

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ**  
**В. О. СУХОМЛИНСЬКОГО**  
**ЦЕНТРАЛЬНОУКРАЇНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**  
**ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ВИННИЧЕНКА**

Кваліфікаційна наукова  
праця на правах рукопису

**ЛЕЛЕКА ВІТАЛІЙ МИКОЛАЙОВИЧ**

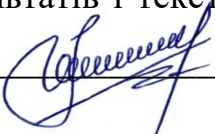
**УДК 378.6.016:796.011.3(73)(043.5)**

**ДИСЕРТАЦІЯ**

**ТЕОРЕТИЧНІ ТА МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ВИХОВАННЯ ФІЗИЧНОЇ**  
**КУЛЬТУРИ СТУДЕНТІВ В УНІВЕРСИТЕТАХ США**

13.00.04 – теорія і методика професійної освіти

Подається на здобуття наукового ступеня доктора педагогічних наук  
Дисертація містить результати власних досліджень. Використання ідей,  
результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело

  
\_\_\_\_\_ В. М. Лелека

**Науковий консультант: ЯКИМЕНКО Світлана Іванівна,**  
доктор педагогічних наук, професор

Кропивницький – 2024

## АНОТАЦІЯ

Лелеки В. М. Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів в університетах США. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора педагогічних наук за спеціальністю 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти. – Центральноукраїнський державний університет імені Володимира Винниченка. Кропивницький, 2024.

У дисертації науково обґрунтовано теоретичні і методичні засади виховання фізичної культури студентів в університетах США та визначено можливості використання американського педагогічного досвіду роботи щодо виховання фізичної культури студентів у закладах вищої освіти України.

У першому розділі – «Теоретико-методологічні засади виховання фізичної культури студентів в університетах США» розглянуто методологічні підходи до дослідження проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США; проаналізовано головні понятійні конструкти дослідження; досліджено теоретичні основи системи виховання фізичної культури студентів в університетах США; розглянуто проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США у наукових дослідженнях. Серед найважливішими методологічних підходів до дослідження проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США було виділено: квалітативний, кількісний, дослідницький, експертний, компаративний, історичний. Квалітативний підхід дозволяє дослідникам зрозуміти складні аспекти виховання фізичної культури студентів, включаючи їхні мотивації, ставлення та сприйняття цього процесу. Кількісний підхід дозволяє проводити кількісну оцінку ефективності програм виховання фізичної культури студентів і встановлювати зв'язки між різними факторами. Дослідницький підхід

спрямований на розв'язання конкретних дослідницьких питань, визначених на етапі підготовки дослідження. Експертний підхід базується на думках та рекомендаціях висококваліфікованих фахівців у галузі виховання фізичної культури. Компаративний підхід передбачає порівняння практик виховання фізичної культури студентів в різних університетах або країнах. Історичний підхід включає в себе аналіз історії виховання фізичної культури в університетах США. Зазначені методологічні підходи можуть використовуватися окремо або в поєднанні, в залежності від конкретних цілей дослідження.

У другому розділі – «Організація фізичного виховання студентів в університетах США» було розглянуто структуру та організацію фізичного виховання студентів університетів США. Було визначено, що університети в США надають студентам можливість вибору з різноманітних фізичних активностей, які можуть бути включені в їхню загальну навчальну програму. Основною особливістю структури фізичного виховання в університетах США є забезпечення студентам можливості зберігання та покращення їхнього фізичного здоров'я та загального фізичного розвитку. Для досягнення цієї мети університети надають доступ до сучасних спортивних закладів, тренерського персоналу та різних програм фізичного виховання. Було визначено, що зміст фізичного виховання студентів в університетах США відображає акцент на різноманітних фізичних активностях, які сприяють всебічному розвитку студентів. Основними компонентами є фітнес, спорт, танці, здоровий спосіб життя та інші види фізичних занять. Університети надають можливість обирати з цього різноманітного спектру залежно від індивідуальних інтересів та потреб студентів.

Було показано, що мотивація студентів до занять фізичною культурою в університетах США є важливою складовою системи фізичного виховання. Один із ключових факторів, що стимулює мотивацію студентів – це можливість обирати фізичні активності, які відповідають їхнім інтересам та потребам. Це дозволяє студентам відчувати себе активними учасниками

процесу та отримувати задоволення від фізичних занять. Крім того, університети США активно пропагують здоровий спосіб життя та фізичну активність серед студентської спільноти, створюючи позитивне соціальне середовище для спортивних досягнень та фізичного розвитку. Визначено, що структура та організація фізичного виховання студентів університетів США включає різноманітні фізичні активності, спрямовані на розвиток фізичної активності та забезпечення здорового способу життя. Аналіз змісту цього виховання вказує на різноманітність та доступність програм для всіх студентів, а мотивація підтримується через індивідуалізацію та соціальну підтримку спортивних зусиль.

У третьому розділі – «Методичні аспекти виховання фізичної культури студентів в університетах США» було визначено, що основні методичні підходи включають: обов'язкові курси фізичної культури, які стимулюють студентів до успішного завершення курсів з фізичної культури, що можуть включати такі предмети, як фітнес, плавання, танці тощо; клуби і спортивні команди, що проявляється в активній підтримці створення спортивних клубів та команд для розвитку навичок та спортивної активності серед студентів; фізична активність за вибором, що дає студентам можливість вибору з великого спектру фізичних активностей, таких як йога, кардіотренування, бойові мистецтва і багато інших. Визначено, що університети в США активно впроваджують інноваційні методи та технології для підвищення ефективності виховання фізичної культури студентів. Деякі з них включають: мобільні додатки та веб-платформи, які надають доступ до тренувань, дієтичних порад, відстеження фізичної активності та інших корисних інструментів для студентів; використання віртуальної реальності (VR) для створення іммерсивних ігор та симуляцій, які сприяють фізичній активності та розвитку навичок; сенсори та пристрої відстеження для вимірювання фізичної активності та здоров'я студентів. Спортивно-масова та фізкультурно-оздоровча робота відіграє важливу роль у вихованні фізичної культури студентів в університетах США. Вона забезпечує умови для



підтримання та зміцнення здоров'я студентів. Спортивні і фізкультурні заходи сприяють збереженню та покращенню здоров'я студентів, попереджають студентські захворювання та сприяють загальному фізичному самопочуттю. Вона сприяє розвитку командної роботи і лідерських якостей. Участь у спортивних командах і колективних виді спорту сприяє розвитку комунікаційних та лідерських навичок студентів. Загалом, спортивно-масова та фізкультурно-оздоровча робота в університетах США грає важливу роль у забезпеченні фізичного і психологічного благополуччя студентів і сприяє їхньому гармонійному розвитку.

У четвертому розділі – «Особливості підготовки викладачів фізичної культури до роботи в університетах США» визначено, що основні вимоги до викладачів включають наступні аспекти: педагогічна компетентність: викладачі повинні мати глибоке розуміння педагогічних методів та стратегій, необхідних для успішного викладання фізичної культури, що включає в себе розробку курсів, оцінку студентів і створення сприятливого навчального середовища; наукова компетентність: враховуючи швидкі та постійні зміни в галузі фізичної культури і науки про спорт, викладачі повинні постійно оновлювати свої знання та вміння на основі досліджень, щоб бути в курсі сучасних тенденцій; комунікативна компетентність: викладачі повинні бути прикладом професійної етики та лідерства для своїх студентів, що включає в себе відкритість, активність, комунікабельність, дотримання етичних стандартів, сприяння розвитку студентів і участь у розвитку університетської спортивної спільноти. Підготовка викладачів фізичної культури в університетах США є багатогранною і деталізованою. Програми підготовки враховують не тільки педагогічні аспекти, але і наукові, етичні, технологічні та культурні аспекти. Програми підготовки викладачів фізичної культури включають як загальні курси (педагогіка, психологія, фізіологія тощо), так і спеціалізовані курси з фізичної культури та спорту. Студенти, які готуються до ролі викладачів, здійснюють педагогічну практику в університетських або шкільних спортивних програмах. Багато програм підготовки викладачів

фізичного виховання включають в себе можливість здійснювати наукову діяльність, публікувати дослідження та брати участь у конференціях. Програми акцентують важливість комунікаційних навичок та взаємодії зі студентами для ефективного навчання та розвитку.

На основі теоретичного аналізу було визначено, що забезпечення якості професійної підготовки викладачів фізичної культури є пріоритетом для університетів США. Для досягнення цього використовуються наступні стратегії. Програми підготовки піддаються обов'язковій акредитації, що гарантує відповідність їх стандартам якості та ефективність навчання. Програми регулярно оновлюються для відповідності сучасним стандартам і вимогам галузі фізичної культури і спорту.

В п'ятому розділі – «Порівняльний аналіз систем виховання фізичної культури студентів в університетах США і України» було показано, що системи виховання фізичної культури студентів в університетах США та України мають як спільні риси, так і відмінності. Спільними характеристиками є важливість фізичного здоров'я і активності для студентів, а також роль університетського середовища у сприянні фізичній активності і розвитку спорту. Обидві системи включають в себе обов'язкові курси фізичної культури та спортивні ігри. Однак є різниці у підходах. У США більший акцент робиться на виборі студентами конкретних фізичних активностей і розвитку фітнес-культури. Спорт та фізична активність в більшості випадків є важливою частиною університетського досвіду, проте студенти мають більше свободи у виборі активностей, які вони вважають цікавими. Українська система виховання фізичної культури націлена на сприяння загальній фізичній розвинутості і розвитку спортивних навичок, особливо в спеціалізованих університетах. В Україні деякі предмети фізичної культури є обов'язковими для всіх студентів.

Наукова новизна і теоретичне значення одержаних результатів дослідження полягає в тому, що: вперше систематизовано концептуальні та методологічні аспекти, які сприяють досягненню оптимальних результатів у

фізичному вихованні студентів на прикладі системи фізичного виховання в США; проаналізовано та визначено принципи побудови ефективних програм тренувань, ігрових форм, активного відпочинку, технологічних інновацій та інших підходів, які сприяють залученню студентів до регулярної фізичної активності; визначено кваліфікаційні вимоги до викладачів фізичного виховання, що обумовлюють їхнє постійне прагнення до саморозвитку та впровадження інноваційних педагогічних технологій; вдосконалено підходи до оцінювання результатів фізичного виховання, через аналіз новітніх методів оцінювання фізичної активності, функціонального стану, здоров'я та інших параметрів, пов'язаних з фізичним вихованням в університетах США, що дозволяє об'єктивно визначати ефективність програм та ідентифікувати потреби студентів у покращенні фізичної форми та здоров'я; уточнено рольові функції викладачів і тренерів, які є обов'язковими для ефективного навчання і супроводу в цій сфері; визначено важливість лідерських та підприємницьких рис викладачів фізичної культури як показників їхньої креативності та готовності до постійного саморозвитку і створення найбільш оптимальних умов для розвитку фізичної культури студентів; розширено наукове розуміння фізичного виховання як складової суспільного розвитку і визначено оптимальні підходи до його практичної реалізації. Зокрема уточнено як фізична активність та спорт в університетах США впливають на фізичне, психічне та соціальне благополуччя студентів; якими є шляхи удосконалення методик і підходів до фізичного виховання, що сприяє досягненню кращих результатів; якими є напрями розвитку нових методів оцінювання фізичного виховання, що дає можливість об'єктивно визначати ефективність програм та підходів; визначено особливості підготовки викладачів фізичної культури в США, що обумовлюють їхню готовність до впровадження індивідуального гнучкого підходу в освіті, здатність використовувати в професійній діяльності технологічні інновації, постійну спрямованість на саморозвиток; описані можливі напрями використання досвіду університетів США для післявоєнної відбудови спортивної

інфраструктури університетів та залучення широких верств студентства до здорового способу життя.

Практичне значення дослідження полягає в тому, що може слугувати джерелом інновацій та кращих практик для вдосконалення фізичного виховання в університетах України; основні аспекти практичного значення таких досліджень включають: розвиток освітніх програм і навчальних планів, впровадження наукового підходу до реформування системи фізичного виховання в університетах України; впровадження інноваційних методик, що ґрунтуються на останніх технічних та наукових розробках; підвищення ефективності системи фізичного виховання в університетах України; може використовуватися розширення та оновлення змісту освітніх компонентів «Фізичне виховання», «Актуальні проблеми розвитку сучасного спорту», «Професійно-прикладна фізична культура», «Методика викладання фізичного виховання в зво», «Основи психологічного супроводу спортивної діяльності», «Акмеологія фізичного виховання», «Аксіологія у фізичному вихованні», «Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності», «Фітнес та методика навчання», «Психологія здорового образу життя», «Актуальні проблеми психологічного супроводу фізичного виховання», «Тілесно-орієнтовані напрями практичної психології», «Спортивні і рухливі ігри», «Гімнастика», «Система фізичної підготовки», «Структура фізичної підготовки військових», «Психофізіологічні техніки самовдосконалення людини».

*Ключові слова:* фізичне виховання, фізична культура, студенти, університети США, методологія освіти, професійний розвиток.

## ABSTRACT

Leleka V. M. Theoretical and methodical principles of education of physical culture of students in the universities of the USA. – Qualifying scientific work on manuscript rights.

Dissertation for obtaining the scientific degree of Doctor of Pedagogical Sciences on the specialty 13.00.04 – theory and methodology of professional education. – Volodymyr Vynnychenko Central Ukrainian State University. Kropyvnytskyi, 2024.

The dissertation scientifically substantiates the theoretical and methodological principles of physical education of students in the universities of the USA and identifies the possibilities of using American pedagogical work experience in education of physical culture of students in higher education institutions of Ukraine.

