюструє текст, його потрібно розташувати або під текстом, який ілюструється, або ліворуч від нього;
- субтитри рекомендується розташовувати праворуч або під зображенням.

Співвідношення текст-ілюстрація повинно бути 2:3, тобто тексту має бути менше, ніж зображень. Вдало підібрані зображення – це 70% успіху доповідача.

Бажано додавати до мультимедійної презентації звуковий супровід, щоб забезпечити емоційний вплив на глядача.

Формат слайдів.

Параметри сторінки:

- розмір слайдів має відповідати розміру екрана;
- орієнтація слайда – альбомна;
- ширина слайда – 24 см;
- висота слайда – 18 см;
- нумерувати слайди слід арабськими цифрами без знаків номера, рисочок тощо;
- формат показу слайдів – «Демонстрація»;
- графічний і текстовий матеріали розміщуються на слайдах так, щоб ліворуч і праворуч від краю слайда залишалося чисте поле шириною не менше 0,5 см.

Фон слайдів.

Фон є елементом заднього (другого) плану. Він має виділяти, підкреслювати інформацію слайда, але не закривати її.

Використання різних фонів на слайдах у рамках однієї презентації не створює відчуття єдності, зв'язності, стильності інформації. Щоб уникнути цієї

помилки, складання кольорової схеми презентації має починатися з вибору двох головних функціональних кольорів, які використовуються для фону та звичайного тексту.

Поєднання двох кольорів – кольору тексту та кольору фону – істотно впливає на глядача: деякі пари кольорів не тільки стомлюють зір, але й можуть призвести до стресу. Тож на слайдах презентації варто використовувати гармонійні поєднання кольорів. Таке поєднання кольорів має сприяти якісному сприйняттю змісту слайду. Наприклад, можна обрати фон і колір в одній гамі, тільки зробити фон максимально світлим, а шрифт – темним. Розміщення світлого шрифту на темному фоні треба уникати.

Важливо пам'ятати, що колір має найбільший вплив на емоційний стан людини. Теплі кольори (червоний, оранжевий, жовтий) стимулюють, збуджують. При цьому вони діють як подразники з різною інтенсивністю. Холодні кольори (фіолетовий, синій, блакитний, синьо-зелений, зелений) заспокоюють, врівноважують. Світло-рожевий, жовто-зелений, коричневий – це нейтральні кольори. На одному слайді рекомендовано використовувати не більше трьох кольорів: один – для фону, другий – для заголовку, третій – для тексту.

Необхідно запам'ятати ще одне правило вибору фону: будь-який фоновий рисунок підвищує стомлюваність очей і знижує ефективність засвоєння презентованого матеріалу.

Використання фотографій як фону є не завжди вдалою ідеєю через труднощі з підбором шрифту. В цьому випадку треба або використовувати більш-менш однотонні, іноді ледь розмиті фотографії, або розташовувати текст не на самій фотографії, а на кольоровій підкладці. Але такий варіант оформлення фону має бути виправданим метою презентації. Заважає сприйняттю текстової інформації й використаний у презентації фон у вигляді анімованого об'єкта.

Усі слайди презентації повинні бути виконані в єдиному стилі, тобто у єдиній кольоровій гамі, з використанням однакових шрифтів, однотипних ілюстрацій тощо. Можна обрати один із дизайнерських стилів, які пропонує програма Microsoft Office PowerPoint.

Числові значення.

Під час оформлення числових значень необхідно враховувати такі правила оформлення:

- при посиланні на роки певного століття потрібно значення року вказувати арабськими цифрами, а століття – римськими (наприклад, 70-і роки XX ст.);
- не варто використовувати на слайді числове значення, оформлене у вигляді буквеного скорочення (наприклад, млн, млрд); краще для сприйняття використовувати арабські цифри (наприклад, 1 000 000, 1 000 000 000);
- можна виділяти числові значення іншим кольором, розміром шрифту.

Графічні об'єкти у презентації.

Під час використання графічних об'єктів у презентації необхідно враховувати такі рекомендації:

1. Не використовувати неякісні рисунки та фотографії, зі спотвореними пропорціями.
2. Коректно застосовувати ілюстративний матеріал на слайді.
3. Зображення має бути не стільки фоном, скільки ілюстрацією до тексту, яка допомагає по-новому зрозуміти та розкрити його зміст.
4. Підписи рисунків традиційно розміщуються безпосередньо під ними.
5. Рівномірно та раціонально використовувати площу слайда.