In the first chapter – «Theoretical-methodological principles of education of physical culture of students in the universities of the USA» methodological approaches to the study of the problem of education of physical culture of students in the universities of the USA are considered; the main conceptual constructs of the research were analyzed; the theoretical foundations of the system of education of physical culture of students in the universities of the USA were investigated; the problems of education of physical culture of students in the universities of the USA are considered in scientific research. Among the most important methodological approaches to the study of the problem of education of physical culture of students in the universities of the USA, the following were distinguished: qualitative, quantitative, research, expert, comparative, historical. A qualitative approach allows researchers to understand complex aspects of students' physical education, including their motivations, attitudes, and perceptions of this process. Quantitative approach allows to carry out a quantitative assessment of the effectiveness of students' physical education programs and to establish connections between various factors. The research approach is aimed at solving specific research

questions identified at the stage of research preparation. The expert approach is based on the opinions and recommendations of highly qualified specialists in the field of physical education. The comparative approach involves the comparison of physical education practices of students in different universities or countries. The historical approach includes an analysis of the history of physical education in US universities. The specified methodological approaches can be used separately or in combination, depending on the specific goals of the study.

In the second chapter – «Organization of physical education of students at US universities» the structure and organization of physical education of students at US universities was considered. It has been determined that universities in the US provide students with the opportunity to choose from a variety of physical activities that can be included in their general curriculum. The main feature of the structure of physical education in US universities is to provide students with the opportunity to maintain and improve their physical health and general physical development. To achieve this goal, universities provide access to modern sports facilities, coaching staff and various physical education programs. It was determined that the content of physical education of students in US universities reflects an emphasis on various physical activities that contribute to the comprehensive development of students. The main components are fitness, sports, dancing, a healthy lifestyle and other types of physical activities. Universities provide the opportunity to choose from this diverse spectrum depending on the individual interests and needs of students.

It was shown that the motivation of students to engage in physical education at US universities is an important component of the physical education system. One of the key factors that motivates students is the opportunity to choose physical activities that match their interests and needs. This allows students to feel like active participants in the process and enjoy physical activities. In addition, US universities actively promote healthy lifestyles and physical activity among the student community, creating a positive social environment for athletic achievement and physical development. It was determined that the structure and organization of

physical education of students at US universities includes a variety of physical activities aimed at developing physical activity and ensuring a healthy lifestyle. Analysis of the content of this education indicates the diversity and accessibility of programs for all students, and motivation is supported through individualization and social support of sports efforts.

In the third chapter – «Methodological aspects of physical culture education of students in US universities» it was determined that the main methodological approaches include: mandatory physical culture courses that stimulate students to successfully complete physical culture courses, which may include subjects such as fitness , swimming, dancing, etc.; sports clubs and teams, which is manifested in the active support of the creation of sports clubs and teams for the development of skills and sports activity among students; physical activity of choice, giving students the opportunity to choose from a wide range of physical activities such as yoga, cardio, martial arts and many others. It was determined that universities in the USA are actively implementing innovative methods and technologies to increase the effectiveness of physical education of students. Some of these include: mobile apps and web platforms that provide access to workouts, dietary advice, physical activity tracking and other useful tools for students; using virtual reality (VR) to create immersive games and simulations that promote physical activity and skill development; sensors and tracking devices for measuring students' physical activity and health. Sports and mass and physical culture and health work play an important role in the education of physical culture of students in US universities. It provides conditions for maintaining and strengthening the health of students. Sports and physical culture events contribute to the preservation and improvement of student health, prevent student diseases and contribute to general physical well-being. It promotes the development of teamwork and leadership qualities. Participation in sports teams and team sports contributes to the development of students' communication and leadership skills. In general, mass sports and physical education work at US universities plays an important role in ensuring the

physical and psychological well-being of students and contributes to their harmonious development.

In the fourth chapter – «Features of the training of physical culture teachers to work in US universities» it is determined that the main requirements for teachers include the following aspects: pedagogical competence: teachers must have a deep understanding of pedagogical methods and strategies necessary for successful teaching of physical culture, which includes self-development of courses, assessment of students and creation of a favorable learning environment; scientific competence: given the rapid and constant changes in the field of physical culture and sports science, teachers must constantly update their knowledge and skills based on research to stay abreast of current trends; communicative competence: teachers must be an example of professional ethics and leadership for their students, which includes openness, proactivity, communication, adherence to ethical standards, promotion of student development and participation in the development of the university sports community. The training of physical education teachers in US universities is multifaceted and detailed. Training programs take into account not only pedagogical aspects, but also scientific, ethical, technological and cultural aspects. Training programs for physical education teachers include both general courses (pedagogy, psychology, physiology, etc.) and specialized courses in physical education and sports. Students preparing for the role of teachers carry out teaching practice in university or school sports programs. Many physical education teacher training programs include the opportunity to conduct research, publish research, and participate in conferences. The programs emphasize the importance of communication skills and interaction with students for effective learning and development.

Based on the theoretical analysis, it was determined that ensuring the quality of professional training of physical education teachers is a priority for US universities. The following strategies are used to achieve this. Training programs are subject to mandatory accreditation, which guarantees their compliance with quality standards and training effectiveness. Programs are regularly updated to



meet modern standards and requirements of the field of physical culture and sports. Assessment systems are used to determine student learning outcomes and program effectiveness. Universities try to attract qualified and experienced teachers and scientists to ensure the quality of training.

In the fifth chapter – «Comparative analysis of physical education systems of students in the universities of the USA and Ukraine» it was shown that the systems of education of students in the universities of the USA and Ukraine have both common features and differences. Common characteristics are the importance of physical health and activity for students, as well as the role of the university environment in promoting physical activity and sports development. Both systems include mandatory physical education courses and sports games. However, there are differences in approaches. In the USA, greater emphasis is placed on students' choice of specific physical activities and the development of a fitness culture. Sports and physical activity are often an important part of the university experience, but students have more freedom to choose activities they find interesting. The Ukrainian system of physical education is aimed at promoting general physical development and the development of sports skills, especially in specialized universities. In Ukraine, some physical education subjects are compulsory for all students.

The scientific novelty and theoretical significance of the research results is that: For the first time, the conceptual and methodological aspects that contribute to the achievement of optimal results in the physical education of students are systematized using the example of the physical education system in the USA; analyzed and determined the principles of building effective training programs, game forms, active recreation, technological innovations and other approaches that contribute to the involvement of students in regular physical activity; the qualification requirements for physical education teachers are determined, which determine their constant desire for self-development and the introduction of innovative pedagogical technologies; approaches to evaluating the results of physical education have been improved, through the analysis of the latest methods

of evaluating physical activity, functional status, health and other parameters related to physical education in US universities, which allows to objectively determine the effectiveness of programs and identify the needs of students for improvement physical form and health; the role functions of teachers and trainers, which are mandatory for effective training and support in this area, have been clarified; the importance of leadership and entrepreneurial traits of physical culture teachers as indicators of their creativity and readiness for continuous self-development and creation of the most optimal conditions for the development of physical culture of students is determined; the scientific understanding of physical education as a component of social development has been expanded and optimal approaches to its practical implementation have been determined. In particular, it is clarified how physical activity and sports in US universities affect the physical, mental and social well-being of students; what are the ways to improve methods and approaches to physical education, which helps to achieve better results; what are the directions of development of new methods of physical education evaluation, which makes it possible to objectively determine the effectiveness of programs and approaches; the peculiarities of the training of physical culture teachers in the USA, which determine their readiness to implement an individual flexible approach in education, the ability to use technological innovations in their professional activities, and a constant focus on self-development, are determined; possible ways of using the experience of US universities for the post-war reconstruction of the sports infrastructure of universities and attracting broad sections of the student body to a healthy lifestyle are described.

The practical significance of the research is that it can serve as a source of innovation and best practices for improving physical education in Ukrainian universities; the main aspects of the practical significance of such research include: development of educational programs and curricula, introduction of a scientific approach to reforming the system of physical education in universities of Ukraine; implementation of innovative methods based on the latest technical and scientific developments; increasing the effectiveness of the physical education system in

Ukrainian universities; can be used to expand and update the content of the educational components «Physical education», «Actual problems of the development of modern sports», «Professional and applied physical culture», «Methodology of teaching physical education in vocational schools», «Basics of psychological support of sports activities», «Acmeology of physical education», «Axiology in physical education», «Theory and technologies of health-recreational motor activity», «Fitness and training methods», «Psychology of a healthy way of life», «Actual problems of psychological support of physical education», «Body-oriented directions of practical psychology», «Sports and moving games», «Gymnastics», «System of physical training», «Structure of physical training of the military», «Psychophysiological techniques of human self-improvement».

*Keywords:* physical education, physical culture, students, US universities, educational methodology, professional development.

**СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ**  
***Наукові публікації, які відображають основні наукові результати***  
***докторської дисертації***

**Статті у наукових періодичних виданнях, включених до переліку**  
**наукових фахових видань України:**

1. Лелека В. М. Програмно-нормативне забезпечення фізичного виховання в США. *Перспективи та інновації науки*. 2023. № 12(30). С. 346–353. DOI : [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-12\(30\)-346-353](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-12(30)-346-353)
2. Leleka V. M. Program standards of physical education in the USA *Вісник науки та освіти*. 2023. № 8(14). С. 306–315. DOI : [https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-8\(14\)-306-314](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-8(14)-306-314)
3. Leleka V. M. Physical education in us universities in the context of experience formation. *Перспективи та інновації науки*. 2023. № 13(31). С. 40–47. DOI : [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-13\(31\)-40-\(4\)](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-13(31)-40-(4))
4. Лелека В. М. Популяризація урядом США здорового способу життя як фактору розвитку фізичного виховання молоді. *Вісник науки та освіти*. 2023. № 9(15). С. 463–371. DOI : [https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-9\(15\)-464-47](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-9(15)-464-47)
5. Leleka V. M. Healthy lifestyle as a factor in the development of physical education of american youth. *Наукові інновації та передові технології*. 2023. № 12(26). С. 457–464. DOI : [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2023-12\(26\)-457-463](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2023-12(26)-457-463)
6. Лелека В. М. Американський досвід організації фізичного виховання у сфері вищої освіти. *Перспективи та інновації науки*. 2023. № 14(32). С. 271–278. DOI : [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-14\(32\)-271-277](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-14(32)-271-277)
7. Лелека В. М. Американська модель регулювання професійного спорту української діаспори. *Наукові записки*. Серія : Педагогічні науки. Кропивницький : ЦДУ ім. В. Винниченка, 2023. Вип. 210. С. 259–263. DOI: <https://doi.org/10.36550/2415-7988-2023-1-210-259-263>

8. Лелека В. М. Становлення та розвиток спортивного руху української діаспори в США. *Наукові записки*. Серія: Педагогічні науки. Кропивницький : ЦДУ ім. В. Винниченка, 2023. Вип. 209. С. 238–241. DOI : <https://doi.org/10.36550/2415-7988-2022-1-209-238-241>
9. Leleka V. M. Organization of physical education in the sphere of higher education of the USA. *Вісник науки та освіти*. 2023. № 10(16). С. 306–313. DOI : [https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-10\(16\)-306-313](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-10(16)-306-313)
10. Лелека В. М. Використання досвіду Америки щодо розвитку фізичної культури в Україні. *Наукові інновації та передові технології*. 2023. № 13(27). С. 741–748. DOI : [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2023-13\(27\)-741-747](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2023-13(27)-741-747)
11. Leleka V. M. Development of physical culture and sports in Ukraine according to the american experience. *Перспективи та інновації науки*. 2023. № 15(33). С. 55–61. DOI : [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-15\(33\)-55-61](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-15(33)-55-61)
12. Лелека В. М. Інформаційні технології в освітньому середовищі навчальних закладів США щодо забезпечення фізичного виховання студентів. *Вісник науки та освіти*. 2023. № 11(17). С. 824–832. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-11\(17\)-824-832](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-11(17)-824-832)
13. Лелека В. М. Здоровий спосіб життя студентів у забезпеченні розвитку фізичної культури. *Вісник науки та освіти*. 2023. Вип. № 12(18). С. 572–580. [https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-12\(18\)-572-580](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-12(18)-572-580)
14. Лелека В. М. Особливості розвитку і функціонування професійного спорту в США. *Наукові інновації та передові технології*. 2024. № 1(29). С. 758–764. DOI : [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-1\(29\)-758-764](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-1(29)-758-764)
15. Лелека В. М. Вплив мас-медіа на розвиток професійного спорту та фізичної культури в США. *Перспективи та інновації науки*. 2024. № 1(35) С. 231–238. DOI : [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-1\(35\)-231-238](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-1(35)-231-238)
16. Leleka V. M. Development of professional sports and physical fitness in the USA. *Вісник науки та освіти*. 2024. Вип. № 1(19). С. 604–611. DOI : [https://doi.org/10.52058/2786-6165-2024-1\(19\)-604-611](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2024-1(19)-604-611)

17. Leleka V. M. Development of us professional sports and physical culture in the context of the mass media. *Наукові інновації та передові технології*. 2024. № 2(30). С. 987–993. DOI : [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-2\(30\)-987-993](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-2(30)-987-993)

18. Лелека В. М., Лісенчук Г. А., Хмельницька І. В., Кокарева С. М., Богатирьов К. О., Тупєєв Ю. В., Борецька Н. О. Фітнес-тренінг як засіб підвищення фізичної підготовленості висококваліфікованих футболістів. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Київ : Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, 2021. № 7(138). С. 77–82. DOI : [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.7\(138\).16](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.7(138).16)

19. Лелека В. М. Шляхи та засоби формування патріотизму студентської молоді у поза навчальній виховній діяльності. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського*. Серія : Педагогічні науки : зб. наук. пр. Миколаїв : МНУ імені В. О. Сухомлинського, 2019. № 3 (66). С. 156–160.

20. Лелека В. М., Бахтін А. М. Групи та рівні мотиваційного прагнення студентської молоді до навчання у вищому навчальному закладі на кафедрі військової підготовки. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського*. Серія : Педагогічні науки : зб. наук. пр. Миколаїв : МНУ імені В. О. Сухомлинського, 2017. № 3(58). С. 17–22.

21. Лелека В. М. Сучасні проблеми та перспективи розвитку фізичного виховання, здоров'я і професійної підготовки студентської молоді. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка*. Серія : Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. Чернігів : ЧДПУ, 2014. Вип. 118. Т. 2. С. 138–140.

22. Лелека В. М., Козубенко О. С. Використання інноваційних технологій викладання біомеханіки у формуванні професійної успішності вчителя фізичної культури. *Науковий вісник Миколаївського державного університету*

імені В. О. Сухомлинського. Серія : Педагогічні науки : зб. наук. пр. Миколаїв : МНУ імені В. О. Сухомлинського, 2012. Вип. 1(39). С. 126–130.

**Статті у виданнях, що індексуються в міжнародних базах даних**

**Web of Science Core Collection та/або Scopus:**

23. Khmel'nitska I., Lisenchuk G., **Leleka V.**, Boretska N., Krupenya S., Danko G. Biomechanical control of motor function of junior schoolchildren with hearing impairment. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*. 2021. Vol. 21(4). P. 1806–1813.

URL : <https://efsupit.ro/images/stories/iunie2021/Art%20228.pdf> (Scopus)

24. Leibo W., Lisenchuk G., Stasiuk I., Marzec A., Zhigadlo G., **Leleka V.**, Bogatyrev K., Derkach V., Adamenko O., Slavitiak O. Training Process Structure of Highly Skilled Players in Mini-Football during the Competitive Period. *Sport Mont.* 2021. № 19(S2). P. 17–22. DOI : <https://doi.org/10.26773/smj.210903> (Scopus)

25. Lisenchuk G., **Leleka V.**, Bogatyrev K., Adamenko O., Bairachny O., Balan B. Relationships between technical-tactical and physical preparedness of 13–14-year-old skilled football goalkeepers. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*. 2021. Vol. 21(6). P. 3439–3444. DOI : <https://doi.org/10.7752/jpes.2021.06466> (Scopus)

26. Lisenchuk G., **Leleka V.**, Bogatyrev K., Kokareva S. Adamenko O., Shchekotylyna N., Romanenko S., Krupenya N. Fitness training in functional preparedness of highly qualified football players. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*. 2023. Vol. 23(2). P. 502–509. DOI : <https://doi.org/10.7752/jpes.2023.02062> (Scopus)

27. **Leleka V.**, Zabiaka I., Tsviakh O., Grubi T., Vytrykhovska O. Innovative approaches to teaching students in the modern educational information environment in the USA and Great Britain. *Amazonia Investiga*. 2022. Vol. 11(60). P. 156–166. DOI : <https://doi.org/10.34069/AI/2022.60.12.17> (Web of Science)

28. **Leleka V.**, Loiuk O., Maidanyk O., Iliichuk L., & Shapochka K. Possibilities of using smart technologies in the higher education system for high-

quality training of specialists. *Revista Eduweb*. 2023. Vol. 17(4). P. 165–182.  
DOI: <https://doi.org/10.46502/issn.1856-7576/2023.17.04.16> (**Web of Science**)

**29. Leleka V.,** Khrolenko M., Kushnir A., Protsenko I., & Petriv A. Theoretical and methodological approaches to the educational potential of students in higher education institutions. *Amazonia Investiga*. 2023. Vol. 12(71). P. 162–174. DOI : <https://doi.org/10.34069/AI/2023.71.11.14> (**Web of Science**)

### **Монографія:**

**30.** Лелека В. М. Теоретичні концепції та методології розвитку фізичної активності міжнародного та європейського досвіду серед студентської громади. *Сучасна освіта в Україні: особливості розвитку в умовах воєнного стану та повоєнні перспективи*: кол. моногр. / за заг. редакцією проф. Я. В. Галети; наук. ред. проф. Т. Я. Довга. Дніпро : Середняк Т. К., 2024. С. 364–390. DOI : <https://doi.org/10.36550/978-617-8139-92-6>

### ***Наукові публікації, які додатково відображають наукові результати докторської дисертації***

#### **Тези в матеріалах науково-практичних конференцій:**

31. Leleka V. M. Optimization of the personnel structure of state policy for specific sports. *Теорія і практика цифрового навчання в сучасних закладах освіти* : матер. Всеукр. вебконф. (Вінниця, 25 травня 2023 р.). Вінниця, 2023. С. 109–111.

URL: [http://ito.vspu.net/konferenc/konf\\_digital\\_education/2023/Leleka\\_V.pdf](http://ito.vspu.net/konferenc/konf_digital_education/2023/Leleka_V.pdf)

32. Leleka V. M. State policy of the formation of physical and sports public organizations. *Теорія і практика цифрового навчання в сучасних закладах освіти* : матер. Всеукр. вебконф. (Вінниця, 26 травня 2022 р.). Вінниця, 2022. С. 187–189.

URL: [http://ito.vspu.net/konferenc/konf\\_digital\\_education/2022/Leleka\\_V.pdf](http://ito.vspu.net/konferenc/konf_digital_education/2022/Leleka_V.pdf)

33. Leleka V. M. Peculiarities of management and staffing in the field of physical culture and sports. *Інноваційні технології навчання в епоху цивілізаційних змін* : матер. Всеукр. вебконф. (Вінниця, 17 листопада 2022 р.).



Вінниця, 2022. С. 157–159.

URL: [http://ito.vspu.net/konferenc/konf\\_inn\\_tech/2022/Leleka\\_V.pdf](http://ito.vspu.net/konferenc/konf_inn_tech/2022/Leleka_V.pdf)

34. Leleka V. M. Organization of physical and health and sports activities for persons with disabilities regarding increasing the efficiency of state policy. *Теорія і практика смарт навчання у професійній освіті* : матер. V Всеукр. вебконф. (Вінниця, 3 червня 2021 р.). Вінниця, 2021. С. 112–114.

URL: [http://ito.vspu.net/konferenc/konf\\_teor\\_SMART/2021/Leleka\\_V.pdf](http://ito.vspu.net/konferenc/konf_teor_SMART/2021/Leleka_V.pdf)

35. Лелека В. М. Пріоритети громадських організацій фізкультурно-спортивної спрямованості громадян України. *Сучасні аспекти модернізації науки: стан, проблеми, тенденції розвитку*: матер. XLIV Міжнар. наук.-практ. конф. (Умео, Швеція, 07 травня 2024 р.). Умео, Швеція, 2024. С. 72–

74. URL: <http://perspectives.pp.ua/public/site/conferency/conf-44.pdf>

36. Лелека В. М. Підвищення ефективності державної політики в організації фізкультурно-оздоровчої та спортивної діяльності особам з інвалідністю. *Сучасні аспекти модернізації науки: стан, проблеми, тенденції розвитку*: матер. XLIII Міжнар. наук.-практ. конф. (Пештера, Болгарія, 07 квітня 2024 р.). Пештера, Болгарія, 2024. С. 124–127.

URL: <http://perspectives.pp.ua/public/site/conferency/conf-43.pdf>

#### **Інші видання:**

37. Лелека В. М. Професійний спорт в контексті політики стимулювання розвитку місцевої економіки. *Актуальні проблеми сучасної педагогічної науки і науково-педагогічних досліджень у контексті інтеграції до європейського освітнього простору*: зб. наук. пр. / редкол. : Р. С. Гуревич (голова) [та ін.]; Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського. Вінниця: ТОВ фірма «Друк плюс», 2023. Вип. 18. С. 113–117.

## ЗМІСТ

ВСТУП .....	24
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ВИХОВАННЯ</b>	
<b>ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ СТУДЕНТІВ В УНІВЕРСИТЕТАХ США.....</b>	<b>41</b>
1.1. Методологічні підходи до дослідження проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США.....	41
1.2. Аналіз головних понятійних конструктів дослідження.....	69
1.3. Теоретичні основи системи виховання фізичної культури студентів в університетах США .....	88
1.4 Проблема виховання фізичної культури студентів в університетах США у наукових дослідженнях .....	113
Висновки до першого розділу.....	127
<b>РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ</b>	
<b>В УНІВЕРСИТЕТАХ США .....</b>	<b>131</b>
2.1. Структура та організація фізичного виховання студентів університетів США .....	131
2.2. Аналіз змісту фізичного виховання студентів в університетах США....	163
2.3. Мотивація студентів до занять фізичною культурою .....	195
Висновки до другого розділу .....	220
<b>РОЗДІЛ 3. МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ ВИХОВАННЯ</b>	
<b>ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ СТУДЕНТІВ В УНІВЕРСИТЕТАХ США.....</b>	<b>223</b>
3.1. Основні методичні підходів та програми виховання фізичної культури студентів в університетах США .....	223
3.2. Інноваційні методи та технології виховання фізичної культури студентів .....	249
3.3. Роль спортивно-масової та фізкультурно-оздоровчої роботи у вихованні фізичної культури студентів .....	265
Висновки до третього розділу.....	279

РОЗДІЛ 4. ОСОБЛИВОСТІ ПІДГОТОВКИ ВИКЛАДАЧІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО РОБОТИ В УНІВЕРСИТЕТАХ США .....	281
4.1. Сучасні вимоги до викладачів фізичної культури в університетах США.....	281
4.2. Аналіз змісту підготовки викладачів фізичної культури в університетах США.....	309
4.3. Забезпечення якості професійної підготовки викладачів фізичної культури в університетах США .....	323
Висновки до четвертого розділу.....	342
РОЗДІЛ 5. ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ СИСТЕМ ВИХОВАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ СТУДЕНТІВ В УНІВЕРСИТЕТАХ США І УКРАЇНИ.....	344
5.1. Спільне й відмінне в системі виховання фізичної культури студентів в університетах США та в Україні.....	344
5.2. Перспективні напрями використання досвіду виховання фізичної культури студентів в університетах США в Україні.....	357
Висновки до п'ятого розділу.....	370
ВИСНОВКИ.....	372
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	379
ДОДАТКИ.....	425

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** Вища освіта є основою для формування інтелектуального капіталу, який є ключовим ресурсом у сучасному суспільстві. Вона сприяє розвитку наукових досліджень, технологічному прогресу, інноваціям, розширенню граничних можливостей людини та впливає на соціальний розвиток суспільства, забезпечуючи формування висококваліфікованих фахівців, підвищення рівня життя та соціальної мобільності, розширює світогляд і формує громадянську свідомість, що допомагає створенню гармонійного та толерантного суспільства.

Вища освіта в світі є складною і різноманітною системою, яка зазнала значних змін протягом останніх десятиліть. Особливості її розвитку в різних країнах визначаються політичними, економічними, соціальними та культурними чинниками. Однією з основних тенденцій розвитку вищої освіти в світі є поступове збільшення кількості закладів вищої освіти, що пов'язано зі зростанням попиту на вищу освіту в умовах глобалізації, розвитку інформаційних технологій та змін в економічній структурі суспільства. Відбувається розширення доступу до освіти за рахунок створення нових університетів та коледжів, впровадження дистанційного навчання та онлайн-курсів. Іншою важливою особливістю розвитку вищої освіти є зростання ролі дослідницької діяльності. Сьогодні більшість закладів вищої освіти зосереджують свою діяльність на наукових дослідженнях, розвитку нових технологій та інновацій. Дослідницька активність сприяє розширенню та створенню нових знань, що впливає на розвиток науки, технологій та суспільства в цілому. Також варто відзначити інтернаціоналізацію вищої освіти. Студенти з різних країн все частіше вибирають навчання за кордоном, а університети активно співпрацюють між собою. Це сприяє обміну знаннями та культурному розмаїттю, формуванню глобальних мереж співробітництва та зближенню країн у сфері освіти. В цьому контексті вивчення особливостей функціонування освітніх програм

закордонних університетів набуває особливого значення, що визначає успішність майбутнього співробітництва між університетами України та іноземними закладами вищої освіти.

Фізична підготовка в системі вищої освіти відіграє важливу роль у забезпеченні здоров'я та загального фізичного розвитку студентів. Регулярні фізичні навантаження сприяють підтримці оптимальної маси тіла, зміцненню м'язової системи, поліпшенню кровообігу та дихальної функції, підвищенню фізичної витривалості та гнучкості. Вони також допомагають профілактиці таких хронічних захворювань, як серцево-судинні, ожиріння, діабет, а також позитивно впливають на психічне здоров'я студентів, знижують рівень стресу в них. Крім того, фізичне виховання в системі вищої освіти має позитивний вплив на академічну успішність студентів. Фізична активність покращує когнітивні функції такі як: увагу, пам'ять, швидкість обробки інформації та творчість. Регулярні заняття фізичними вправами сприяють покращенню концентрації уваги та здатності до навчання, що впливає на якість освіти та досягнення студентами академічних цілей. Фізична підготовка забезпечує соціальну взаємодію та формує позитивні взаємовідносини серед студентів. Групові фізичні заняття або участь у спортивних командах створюють сприятливу атмосферу для спілкування, співпраці та розвитку лідерських навичок, що допомагає формуванню тісних взаємовідносин між студентами та позитивного студентського досвіду. Загалом, фізична підготовка в системі вищої освіти є необхідною складовою для забезпечення фізичного та психічного здоров'я студентів, покращення академічної успішності та соціальної адаптації. Інтеграція фізичних активностей в освітній процес та створення сприятливих умов для фізичного розвитку студентів є важливими завданнями для освітніх інституцій, які сприяють здоровому та збалансованому розвитку студентської спільноти.

Фізична підготовка студентів у закладах вищої освіти України є складною та має свої особливості. Однією з основних проблем системи фізичного виховання України є недостатня увага до фізичної підготовки у

навчальних програмах закладів вищої освіти. Це може призводити до недоцільного використання часу та недостатньої фізичної активності серед студентів. Ще однією проблемою є обмежена інфраструктура для занять фізичними вправами в університетах. Заклади вищої освіти не мають достатньої кількості спортивних і тренажерних залів, спортивних майданчиків та інших необхідних приміщень, що ускладнює організацію фізичних тренувань та обмежує можливості студентів для активної фізичної діяльності.