Потрібно враховувати також особливості сприйняття, які склалися в європейській традиції: інформація, особливо при переглядовому читанні, сприймається зліва направо і зверху вниз – відповідно до рухів очей. Тому найважливіша інформація має розміщуватися зверху ліворуч. Враховувати ці особливості сприйняття потрібно під час розміщення на слайді тексту та графічного об'єкта.

Діаграми.

Діаграми готуються з використанням майстра діаграм табличного процесора MS Excel. Структурні діаграми готуються за допомогою стандартних засобів рисування пакету MS Office.

Дані й підписи не повинні накладатися та зливатися з графічними елементами діаграми.

Якщо під час форматування слайда є необхідність пропорційно зменшити розмір діаграми, то розмір шрифтів реквізитів повинен бути збільшений.

Також необхідно виділяти найбільш важливі частини діаграми, графіка.

Для побудови більшості кругових діаграм краще використовувати не більше шести компонентів. Якщо потрібно відобразити більше число компонентів, необхідно обрати з них п'ять найбільш важливих, а останні згрупувати в категорію «інші».

Рекомендується використовувати найбільш контрастний колір або штрихування для того, щоб виділити найважливіший елемент, підкреслюючи тим самим основну ідею, виражену в заголовку.

Під час складання графіка слід мати на увазі, що лінія має бути жирнішою, ніж вісь абсцис, яка, в свою чергу, має бути жирнішою за горизонтальні та вертикальні лінії, що створюють координатну сітку.

Вертикальні лінії координатної сітки можна використовувати для того, щоб розділити значення параметра за попередні періоди і дані прогнозу або розбити тимчасову вісь за четвертинами або роками. Горизонтальні лінії допомагають точніше порівнювати відносні величини. Тому в кожному окремому випадку треба вирішити, яку саме кількість вертикальних і горизонтальних ліній потрібно задавати.

Для наведення числових даних доцільно використовувати числовий формат з роздільником груп розрядів. Якщо дані (підписи даних) є дробовими числами, то число десяткових знаків, що відображається, повинне бути однакове для всієї групи цих даних (усього ряду підписів даних).

Числа слід округлювати та уникати дробів, якщо точна величина несуттєва. Наприклад, 12 % запам'ятовується набагато краще, ніж 12,3% або 12,347%.

Таблиці.

Таблична інформація вставляється в матеріали як таблиця текстового процесора MS Word або табличного процесора MS Excel.

Таблиці і діаграми розміщуються на світлому або білому фоні.

Не варто вставляти в презентації великі таблиці: вони складні для сприйняття, краще замінювати їх графіками, побудованими на основі цих таблиць.

Якщо все ж таблицю показати необхідно, то краще залишити якомога менше рядків і стовпців, навести лише найнеобхідніші дані. Це також дозволить зберегти необхідний розмір шрифту, щоб таблиця не перетворилася на медичну таблицю для перевірки зору.

Не потрібно розбивати таблицю і розміщувати її окремі частини на різних слайдах, якщо при цьому на одному зі слайдів не відзначені її функціональні та змістові поля.

Анімація об’єктів і зміна слайдів.

Основна роль анімації в презентаціях – це вирішення питання дозування інформації. Анімуючи об’єкт у презентації, варто пам’ятати, що будь-який рухомий об’єкт знижує сприйняття, відволікає, порушує динаміку уваги.

На титульному слайді використання анімації об’єктів не допускається.

В інформаційних слайдах допускається використання анімації об’єктів тільки у випадку, якщо це необхідно для відображення змін, що відбуваються в часовому інтервалі, і якщо черговість появи анімованих об’єктів відповідає структурі повідомлення. У решті випадків використання анімації є недоцільним.

Анімація об’єктів повинна відбуватися автоматично після закінчення необхідного часу.

Для зміни слайдів використовується режим «уручну». Перехід слайдів у режимі «за часом» не допускається. Дозволяється використання стандартних ефектів переходу, крім ефектів «жалюзі», «шахи», «розчинення», «горизонтальні смуги». Для всіх слайдів застосовується однотипний ефект їх переходу.

Звуковий супровід анімації об’єктів і переходу слайдів використовується, якщо є необхідність.

Навчально-методичне видання

(*українською мовою*)

Сватьєв Андрій Вячеславович
Воронкова Тетяна Володимирівна
Симонік Анастасія Володимирівна
Царенко Катерина Валеріївна

СТУДЕНТСЬКИЙ СПОРТ

Методичні рекомендації до практичних занять
для здобувачів ступеня вищої освіти магістра
спеціальності «Фізична культура і спорт»
освітньо-професійної програми «Спорт»

Рецензент *Р. В. Клопов*
Відповідальний за випуск *М. В. Маліков*
Коректор *Н. В. Мацюх*