Однією з проблем є також недостатнє фінансування фізичної підготовки в університетах. Відсутність коштів на придбання сучасного спортивного обладнання, організацію тренувань, залучення тренерського персоналу та проведення спортивних заходів обмежує розвиток фізичної підготовленості студентів. Крім того, недостатня мотивація та усвідомленість студентами важливості фізичних занять є важливою проблемою. Це, зазвичай, призводить до низького рівня участі в спортивних заходах та недостатньої активності серед студентської молоді. Загалом, проблеми у системі фізичного виховання студентів закладів вищої освіти України включають недостатню увагу до фізичної підготовки у навчальних програмах, обмежену інфраструктуру та фінансування, неналежну мотивацію студентів. Розв'язання цих проблем потребує системного підходу, співпраці між університетами, адміністрацією та студентськими організаціями для забезпечення належної фізичної підготовки, спрямованої на збереження здоров'я, розумової та фізичної працездатності студентів.

Фізичне виховання в університетах США є прикладом ефективної системи підготовки спортивних кадрів як для професійного, так і для любительського спорту. Вона має очевидні переваги, які можна взяти для прикладу при реформуванні системи фізичного виховання в університетах України. По-перше, в університетах США існує гнучкість у виборі фізичних активностей. Студенти мають можливість вибирати з широкого спектру спортивних занять, відповідно до своїх інтересів і потреб, що дозволяє

студентам займатися тими видами спорту, які їм до вподоби та відповідають рівню їх фізичної підготовки. Гнучкість вибору сприяє більшій мотивації та задоволенню від фізичної активності. По-друге, система фізичного виховання в США визнає важливість інтеграції фізичної активності у повсякденне життя студентів. Значна кількість університетів пропонують фізичні курси, які поєднують академічні заняття з фізичною активністю, що дозволяє студентам отримувати як академічні знання, так і фізичну підготовку, що сприяє більш цілісному розвитку. По-третє, більшість університетів у США активно підтримують спортивні програми та команди, що стимулює студентів брати участь у спортивних змаганнях та розвивати навички командної роботи. Спортивні програми також спрямовані на формування фізичної культури студентів. В університетах США активно здійснюються наукові дослідження у галузі фізичного виховання, спорту та здоров'я. Це допомагає науковцям і практикам розробляти інноваційні підходи до фізичної підготовки та підвищення рівня фізичної активності студентів. Загалом, система фізичного виховання студентів в університетах США відзначається гнучкістю, інтеграцією фізичної активності у повсякденне життя, підтримкою спортивних програм та науковим підходом. Ці переваги можуть бути використані як приклади для реформування системи фізичного виховання в університетах України з метою поліпшення якості та ефективності фізичної підготовки студентів.

В українській педагогіці є декілька традиційних напрямків дослідження фізичного виховання в закладах вищої освіти, зокрема, вивчаються: загальні принципи організації фізичного виховання в ЗВО (М. Вихляєв, П. Грибан, Л. Ібрагімова, Т. Круцевич, О. Мозолєв, Н. Пангелова та ін.), ставлення студентів до фізичного виховання в ЗВО (П. Вржесневська, В. Гринько, О. Котова, І. Лукашова, О. Непша та ін.), індивідуалізація підходів до фізичної підготовки з урахуванням потреб різних категорій студентів (О. Дубогай, М. Євтушок, А. Литвиненко, О. Малімон, І. Салук, А. Цьось та ін.), вплив фізичного виховання на здоров'я та самопочуття студентів

(Е. Єрмоєнко, А. Чепелюк, В. Філь, С. Юськів, К. Юськів та ін.), можливості дистанційної освіти у реалізації системи фізичного виховання в університетах (В. Клименченко, І. Кривенцова, А. Маракушин, О. Мозолєв, А. Чередніченко та ін.). Наявні дослідження демонструють глибоке розуміння українськими вченими проблем та викликів, що стоять перед системою фізичного виховання студентів в університетах України.

Навідміну від українських науковців американські вчені вивчають особливості фізичного виховання в країні більш концептуально, зокрема досліджуються: тренди в поширенні фізичної культури серед студентів Д. Бассет (D. Bassett), С. Блер (S. Blair), Д. Джон (D. John), Д. Іверсон (D. Iverson), П. Катзмаржик (P. Katzmarzyk), Д. Ко (D. Coe), С. Конгер (S. Conger), Р. Кроу (R. Crow), Дж. Крістенсон (G. Christenson), І. Лі (I. Lee), К. Мартін (C. Martin), І. Фітжух (E. Fitzhugh), Дж. Філдінг (J. Fielding), підходи до забезпечення об'єктивного оцінювання результатів фізичного виховання студентів Д. Бассетджуніор, (D. BassettJr), Х. Вайятт (H. Wyatt), К. Івенсон (K. Evenson), Д. Кателієр (D. Catellier), Дж. Мецгер (J. Metzger), У. Розамунд (W. Rosamond), А. Сієга-Різ (A. Siega-Riz), Дж. Пітерс (J. Peters), Х. Томпсон (H. Thompson), М. Треус (M. Treuth), Дж. Хілл (J. Hill), тенденції розвитку фізичного виховання онлайн К. Бушнер (C. Buschner), Д. Даум (D. Daum), роль фізичного виховання в університетах для забезпечення здоров'я нації Б. Гіро (B. Giroir), Д. Райт (D. Wright). В своїх дослідженнях науковці в основному зосереджені на вивченні стратегічних напрямів розвитку фізичного виховання в університетах з метою збільшення його позитивного впливу на суспільство.

Аналіз робіт учених, а також освітніх програм з підготовки фахівців різного спрямування в закладах вищої освіти дозволили визначити низку протиріч, які потребують системного вирішення:

– між різними методологічними підходами до дослідження проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США, що виникають



в зв'язку з різними підходами до збору та аналізу даних, вибором теоретичних рамок і методів дослідження;

– в термінологічному апараті, що виникають через розбіжності у визначенні понять і термінів, які використовуються в літературі, що ускладнює узгодження і структурування теоретичного аналізу;

– між доведеною ефективністю досвіду розвитку фізичної культури в університетах США та станом його дослідженості в українській педагогічній науці, що обумовлюється мовленевим бар'єром і відмінності у методах наукового пошуку, які переважають в американських та українських дослідженнях;

– у визначенні основних характеристик системи фізичного виховання студентів в університетах США, що виникають через різні погляди й оцінки важливості окремих компонентів цієї системи;

– між спробами адаптувати американський досвід в українських ЗВО та низькою ефективністю цих спроб, через зосередження уваги українських педагогів на структурі та змісті освітніх програм та ігноруванні інших важливих чинників освітнього середовища університетів США;

– у порівняльному аналізі систем виховання фізичної культури студентів в університетах США і України, що виникають через різницю у культурних, історичних, соціальних умовах цих країн, що впливає на різницю в підходах та результати;

– в напрямках творчого застосування американського досвіду фізичного виховання студентів у закладах вищої освіти України, що виникають через різні підходи до адаптації та впровадження іноземного досвіду в українському контексті й розбіжності в освітніх системах обох країн.

Необхідність нагального розв'язання означених протиріч обумовила вибір теми дисертаційного дослідження – **«Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів в університетах США».**

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Дисертація виконана відповідно до науково-дослідної теми кафедри

початкової та дошкільної освіти Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського «Теоретико-методичні засади наступності в освітньому процесі дошкільної та початкової освіти» (реєстраційний № 0124U001819). Тему дисертаційного дослідження затверджено вченою радою Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського (протокол № 6 від 16.10.2023 р.).

**Мета дослідження** полягає в науковому обґрунтуванні теоретичних і методичних засади виховання фізичної культури студентів в університетах США та визначені можливостей використання американського педагогічного досвіду щодо виховання фізичної культури студентів у закладах вищої освіти України.

Досягнення визначеної мети передбачає виконання комплексу **завдань**:

1. Проаналізувати методологічні підходи до дослідження проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США.
2. Здійснити теоретичний аналіз понятійно-термінологічного апарату дослідження.
3. Визначити стан вивчення проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США.
4. Охарактеризувати систему фізичного виховання студентів в університетах США.
5. З'ясувати особливості підготовки викладачів фізичної культури до роботи в університетах США.
6. Здійснити порівняльний аналіз систем виховання фізичної культури студентів в університетах США і України.
7. Визначити напрями творчого застосування американського досвіду виховання фізичної культури студентів в університетах США в закладах вищої освіти України.

**Об'єкт дослідження** – система фізичного виховання студентів в університетах США.

**Предмет дослідження** – теоретичні і методичні засади виховання фізичної культури в університетах США.

**Концептуальні засади дослідження.** Провідна ідея дослідження ґрунтована на положенні про те, що впровадження в українську систему вищої освіти науково обґрунтованих успішних практик системи фізичного виховання університетів США буде сприяти якісному перетворенню та підвищенню ефективності її функціонування.

В основу **теоретичного концепту дослідження** покладено такі положення:

– фізична активність є необхідною складовою загального розвитку студентів університетів США; фізичне виховання має бути інтегроване в академічну програму, забезпечуючи студентам можливість розвивати фізичну активність і здоровий спосіб життя, що сприяє покращенню їх здоров'я та загальному самопочуттю;

– фізичне виховання в університетах США зорієнтоване на розвиток різноманітних фізичних навичок і компетенцій студентів, що включає розвиток моторних навичок, фізичної витривалості, сили, гнучкості та координації, а також навичок командної роботи, спортивної стратегії та управління ризиками. Розвиток цих навичок сприяє формуванню здорового тіла, підвищує самодисципліну та впливає на когнітивні здібності студентів.

В основу **методологічного концепту дослідження** покладено такі положення:

– система фізичного виховання в університетах США є гнучкою і враховує індивідуальні потреби та можливості студентів; здобувачі можуть мати різний рівень фізичних здібностей та інтересів, тому важливо створити різноманітні програми, які б задовольняли потреби всіх студентів; фізичне виховання в університетах США підтримує студентів з обмеженими фізичними можливостями, забезпечуючи адаптовані програми та доступ до необхідних ресурсів;

– забезпечення інтердисциплінарного підходу: фізичне виховання в університетах США пов'язане з іншими дисциплінами та галузями знань; інтердисциплінарний підхід до фізичного виховання допомагає створити зв'язки з академічними предметами, такими як біологія, фізіологія, психологія та інші, що розширює розуміння студентів про вплив фізичної активності на різні аспекти життя; такий підхід сприяє глибшому осмисленню та застосуванню знань про здоров'я й фізичну активність у повсякденному житті студентів.

В основу **технологічного концепту дослідження** покладено такі положення:

– система фізичного виховання в університетах США використовує сучасні інноваційні підходи та технології для поліпшення ефективності та результативності навчання, що може включати використання спеціалізованих програмних засобів і додатків для відстеження фізичної активності, використання віртуальної реальності та інтерактивних тренувань для підвищення зацікавленості студентів і покращення їх моторних навичок.

**Методологічну основу дослідження становлять** фундаментальні філософські ідеї і положення про взаємозв'язок, взаємозумовленість і цілісність явищ і процесів об'єктивної дійсності; про особистість як суб'єкта діяльності та відносин, про системність формування особистості, про взаємозв'язок зовнішніх і внутрішніх чинників її розвитку; філософських концепцій освіти, а також відбиває взаємозв'язок і взаємодію різних підходів загальнонаукової й конкретною наукової методології до вивчення порушеної проблеми, а саме: квалітативний, кількісний, дослідницький, експертний, компаративний, історичний. Означені підходи ґрунтуються на сукупності методологічних принципів: синергетичного, системного та культурологічного.

Теоретичний рівень дослідження системи фізичного виховання в університетах США базується на комплексному підході, який поєднує наукові принципи з реаліями практичного застосування. Дослідження в цій

галузі ґрунтуються на наукових теоріях і концепціях, які відображають сучасне розуміння фізичного виховання і його впливу на здоров'я та добробут студентів. Одним із ключових аспектів теоретичного рівня дослідження є використання інтердисциплінарного підходу, що враховує знання з фізіології, психології, соціології, педагогіки та інших наукових галузей. Це дозволяє зрозуміти вплив фізичної активності на різні аспекти життя студентів, включаючи їх фізичне, психічне та соціальне благополуччя.

Практичний рівень забезпечує можливості трансформації як окремих освітніх програм з фізичного виховання, так і культури фізичного виховання в університетах України загалом.

**Загальна методологія дослідження** ґрунтується на положеннях філософської теорії пізнання, принципах науковості, цілісності, історизму, єдності національного і загальнолюдського; концептуальних положеннях філософських, педагогічних, психологічних, соціальних наук щодо спрямованості людини на самовдосконалення; ідеї порівняльних досліджень щодо інноваційних підходів у системі фізичного виховання в університетах США.

**Теоретичну основу дослідження** складають основні положення вітчизняної філософії освіти (В. Андрущенко, С. Гончаренко, І. Зязюн, В. Кремень та ін.), теорії і методики професійної підготовки вчителя (О. Глузман, О. Дубасенюк, А. Кузьмінський, О. Пехота, С. Сисоєва, Л. Хомич та ін.); концептуальних ідей методології порівняльної педагогіки, покладені в основу вивчення освітніх систем різних країн (Н. Авшенюк, Н. Абашкіна, Н. Бідюк, Б. Вульфсон, Т. Десятов, О. Джуринський, Т. Кошманова, М. Лещенко, О. Матвієнко, Н. Муқан, Н. Ничкало, О. Огієнко, Н. Пазюра, Л. Пуховська, А. Сбруєва, О. Сухомлинська та ін.); положеннях щодо особливостей функціонування системи фізичного виховання в університетах США (Д. Бассет, С. Блер, Д. Джон, Д. Іверсон, П. Катзмаржик, Д. Ко, С. Конгер, Дж. Крістенсон, Р. Кроу, І. Лі, К. Мартін, Дж. Філдінг, І. Фітжух та ін.).

Для розв'язання дослідницьких завдань і досягнення визначеної мети використано такі **методи наукового пошуку**:

– *теоретичні* (аналіз соціологічної, історичної, педагогічної, психологічної літератури), що дало змогу обґрунтувати вихідні положення дослідження;

– *інтерпретаційно-аналітичний метод*, на основі якого вивчалися українські й зарубіжні джерела із застосуванням синтезу, аналізу, систематизації та узагальнення;

– *емпіричні* (спостереження, аналіз результатів діяльності) з метою виявлення особливостей функціонування систем фізичного виховання в США та Україні;

– *конкретно-наукові* (аналіз і узагальнення сучасних зарубіжних підходів до організації професійної підготовки вчителя): порівняльно-історичний аналіз (який дав змогу виявити тренди розвитку в системі фізичного виховання в університетах США та виділити спільні й відмінні риси у порівнянні з системою фізичного виховання в ЗВО України); семантико-термінологічний (обґрунтування поняттєво-термінологічного апарату дослідження); пошуковий (формулювання висновків, виявлення прогресивних ідей у системах освіти різних країн).

**Джерельну базу** на різних етапах наукового пошуку склали 421 джерел, в тому числі 358 закордонних, зокрема:

– психологічні, педагогічні, культурологічні роботи і публікації вітчизняних та закордонних науковців з питань розвитку фізичної культури студентів університетів;

– освітні програми Університетів США, що представляють приклади розвитку фізичної культури студентів в університетах США на трьох рівнях вищої освіти: бакалаврський (undergraduate), магістерський (postgraduate), докторський (graduate);

– монографічні та інші праці американських вчених з питань розвитку фізичної культури студентів університетів США;

– джерела із фондів бібліотек: Національної бібліотеки України імені В. І. Вернадського, Державної науково-технічної бібліотеки України, Державної науково-педагогічної бібліотеки України імені В. Сухомлинського;

– словники, збірники наукових праць, наукові та науково-методичні журнали; матеріали національних та міжнародних конференцій, інформаційні ресурси мережі Інтернет.

**Наукова новизна і теоретичне значення одержаних результатів** дослідження полягає в тому, що:

– *уперше* систематизовано концептуальні та методологічні аспекти, які сприяють досягненню оптимальних результатів у фізичному вихованні студентів на прикладі системи фізичного виховання в США; проаналізовано та визначено принципи побудови ефективних програм тренувань, ігрових форм, активного відпочинку, технологічних інновацій та інших підходів, які сприяють залученню студентів до регулярної фізичної активності; визначено кваліфікаційні вимоги до викладачів фізичного виховання, що обумовлюють їхнє постійне прагнення до саморозвитку та впровадження інноваційних педагогічних технологій;

– *удосконалено* підходи до оцінювання результатів фізичного виховання, через аналіз новітніх методів оцінювання фізичної активності, функціонального стану, здоров'я та інших параметрів, пов'язаних з фізичним вихованням в університетах США, що дозволяє об'єктивно визначати ефективність програм та ідентифікувати потреби студентів у покращенні фізичної форми та здоров'я;

– *уточнено* рольові функції викладачів і тренерів, які є обов'язковими для ефективного навчання і супроводу в вихованні фізичної культури студентів в університетах США; визначено важливість лідерських та підприємницьких рис викладачів фізичної культури як показників їхньої креативності та готовності до постійного саморозвитку і створення найбільш оптимальних умов для розвитку фізичної культури студентів;

– *розширено* наукове розуміння фізичного виховання як складової суспільного розвитку і визначено оптимальні підходи до його практичної реалізації. Зокрема, уточнено як фізична активність та спорт в університетах США впливають на фізичне, психічне та соціальне благополуччя студентів; шляхи удосконалення методик і підходів до фізичного виховання, що сприяють досягненню кращих результатів; напрями розвитку нових методів оцінювання фізичного виховання, що уможлиблює об'єктивно визначати ефективність програм та підходів;

– *визначено* особливості підготовки викладачів фізичної культури в США, що обумовлюють їхню готовність до впровадження індивідуального гнучкого підходу в освіті, здатність використовувати в професійній діяльності технологічні інновації, постійну спрямованість на саморозвиток;

– *описані* можливі напрями використання досвіду університетів США для післявоєнної відбудови спортивної інфраструктури університетів та залучення широких верств студентства до здорового способу життя в Україні.

**Практичне значення одержаних результатів** полягає в тому, що може слугувати джерелом інновацій та кращих практик для виховання фізичної культури студентів в університетах України; основні аспекти практичного значення таких досліджень включають: розвиток освітніх програм і навчальних планів, впровадження наукового підходу до реформування системи фізичного виховання в університетах України; впровадження інноваційних методик, що ґрунтуються на останніх технічних та наукових розробках; підвищення ефективності системи фізичного виховання в університетах України; може використовуватися розширення та оновлення змісту освітніх компонентів «Фізичне виховання», «Актуальні проблеми розвитку сучасного спорту», «Професійно-прикладна фізична культура», «Методика викладання фізичного виховання в зво», «Основи психологічного супроводу спортивної діяльності», «Акмеологія фізичного виховання», «Аксіологія у фізичному вихованні», «Теорія і технології



оздоровчо-рекреаційної рухової активності», «Фітнес та методика навчання», «Психологія здорового образу життя», «Актуальні проблеми психологічного супроводу фізичного виховання», «Тілесно-орієнтовані напрями практичної психології», «Спортивні і рухливі ігри», «Гімнастика», «Система фізичної підготовки», «Структура фізичної підготовки військових», «Психофізіологічні техніки самовдосконалення людини».

Результати дисертаційної роботи *впроваджено* в освітній процес Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради (довідка № 01-12/231/1 від 17.04.2024 р.), Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького (довідка № 242/04-а від 24.04.2024 р.), Глухівського національного педагогічного університету імені Олександра Довженка (довідка № 727 від 29.04.2024 р.), Класичного приватного університету (м. Запоріжжя) (довідка № 315 від 30.04.2024 р.), Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського (довідка № 01-12/01/222 від 02.05.2024 р.), Національного університету кораблебудування імені адмірала Макарова (довідка № 69-01/1919 від 08.05.2024 р.), Миколаївського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти (довідка № 463/17-23 від 08.05.2024 р.), Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка (довідка № 596 від 09.05.2024 р.), Волинського національного університету імені Лесі Українки (довідка № 03-24/01/1355 від 10.05.2024 р.).

**Особистий внесок автора** в працях, опублікованих у співавторстві. У статті «Фітнес-тренінг як засіб підвищення фізичної підготовленості висококваліфікованих футболістів» (внесок автора 40 %) автором досліджено рівень фізичної підготовленості висококваліфікованих футболістів у підготовчому та змагальному періодах річного макроциклу та розроблено експериментальну програму з фізичної підготовки висококваліфікованих футболістів, особливістю якої є використання трьох інноваційних методик сучасного фітнес-тренінгу; у статті «Групи та рівні мотиваційного прагнення студентської молоді до навчання у вищому навчальному закладі на кафедрі

військової підготовки» (внесок автора 80 %) автором досліджено та визначено групи мотивів навчання та рівні мотиваційного прагнення студентської молоді до навчання у закладі вищої освіти на кафедрі військової підготовки із врахуванням особливостей закінчення попереднього навчального закладу та місця проживання; у статтях розміщених у науково метричних базах, а саме: «Biomechanical control of motor function of junior schoolchildren with hearing impairment» (внесок автора 35 %) (Scopus) автором досліджено індивідуальні особливості розвитку рухових якостей в адаптивному фізичному вихованні школярів; «Training Process Structure of Highly Skilled Players in Mini-Football during the Competitive Period» (внесок автора 35 %) (Scopus) автором охарактеризовано одноцикловий тренувальний процес для висококваліфікованих футболістів з міні-футболу у річному макроциклі; «Relationships between technical-tactical and physical preparedness of 13–14-year-old skilled football goalkeepers» (внесок автора 35 %) (Scopus) автором визначено показники фізичної та техніко-тактичної підготовленості воротарів 13–14 років та співвідношення між ними; «Fitness training in functional preparedness of highly qualified football players» (внесок автора 35 %) (Scopus) автором охарактеризовано інноваційні фітнес методики з метою підвищення функціонального стану висококваліфікованих футболістів у підготовчому періоді річного макроциклу; «Innovative approaches to teaching students in the modern educational information environment in the USA and Great Britain» (внесок автора 55 %) (Web of Science) автором з'ясовано тенденцію розвитку пріоритетів у вихованні та навчанні студентів, середньої та вищої школи США та Великої Британії в ретроспективі (XIX – поч. XXI ст.); «Possibilities of using smart technologies in the higher education system for high-quality training of specialists» (внесок автора 55 %) (Web of Science) автором досліджено концепцію Smart-освіти, яка передбачає створення інтелектуального середовища для застосування Smart-технологій у системі вищої освіти з метою якісної підготовки фахівців та постійного розвитку етапних компетенцій в учасників освітнього процесу; «Theoretical and

methodological approaches to the educational potential of students in higher education institutions» (внесок автора 50 %) (Web of Science) автором проведено пошуково-експериментальне дослідження, метою якого було виявлення та перевірка ефективності теоретико-методичних підходів у закладі вищої освіти до процесу навчання, які сприяють динамічним змінам у сфері освіти у світовому масштабі.

**Основні положення та результати дисертації** апробовано на науково-практичних конференціях різних рівнів: *міжнародних*: «Пріоритети громадських організацій фізкультурно-спортивної спрямованості громадян України» (Швеція, 2024), «Підвищення ефективності державної політики в організації фізкультурно-оздоровчої та спортивної діяльності особам з інвалідністю» (Болгарія, 2024), *всеукраїнських*: «Organization of physical and health and sports activities for persons with disabilities regarding increasing the efficiency of state policy» (Вінниця, 2021), «State policy of the formation of physical and sports public organizations» (Вінниця, 2022), «Peculiarities of management and staffing in the field of physical culture and sports» (Вінниця, 2022), «Optimization of the personnel structure of state policy for specific sports» (Вінниця, 2023), «Професійний спорт в контексті політики стимулювання розвитку місцевої економіки. актуальні проблеми сучасної педагогічної науки і науково-педагогічних досліджень у контексті інтеграції до європейського освітнього простору» (Вінниця, 2023).

**Публікації.** Результати дисертаційної роботи висвітлено в 30 наукових працях, які відображають основні результати дослідження (20 – одноосібних): з них 22 статті у наукових виданнях, внесених до Переліку наукових фахових видань України, 1 розділ монографії, 7 статей в наукових виданнях, що входять до бази Web of Science Core Collection (3) та Scopus (4). Результати дослідження розкрито у 8 працях, які додатково відображають наукові результати докторської дисертації: з них 7 тез у матеріалах науково-практичних конференцій та 1 стаття в інших виданнях.

**Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук** на тему «Методика навчання фізичної культури майбутніх учителів з початкової військової підготовки» була захищена в 2011 році, її матеріали у тексті докторської дисертації не використовувались.

**Структура та обсяг дисертації.** Дисертація складається зі вступу, п'яти розділів, висновків до них, загальних висновків, списку використаних джерел (421 найменувань, з них – 358 іноземними мовами). Загальний обсяг дисертації складає 562 сторінки, з них – 401 сторінка основного тексту. Робота містить 1 таблицю та 2 рисунка.

## **РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ВИХОВАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ СТУДЕНТІВ В УНІВЕРСИТЕТАХ США**

### **1.1. Методологічні підходи до дослідження проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США**

Вивчення методологічних підходів до дослідження проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США має велике значення з точки зору української педагогіки для збагачення та поширення знань у цій сфері. Спостереження, аналіз та оцінка американського досвіду можуть стати цінним джерелом інформації для розвитку фізичного виховання студентів в Україні та усунення тих протиріч, які наразі створюють перешкоди для гармонійного фізичного виховання здобувачів вищої освіти. Університети США мають репутацію лідерів у галузі фізичного виховання студентів [64]. Вони розробляють та впроваджують новаторські підходи до навчання, що допомагають підвищити рівень фізичної активності та загальної фізичної форми студентів [120, с. 218]. Дослідження методологічних підходів, використовуваних університетами США, дозволяють українським вченим ознайомитися з передовими методами та практиками у сфері фізичного виховання студентів.

Вивчення методології дослідження проблеми виховання фізичної культури студентів у США сприяє адаптації та вдосконаленню системи фізичного виховання в українських університетах. Застосування передових методологічних підходів може покращити ефективність фізичної підготовки студентів, сприяти збереженню та зміцненню їх здоров'я та загального благополуччя. Додатково, дослідження методологічних підходів до виховання фізичної культури студентів в університетах США може сприяти обміну досвідом між українськими та американськими науковцями. Це сприятиме встановленню наукових контактів, обговоренню сучасних проблем та пошуку спільних рішень. Такий обмін досвідом може сприяти

просуванню фізичного виховання студентів на новий рівень, створювати умови для розвитку нових теоретичних підходів та практичних рекомендацій. Таким чином, аналіз методологічних підходів до дослідження проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США, яким розпочато дисертаційну роботу, має важливе значення для українських вчених, що сприяє збагаченню наукового дискурсу, адаптації передового досвіду та поширенню передових методологічних підходів в Україні.

Методи та методологічні підходи до дослідження педагогічної теорії та практики в своїх роботах досліджують українські науковці Б. Гершунський, С. Гончаренко, М. Данилов, М. Євтух, К. Калина, В. Крисько, В. Лутай, М. Нікандров, Л. Штефан, М. Ярмаченко. В своїх роботах вчені окремо розглядають рівні та методологічні підходи до досліджень, які важливо враховувати вивчаючи зміст педагогічних практик [42; 49]. В своїх роботах вітчизняні дослідники значною мірою спираються на вітчизняний досвід, що актуалізує потребу в детальному та всебічному розгляді методологічних підходів, представлених за кордоном.

В США комплексний огляд методологічних підходів до дослідження проблеми виховання фізичної культури студентів здійснив Дж. Томас (J. Thomas) з колегами. Їхня книга присвячена різним методологічним підходам до дослідження, які використовуються при вивченні фізичної активності, спорту та інших зв'язаних з ними аспектів. Вчені детально розглядають методологію досліджень, загальні підходи та прийоми, які використовуються у дослідженнях фізичної культури; аналізують процес створення дослідницьких планів, визначення дослідницьких питань, формулювання гіпотез, вибір методів збору даних та інструментів вимірювання; представляють різні типи досліджень та можливості статистичної обробки даних в різних типах дослідження [378, с. 111-187]. Погляди вчених США на визначення методологічних підходів до дослідження характеризується меншим рівнем філософізації і вираженою практичною орієнтацією у порівнянні з поглядами українських дослідників.

Вчені відзначають, що дослідження проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США може ґрунтуватись на різних методологічних підходах (рис.1.1), зокрема:

1. *Квалітативний підхід*: включає глибоке дослідження особистих думок, поглядів, досвіду та переживань студентів щодо фізичної культури. Методи, які можуть використовуватись, включають інтерв'ю, фокус-групи, спостереження і аналіз документів.

2. *Кількісний підхід*: заснований на зборі та аналізі числових даних про фізичну активність студентів, рівень знань про здоровий спосіб життя, залучення до спортивних заходів тощо. Анкетування та опитування можуть бути корисними інструментами для збору даних.

3. *Дослідницький підхід*: передбачає ретельне вивчення літератури та наукових досліджень про фізичну культуру студентів, що дозволяє розкрити діючі тенденції, проблеми та підходи до вирішення.

4. *Експертний підхід*: включає участь висококваліфікованих експертів у дослідженні. До них можуть бути віднесені викладачі, тренери, спеціалісти з фізичної культури або представники адміністрацій університетів.

5. *Компаративний підхід*: порівняння стану виховання фізичної культури студентів в різних університетах або регіонах США. Цей підхід дозволяє з'ясувати, як різні культурні та організаційні чинники можуть впливати на стан фізичної активності та виховання студентів.

6. *Історичний підхід*: вивчення історії розвитку фізичної культури в університетах США, її перетворень та змін. Цей підхід дозволяє зрозуміти, які традиції та цінності впливають на поточні підходи до виховання студентів [378, с. 42-45].

Ці методологічні підходи можуть використовуватись окремо або в комбінації, з метою визначення витоків проблем та пошуку шляхів покращення виховання фізичної культури студентів університетів США. Кожен з цих підходів включає в себе використання конкретних методів та процедур.

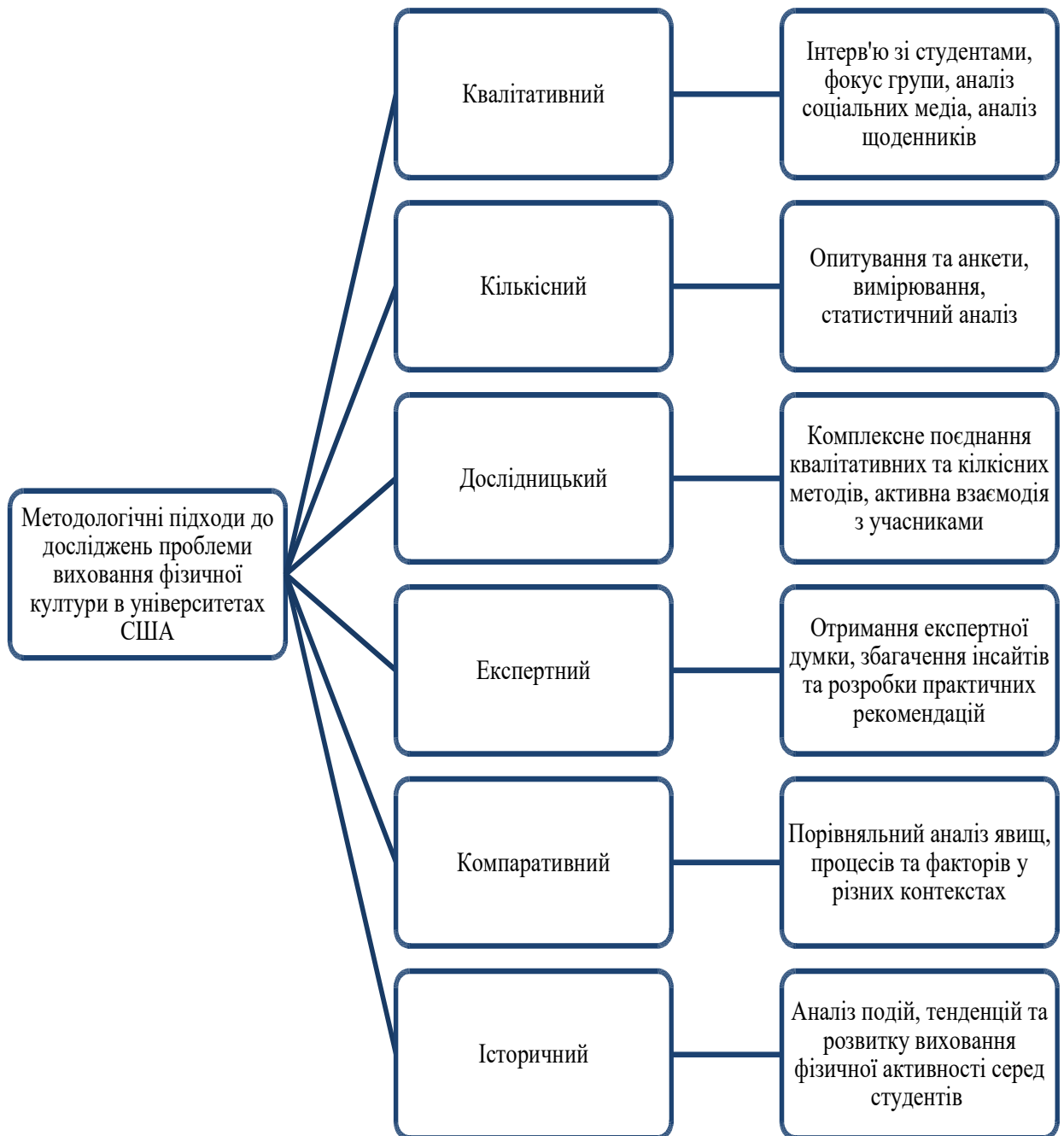


Рис. 1.1. Методологічні підходи до досліджень проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США

**Квалітативний підхід** є одним з найбільш описаних в науковій літературі США. Зокрема в роботі П. Маркула (P. Markula) та М. Сілк (M. Silk) розкриті основні види таких досліджень та особливості їх використання [264, с. 252]. Квалітативний підхід в дослідженні проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США дозволяє збирати глибокі інсайти щодо думок, почуттів та переживань студентів, а



також розкривати контекстуальні чинники, які впливають на їх фізичну активність та сприйняття здорового способу життя [403, с. 12]. Серед основних прикладів використання квалітативного підходу можна виділити інтерв'ю зі студентами, фокус групи, аналіз соціальних медіа. М. Уїтлі (M. Whitley) відзначає, що використання квалітативного підходу у дослідженні проблеми виховання фізичної культури дозволяє отримати глибше розуміння студентської перспективи, що допомагає більш ефективно впроваджувати поліпшення та ініціативи у сфері фізичної активності [403, с. 2].

*Інтерв'ю зі студентами* дозволяють дослідникам отримувати необхідну інформацію. Під час розмови зі студентами їх опитують про досвід з фізичної культури, участь у спортивних заходах, мотивацію для зайняття спортом, сприйняття фізичних занять та їх вплив на загальний стан здоров'я і настроїв. Правила використання методу інтерв'ю при дослідженні проблем виховання фізичної культури студентів в університетах США є важливими для забезпечення етичності дослідження, збору достовірної та об'єктивної інформації та досягнення наукової обґрунтованості результатів. Ось деякі основні правила використання методу інтерв'ю у дослідженні проблем виховання фізичної культури студентів:

1. Отримання згоди учасників: до початку інтерв'ю, дослідники повинні одержати згоду від кожного учасника дослідження. Учасники повинні бути повідомлені про цілі та обсяг дослідження, а також про їх права та конфіденційність даних.

2. Анонімність та конфіденційність: дослідники повинні забезпечити анонімність учасників, щоб їхні відповіді не можна було пов'язати з конкретними особами. Також, дослідники повинні забезпечити конфіденційність даних і не розголошувати особисту інформацію без дозволу учасників.

3. Структура та запитання: інтерв'ю повинні бути структуровані та спрямовані на ключові питання дослідження. Дослідники повинні уникати

припущень або формулювання запитань, що можуть впливати на відповіді учасників.

4. Запис та транскрипція: для забезпечення точності та об'єктивності, інтерв'ю повинні бути записані або транскрибовані, щоб зберегти словесні відповіді учасників.

5. Емпатичний підхід: дослідники повинні проявляти емпатію та розуміння під час проведення інтерв'ю. Важливо створити сприятливу атмосферу, в якій учасники відчувалися б комфортно, вільно ділилися своїми думками та переживаннями.

6. Аналіз та інтерпретація: дослідники повинні аналізувати відповіді учасників з уважністю та об'єктивністю. Інтерпретація даних повинна ґрунтуватися на наукових принципах та методології.

7. Підтримка учасників: після закінчення інтерв'ю, дослідники можуть надавати підтримку учасникам, якщо виникає потреба, особливо якщо дослідження займається чутливими темами або питаннями [105, с. 78-80].

Правильне використання методу інтерв'ю дозволяє отримати цінні та детальні інсайти щодо проблем виховання фізичної культури студентів в університетах США. Дотримання етичних принципів та наукової об'єктивності гарантує достовірність та значущість отриманих результатів.

Метод інтерв'ю є потужним інструментом дослідження, але він також має свої обмеження та недоліки, особливо при дослідженні проблем виховання фізичної культури студентів в університетах США. Одним з основних обмежень інтерв'ю є те, що воно базується на словесних відповідях учасників, які можуть бути суб'єктивними та піддаються інтерпретації. Залежно від контексту та способу формулювання питань, можуть виникати різні трактування, що може вплинути на об'єктивність результатів [94]. М. Уолкотт (M. Wolcott) відзначає, що результати інтерв'ю можуть бути викривлені особистими характеристиками та підходами дослідника. Навіть невербальна поведінка дослідника під час спілкування з учасниками може вплинути на їхні відповіді. У випадку інтерв'ю з обмеженою кількістю

учасників дослідження, важко зробити загальні висновки для всієї популяції [410, с. 184]. Маленька вибірка може не відображати всіх груп студентів і не відобразити унікальні відмінності. В роботі Дж. Томпсон Бурдін (J. Thompson Burdine) вказується, що учасники інтерв'ю можуть відповідати згідно з соціальними нормами, а не висловлювати свої справжні переконання або досвіди. Вони можуть старатися відповідати "правильно" або так, як вони вважають, що дослідник хоче почути [379, с. 339].

Проведення інтерв'ю може бути часо- та ресурсозатратним процесом, особливо якщо необхідно збирати дані великої кількості учасників. Інтерв'ю часто обмежує кількість питань, які можна задати учасникам. Це може призвести до втрати деяких аспектів проблеми, які можуть бути важливими для дослідження. Щоб знизити вплив цих обмежень та недоліків, дослідники можуть комбінувати метод інтерв'ю з іншими методами дослідження, такими як анкетування, спостереження або аналіз документів. Це дозволяє забезпечити більш повне та об'єктивне розуміння проблеми виховання фізичної культури студентів університетів США.

*Використання фокус-груп* дозволяє зібрати думки та переконання групи студентів одночасно. Такі групові дискусії можуть зосереджуватися на темах, таких як бар'єри до занять спортом, сприйняття спортивної культури в університеті, чинники, які стимулюють або заважають фізичній активності тощо. М. Хеннік (M. Hennink) відзначає, що при дослідженні проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США, метод фокус-групи може мати свої переваги та обмеження. Основними перевагами фокус-груп є: багатогранність даних, співпраця та соціальний контекст, поглиблене розуміння проблеми, спрощений процес аналізу, зниження затрат [198, с. 1485]. Фокус-групи дозволяють збирати дані відразу від кількох учасників. Це дозволяє отримати різноманітні перспективи та думки щодо проблеми виховання фізичної культури серед студентів. Вони створюють соціальний контекст, де учасники можуть спілкуватися та обмінюватися ідеями [39]. Груповий динамізм сприяє співпраці між учасниками, що може

збагатити дослідження. Завдяки відкритим дискусіям та взаємодії між учасниками, фокус-групи дають можливість дослідникам отримати глибше розуміння мотивацій, ставлень та досвідів студентів щодо фізичної культури. Вони надають багато яскравих ілюстрацій та цитат, що може спростити процес аналізу даних. Проведення фокус-груп може бути менш затратним з точки зору часу та ресурсів порівняно з індивідуальними інтерв'ю з багатьма учасниками.

В роботі Дж. Сім (J. Sim) з колегами відзначається, що до основних обмежень методу фокус-груп можна віднести:

1. Вплив динаміки групи: груповий контекст може впливати на відповіді учасників. Деякі учасники можуть бути менш активними у групі або боятися висловлювати свої думки, що може призвести до недостатньої репрезентативності думок.

2. Створення викривлень (biases): проведення фокус-груп може створювати викривлення у відповідях учасників, оскільки їхні думки можуть знаходитися під впливом поглядів та ідей інших учасників.

3. Обмежена кількість учасників: кількість учасників у фокус-групах може бути обмеженою, особливо в порівнянні з інтерв'ю з більшою кількістю учасників.

4. Вплив дослідника: навички та поведінка дослідника можуть впливати на динаміку групи та результати дослідження.

5. Часові обмеження: проведення фокус-груп може бути обмежене часом, що може не дозволити глибоко розглянути всі аспекти проблеми [344, с. 3004].

Для зниження впливу цих обмежень, дослідники комбінують метод фокус-групи з іншими методами дослідження та враховують специфіку проблеми виховання фізичної культури студентів університетів США [209].

*Аналіз фокус-груп спеціалістів* у дослідженні проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США є важливим та ефективним квалітативним підходом. Фокус-групи, що складаються з

фахівців у галузі фізичної культури, які можуть включати викладачів, тренерів, спеціалістів з фізичного виховання тощо, надають унікальну можливість отримати глибше розуміння перспектив, знань та досвіду цільових учасників.

Під час фокус-групових дискусій фахівці здійснюють активний обмін думками, враженнями та ідеями, що сприяє виявленню та розкриттю різних поглядів та підходів до проблеми. Учасники можуть аналізувати та обговорювати різноманітні аспекти виховання фізичної культури серед студентів, такі як ефективність навчальних програм, структура і зміст занять, виклики та перешкоди, з якими стикаються студенти під час залучення до фізичної активності та спорту. Аналіз фокус-груп спеціалістів дозволяє виявити ключові аспекти, які впливають на ефективність виховання фізичної культури університетських студентів. Знання та досвід цих фахівців допомагає визначити найбільш ефективні підходи та методи, які можуть сприяти покращенню участі студентів у фізичній активності та підвищенню їхньої мотивації [344]. Крім того, аналіз фокус-груп спеціалістів надає можливість збагатити вже існуючі знання з цієї теми та розвинути науковий дискурс. Висновки та результати, отримані від фахівців у галузі фізичної культури, можуть послужити основою для подальших досліджень та вдосконалення практики виховання студентів університетів США. Однак, слід враховувати деякі обмеження цього методу. Результати фокус-груп можуть бути вплинуті соціальними чинниками, такими як соціальне підкреслення важливості певних поглядів або домінуючої думки в групі. Також, невелика кількість учасників у фокус-групі може обмежити генералізацію результатів на всю популяцію студентів університетів США.

Загалом, аналіз фокус-груп спеціалістів є потужним інструментом дослідження, що доповнює інші методи дослідження, такі як інтерв'ю та аналіз документів, і дозволяє збагатити розуміння проблеми виховання фізичної культури студентів університетів США. Це дозволяє виявити

потреби та особливості студентів, залучити їх до активності та сприяти розвитку здорового способу життя в університетському середовищі.

Р. Каліксте (R. Calixte) з колегами відзначають, що в останні роки у зв'язку з пандемією та довгими періодами ізоляції студентів зросла роль такого методу досліджень як *аналіз щоденників або журналів студентів* [109]. Дослідники можуть попросити студентів вести щоденники або журнали про свої фізичні заняття, почуття та думки щодо здорового способу життя. Це дозволяє отримати внутрішній погляд на те, як студенти сприймають ініціативи з фізичної активності. Цей метод є одним із квалітативних підходів, який може бути дуже корисним при дослідженні проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США. Він дозволяє зрозуміти особисті переживання, думки та враження студентів щодо їхньої фізичної активності та взаємодії з вихователями та спортивним середовищем. Щоденники або журнали дають студентам можливість записувати свої враження, почуття, думки та реакції на фізичну активність. Це надає можливість зберегти індивідуальні переживання, які не завжди можна зафіксувати під час інтерв'ю.

Аналіз щоденників або журналів, які ведуться протягом тривалого періоду, дозволяє спостерігати за змінами у ставленні до фізичної активності, настрою та мотивації студентів [322]. Це може допомогти виявити тенденції та патерни у їхньому сприйнятті фізичної культури. Щоденники можуть містити інформацію про різні аспекти студентського життя, такі як навчання, робота, вільний час та соціальні зв'язки. Аналіз цих записів дозволяє зрозуміти, які фактори впливають на участь студентів у фізичній активності. Щоденники або журнали дозволяють зберегти особисті «голоси» студентів. Аналіз їхніх записів допомагає підкреслити унікальність кожної особи та розуміння різних підходів до фізичної культури. Цей метод може комбінуватися з іншими квалітативними або кількісними методами дослідження. Це дозволяє збагатити дані та отримати більш повне розуміння проблеми виховання фізичної культури студентів.

К. Мойсес (С. Moises) до обмежень використання методу аналізу щоденників або журналів відносить:

1. Суб'єктивність: щоденники та журнали містять суб'єктивні записи, які можуть бути некоректно інтерпретовані. Дослідники повинні бути обережними у трактуванні даних та уникати занадто суб'єктивного ставлення до них.

2. Вплив самовідбору: студенти, які ведуть щоденники або журнали, можуть бути більш зацікавлені у фізичній активності або вже мати досвід з виховання фізичної культури, що може призвести до перекосу в даних дослідження.

3. Відсутність контролю дослідника: під час ведення щоденників або журналів, дослідники не можуть контролювати середовище або ситуацію, в яких студенти ведуть свої записи. Це може впливати на результати.

4. Часові обмеження: збір та аналіз даних з щоденників або журналів може бути трудомістким та часоємним завданням [282].

Взагалі, аналіз щоденників або журналів студентів є цінним доповненням до інших методів дослідження та може допомогти поглибити розуміння проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США.

Група американських вчених під керівництвом Б. Кая (В. Купе) докладно вивчила можливості *аналізу соціальних медіа та веб-форумів* [231]. Сучасні дослідники мають можливість досліджувати онлайн-спільноти та веб-форуми, де студенти обговорюють свій досвід та проблеми, пов'язані з фізичною культурою. Це допомагає виявити популярні тенденції, стереотипи та вплив соціального середовища на фізичну активність студентів. Аналіз соціальних медіа стає все більш популярним методом дослідження у різних наукових галузях, включаючи вивчення проблем виховання фізичної культури студентів в університетах США. Соціальні медіа, такі як Facebook, Twitter, Instagram та інші, надають учасникам можливість ділитися своїми

думками, досвідом, враженнями та іншою інформацією стосовно своєї фізичної активності та виховання фізичної культури [27].

Один із підходів до аналізу соціальних медіа полягає у використанні методів збору та аналізу текстової інформації, яку користувачі публікують на своїх сторінках. С. Манка (S. Manca) відзначає, що такий аналіз може включати застосування автоматичних алгоритмів для визначення ключових слів та тем, пов'язаних з фізичною активністю, а також вивчення настроїв та емоцій, які стосуються виховання фізичної культури [262]. Додатково, аналіз соціальних медіа дозволяє здійснювати контент-аналіз публікацій, що пов'язані зі здоров'ям, спортом, фітнесом тощо. Дослідники можуть вивчати тенденції щодо обговорення фізичної активності та виховання фізичної культури, ідентифікувати ключові теми та спостерігати за змінами у дискурсі у різні періоди часу.

В дослідженнях С. Мішри (S. Mishra) відзначається, що окрім текстового аналізу, аналіз соціальних медіа може включати і використання методів візуального аналізу. Наприклад, вивчення фотографій та відео, що стосуються фізичної активності студентів, може допомогти зрозуміти їхні здоров'язберезувальні практики та активність у спортивних заходах [29]. Аналіз соціальних медіа також дозволяє дослідникам вивчати думки та досвід студентів безпосередньо з першоджерела. Це надає можливість отримати інсайти від першої особи та дізнатися про реальні проблеми, з якими стикаються студенти, а також про ті підходи, які вони вважають найбільш ефективними у покращенні своєї фізичної активності [281]. Також, аналіз соціальних медіа може допомогти дослідникам вивчати взаємодію між студентами та фахівцями з фізичної культури, такими як викладачі, тренери або співробітники спортивних центрів. Вивчення дискусій та комунікації у цьому контексті може розкрити важливі аспекти стосунків між студентами та фахівцями та сприяти покращенню процесу виховання. Взагалі, аналіз соціальних медіа в дослідженні проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США може надати багато цінної інформації, яку



неможливо отримати жодним іншим чином. Використання цього методу доповнює інші підходи до дослідження та сприяє розумінню потреб та особливостей студентів університетів у контексті фізичної активності та виховання [40].

Сучасні американські вчені (Пю Асперс (P. Aspers), С. Беденлієр (S. Bedenlier), М. Бонд (M. Bond), К. Бутніс (K. Buntins), У. Корте (U. Corte), А. Харгрейвс (A. Hargreaves), М. Керес (M. Kerres), О. Заватські-Ріхтер (O. Zawacki-Richter)) виявляють все більший інтерес і позитивне ставлення до застосування квалітативних методів при дослідженні проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США [81; 366]. Квалітативні методи є важливим доповненням до кількісних методів дослідження, таких як опитування та анкетування, і надають можливість більш глибоко та всебічно розглядати дану проблему з точки зору студентів, фахівців та інших учасників.

Одним із основних аргументів на користь використання квалітативних методів є їх здатність збагатити дослідження глибшим розумінням та контекстуалізацією проблеми виховання фізичної культури. Вони дозволяють дослідникам зосередитися на індивідуальних досвідах та переживаннях студентів, їхніх мотивах, впливі соціального середовища та культурних чинників на їхню фізичну активність. Такий підхід дає можливість зрозуміти те, як студенти сприймають фізичну культуру, які виклики виникають перед ними та як вони реагують на заходи виховання. Крім того, використання квалітативних методів у дослідженні проблеми виховання фізичної культури сприяє розвитку більш глибоких та точних висновків, які використовуються для розробки ефективних стратегій та програм. Квалітативний підхід дозволяє дослідникам виявити нові тенденції та взаємозв'язки у фізичній активності студентів, що можуть бути важливими для розробки персоналізованих підходів до виховання. Також, квалітативні методи дослідження дають можливість дослідникам отримати глибше розуміння соціальних та культурних аспектів виховання фізичної

культури студентів. Вони дозволяють з'ясувати, які соціокультурні фактори впливають на студентські вподобання щодо фізичної активності та виховання, і знайти шляхи покращення підтримки таких ініціатив у навчальних закладах.

Однак, використання квалітативних методів також має свої обмеження та виклики. П. Асперс (P. Aspers) з колегами відзначають, що збір та аналіз квалітативних даних може бути часовитратним та трудомістким завданням, оскільки вимагає детального аналізу тексту, інтерпретації та узагальнення результатів. Також, може існувати питання стосовно об'єктивності та репрезентативності вибірки учасників, а також можливості генералізації результатів на всю популяцію студентів в університетах США [81, с. 151]. У цілому, американські вчені визнають важливість та переваги використання квалітативних методів у дослідженні проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США, зокрема для отримання глибшого розуміння думок, переживань та потреб учасників та наголошують на важливості їхньої комбінації з кількісними методами.

Використання *кількісного підходу* при дослідженні проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США передбачає збір та аналіз кількісних даних з метою вимірювання та кількісної оцінки різних аспектів даної проблеми [366]. Цей підхід використовує стандартизовані методи та інструменти для збору інформації, що дозволяє отримати об'єктивні та порівняльні результати.

Д. Стокемер (D. Stockemer) з колегами виділяють такі особливості використання кількісного підходу в дослідженні проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США включають:

1. Використання опитувань та анкет: одним з основних методів збору кількісних даних є опитування та анкетування студентів, викладачів, тренерів і інших учасників процесу фізичної підготовки. Анкети часто містять стандартизовані питання, що дозволяють зібрати числові дані, які пізніше можна аналізувати та узагальнювати.

2. Вимірювання показників: кількісний підхід дозволяє вимірювати різні показники, такі як частота занять фізичними вправами, кількість годин спорту на тиждень, рівень задоволеності студентів своєю фізичною активністю тощо. Завдяки цьому можна оцінити стан справ у даній сфері та зробити порівняння між різними групами студентів.

3. Статистичний аналіз: кількісний підхід зазвичай включає статистичний аналіз даних, що дозволяє виявити статистично значущі зв'язки та залежності між різними змінними. Наприклад, можна вивчити зв'язок між рівнем фізичної активності та успішністю студентів у навчанні або встановити, які фактори впливають на мотивацію до зайняття спортом.

4. Об'єктивність та повторюваність: оскільки дані збираються у стандартизованому форматі, кількісний підхід дозволяє отримати об'єктивні результати, які можуть бути повторно використані та порівняні із результатами інших досліджень. Це забезпечує наукову обґрунтованість та достовірність даних.

5. Обсяг та представництво вибірки: використання кількісного підходу дозволяє дослідникам опитати велику кількість учасників, що забезпечує більш широке представництво вибірки та здійснення узагальнень на популяцію студентів в університетах США [366, с. 185].

Зазначимо, що кількісний підхід має свої обмеження, і в деяких випадках не може вичерпно відповісти на всі аспекти досліджуваної проблеми. Тому часто рекомендується поєднання кількісного підходу з іншими методами, такими як квалітативний підхід, щоб отримати більш повне і глибоке розуміння проблеми виховання фізичної культури студентів університетів США.

Аналіз останніх досліджень в сфері розвитку фізичної культури в університетах США показує, що американські вчені дуже широко і різноспрямовано використовують саме кількісний підхід. Серед основних напрямків можна виділити: оцінку ефективності освітніх програм, дослідження кореляції між фізичною активністю та академічними

показниками, а також вивчення впливу фізичної активності на психологічний стан студентів [371; 392; 416].

Прикладом одного з таких досліджень є робота С. Валкенбоса (S. Valkenborghs) з колегами, спрямована на вивчення впливу регулярних занять фізичною культурою на академічну успішність студентів. У цьому дослідженні було залучено дані більше тисячі студентів з різних університетів, і за допомогою статистичного аналізу було виявлено, що студенти, які регулярно займаються спортом або фізичною активністю, в середньому мають кращі оцінки за екзаменами. Це свідчило про можливу кореляцію між фізичною активністю та когнітивними функціями мозку [392, с. 144].

Дослідження Дж. Стрессель (J. Strassel), проведене в одному з провідних університетів США, зосереджувалося на вивченні впливу занять йогою на психоемоційний стан студентів під час сесії. Результати показали, що група студентів, яка регулярно практикувала йогу, мала менший рівень стресу, кращу концентрацію уваги та загалом позитивний емоційний стан порівняно з контрольною групою [369, с. 56].

Ще одне значуще дослідження, проведене М. Уїтлі (M. Whitley) з колегами було присвячено аналізу ефективності різних методів тренувань для студентських спортивних команд та їхній вплив на ментальне здоров'я учасників. Для цього дослідники вивчали фізичну форму, витрату енергії та інші параметри після застосування різних тренувальних програм. Висновки допомогли оптимізувати підготовку спортсменів, що призвело до покращення їхніх спортивних досягнень [403, с. 16-18].

Важко також переоцінити значення кількісних методів дослідження у вивченні особливостей фізичної форми та підтримання розвитку фізичної культури у час ізоляції студентів під час пандемії COVID-19. Цій проблемі присвячені десятки досліджень, які дозволили визначити: особливості фізичної активності студентів під час ізоляції [328], зміни в навантаженнях під час перебування в закритих просторах [277], а також перспективні методи

впливу на підтримання мотивації фізичної активності під час соціальної ізоляції [174].

У цілому, кількісні дослідження в сфері розвитку фізичної культури в університетах США відіграють важливу роль у формуванні науково обґрунтованого підходу до фізичного виховання студентів і сприяють покращенню якості освітнього процесу в цій сфері.

Ставлення американських вчених до кількісних методів при дослідженні проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США можна охарактеризувати як позитивне, з огляду на їх широку поширеність [113; 378]. Кількісні методи дослідження відіграють важливу роль у наукових дослідженнях в цій області, американські вчені часто використовують їх для отримання об'єктивних та кількісних даних про різні аспекти виховання фізичної культури студентів. Одним із основних аргументів на користь використання кількісних методів є їхній об'єктивний характер. Кількісні дані зазвичай збираються за допомогою стандартизованих опитувань, анкет або вимірювань, що дозволяє отримати однакові дані від різних учасників дослідження. Це дозволяє уникнути суб'єктивності та спростити процес аналізу. Крім того, кількісні методи дозволяють отримати широкий обсяг даних з великої кількості учасників, що забезпечує репрезентативність та статистичну значущість результатів. Великі обсяги даних дозволяють виявити тенденції, залежності та взаємозв'язки між різними змінними, а також зробити узагальнення на широку популяцію студентів в університетах США. Група вчених під керівництвом Дж. Томаса (J. Thomas) відзначають, що кількісні методи в першу чергу відзначаються своєю систематичністю та можливістю повторного використання. Інструменти для збору даних часто стандартизовані та добре апробовані, що дозволяє проводити багаторазові дослідження на одній або різних вибірках для порівняння результатів та виявлення динаміки явищ. Все це підвищує надійність кількісних досліджень, створює підґрунтя для перенесення їхніх результатів у сферу практичного застосування та забезпечує постійний вплив

науки на практику [378, с. 99-101]. Зазначимо також, що кількісні методи дозволяють дослідникам перевірити гіпотези та встановити причинно-наслідкові зв'язки між змінними. Аналіз кількісних даних допомагає підтвердити або спростувати наукові припущення, що сприяє розвитку наукових знань та формуванню обґрунтованих висновків.

Незважаючи на всі переваги кількісних методів, важливо підкреслити, що вони не є універсальним рішенням і мають свої обмеження. Кількісні методи не завжди здатні виявити тонкі деталі і контекстуальні особливості досліджуваної проблеми, тому їх рекомендується доповнювати квалітативними методами, які дозволяють збирати більш глибоку інформацію та розуміння. Комбінування різних підходів може забезпечити комплексний та більш повний аналіз проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США [378, с. 247].

*Дослідницький підхід* є одним із ключових методологічних підходів, що використовуються при дослідженні проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США. Він передбачає активну участь дослідників у процесі дослідження та активну взаємодію з учасниками дослідження, що дозволяє збирати глибоку інформацію, усвідомлення та інсайти щодо даної проблеми. В якості особливостей використання дослідницького підходу у вивченні проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США К. Мілтон (K. Milton) відзначає:

1. Глибоке розуміння проблеми: дослідницький підхід дозволяє дослідникам зануритися в контекст досліджуваної проблеми та отримати глибоке розуміння її сутності. Вони можуть аналізувати не лише кількісні показники, але й сприйняття студентів, думки тренерів, викладачів, адміністраторів тощо, що допомагає зрозуміти проблему з різних перспектив.

2. Використання квалітативних методів: дослідницький підхід часто поєднується з квалітативними методами, такими як інтерв'ю, фокус-групи та аналіз щоденників або журналів студентів. Ці методи дозволяють збирати

неструктуровану інформацію, що допомагає з'ясувати деталі, контекст та індивідуальні особливості проблеми.

3. Співпраця з учасниками дослідження: дослідницький підхід передбачає активну участь учасників дослідження в процесі збору та аналізу даних. Дослідники можуть включати студентів, викладачів, тренерів та інших учасників у спільне обговорення результатів, що сприяє залученню їхнього досвіду та знань у дослідження.

4. Постійний взаємозв'язок та вдосконалення дослідження: дослідники, застосовуючи дослідницький підхід, можуть постійно вдосконалювати своє дослідження, з урахуванням нових даних, зміни контексту та розвитку подій. Взаємний обмін інформацією та знаннями з учасниками дослідження дозволяє уточнювати питання та гіпотези.

5. Розвиток практичних рекомендацій: дослідницький підхід дозволяє отримати не тільки теоретичні знання, але й практичні рекомендації щодо вирішення проблеми. Результати дослідження можуть бути використані для розробки програм та ініціатив з покращення виховання фізичної культури студентів університетів США [280, с. 625-629].

Особливості дослідницького підходу дають змогу збирати багатогранні та глибокі дані, які допомагають розкрити сутність проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США та розробити ефективні стратегії для її вирішення [378, с. 113]. Можна виділити декілька яскравих прикладів використання дослідницького підходу при дослідженні проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США. Так, Ф. Ванг (F. Wang) з колегами провів дослідження впливу програми фізичної активності на студентів на якість їхнього сну. Дослідники провели оцінку впливу спеціально розробленої програми фізичної активності на здоров'я студентів університету, час та глибину їхнього сну. Вони збирали дані про рівень фізичної активності, здоров'я, самопочуття та показники сну студентів до початку програми та після її завершення. Дослідники також провели інтерв'ю з учасниками програми, щоб з'ясувати їхні враження та думки щодо

ефективності програми. Результати дослідження допомогли визначити, що програма фізичної активності сприяє поліпшенню здоров'я та здатності до повноцінного відпочинку та відновлення під час сну [399, с. 11-18]. Таке дослідження поєднує в собі різні методи (квалітативні, кількісні, експериментальні) і дає можливість зібрати максимум інформації, уникнувши хибних висновків та протиріч.

А. Гарсія (A. García) з колегами провели аналіз мотивації студентів до заняття спортом. Дослідники використовували дослідницький підхід для вивчення мотивації студентів до зайняття спортом та участі в фізичних активностях. Вони збирали дані про індивідуальні мотиваційні чинники, такі як бажання покращити здоров'я, отримати соціальні зв'язки або досягти спортивних досягнень. Дослідники також використовували квалітативні методи, такі як інтерв'ю та фокус-групи, щоб отримати більш детальну інформацію про мотивацію студентів. Результати дослідження наразі допомагають розробити належні мотиваційні стратегії для залучення більшої кількості студентів до фізичної культури [175, с. 14].

В роботі У. Адамс (W. Adams) проводиться оцінка ефективності спортивних освітніх програм з точки зору урахування ними індивідуальних чинників розвитку студентів. Основна ідея дослідження оберталася навколо необхідності зміни підходу до освіти в атлетичному тренуванні, з метою врахування різноманітності студентів. Вчені відзначили значущі прогалини в поточній системі, які можуть призвести до нерівних можливостей для різних груп людей. Це стосується не тільки атлетів, але і тренерів, медичних працівників та інших осіб, які працюють у сфері спорту. Одним з основних висновків дослідження було визнання необхідності внесення змін до навчальних планів, з метою підвищення їхньої інклюзивності. Дослідження також вказало на необхідність створення безпечного та підтримуючого середовища для всіх атлетів, незалежно від їхнього соціального становища, етнічності або гендеру [70, с. 131].



Таким чином, застосування дослідницького підходу у дослідженні проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США дозволяє отримати обґрунтовані результати, які можуть бути використані для подальшого розвитку та вдосконалення програм та ініціатив у галузі фізичної культури. Використання кількісних, квалітативних та експериментальних методів дослідження дозволяє збирати об'єктивні дані і одночасно розуміти глибинні соціокультурні аспекти, що впливають на проблему. Результати цих досліджень використовуються для розробки науково обґрунтованих програм та політик, спрямованих на покращення фізичної активності студентської молоді та підвищення їхнього рівня здоров'я та навчальних досягнень.

*Експертний підхід* при дослідженні проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США передбачає залучення висококваліфікованих фахівців або експертів, які мають глибокі знання та досвід у даній галузі. Цей підхід зазвичай використовується для отримання експертної думки, збагачення інсайтів та розробки практичних рекомендацій [378, с. 142].

М. Анвер (M. Anwer) відзначає, що однією з основних особливостей експертного підходу є залучення досвідчених фахівців до процесу дослідження. Це можуть бути науковці, провідні практикуючі фахівці, викладачі та інші відомі стейкхолдери, які мають багатий досвід у галузі фізичної культури та виховання студентів. Вони надають важливу інтерпретацію даних, а також можуть розкрити тенденції та нюанси, недоступні іншим методам дослідження. Ще однією особливістю експертного підходу є можливість проведення діалогу та обговорень між дослідниками та експертами. Це дозволяє уточнити дослідницькі питання, перевірити гіпотези та зробити висновки на основі обґрунтованих думок та експертної думки. Такий діалог сприяє поглибленому розумінню проблеми та дозволяє збагатити дослідження цінною інформацією. Крім того, експертний підхід дозволяє ширше використання та застосування експертного знання. Експерти можуть надавати цінні рекомендації для

вирішення проблеми, розвитку нових підходів та стратегій у галузі фізичної культури. Їхні пропозиції можуть бути використані для покращення навчальних програм, розробки ініціатив для підтримки фізичної активності студентів та впровадження інноваційних практик [79, с. 330-332].

Зазначимо також, що експертний підхід може бути використаний у поєднанні з іншими дослідницькими методами, такими як інтерв'ю, фокус-групи, аналіз документів тощо. Це дозволяє створити комплексну методологію дослідження та отримати більш повну та об'єктивну картину проблеми. Цей підхід є важливим інструментом для дослідження проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США.

Одним з прикладів використання експертного підходу при дослідженні проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США є робота С. Комівеса (S. Komives) присвячена вивченню залученості студентів до фізичної активності та спорту в університетських кампусах. В цьому дослідженні брали участь експерти, які мають досвід роботи зі студентами, фахівці з фізичної культури та спорту, а також викладачі та керівники університетів. Експерти були запрошені для проведення фокус-груп, де вони обговорювали проблеми та виклики, з якими стикаються студенти стосовно фізичної активності в кампусі, а також розглядали можливі шляхи покращення ситуації [227, с. 16]. Такий підхід дозволив збагатити дослідження глибокими думками та рекомендаціями експертів, а також ідентифікувати ключові теми для подальшого дослідження.

Інший приклад – це дослідження ролі фізичної активності студентів під час епідемії COVID-19. Цій темі присвячена велика кількість квалітативних та кількісних досліджень, але всі вони зосереджені на вивченні досвіду з точки зору студентів. Інтерпретація ж цього досвіду вимагає глибокого експертного осмислення. Саме через це О. Вілсоном (O. Wilson) з колегами було проведене дослідження з залученням експертів, які запропонували інтерпретації основних факторів, що впливають на зниження самопочуття та

мотивації фізичної активності в умовах ізоляції та сформулювали ідеї щодо шляхів подолання негативних психічних станів [407, с. 273].

Використання експертного підходу дозволяє залучити учасників дослідження з глибокими знаннями та досвідом у галузі фізичної культури. Їхні інсайти та рекомендації є цінними для розвитку ефективних стратегій та програм для підтримки фізичної активності студентів в університетах США [227, 378, 407]. Експертні методи здебільшого є цінним доповненням до інших дослідницьких підходів у вивченні даної проблеми, що дозволяє отримати більш глибокий та об'єктивний аналіз.

Один із факторів, який сприяє позитивному ставленню до експертних методів, полягає у залученні різних типів експертів для отримання широкої інформації та різних поглядів на проблему. Це дозволяє збагатити дослідження різноманітними думками та рекомендаціями, а також допомагає уникнути перекручення результатів через однобічний підхід. Експертні методи також допомагають усунути можливі недоліки та проблеми, пов'язані зі збором та аналізом даних. Участь експертів у процесі дослідження дозволяє підтвердити достовірність інформації та забезпечити високу якість дослідження. Їхні оцінки та рекомендації допомагають підтвердити або спростувати гіпотези, зробити обґрунтовані висновки та забезпечити наукову обґрунтованість дослідження. Зазначимо, що хоча експертні методи мають свої переваги, вони не є універсальним рішенням для дослідження проблем виховання фізичної культури студентів. Для отримання комплексного розуміння проблеми рекомендується поєднання експертних методів з іншими дослідницькими підходами, такими як анкетування, інтерв'ю, фокус-групи тощо [378].

*Компаративний підхід* є важливою методологічною стратегією при дослідженні проблеми виховання фізичної культури студентів університетів США. Р. Стоквіс (R. Stokvis) відзначає, що цей підхід передбачає порівняльний аналіз явищ, процесів та факторів у різних контекстах з метою визначення подібності та відмінності між ними. Він дозволяє вченим

систематично вивчати та аналізувати різні аспекти виховання фізичної культури серед студентів в різних університетах, регіонах чи країнах, звертаючи увагу на їхній вплив на результати та ефективність навчальних програм [367, с. 130].

При використанні компаративного підходу, американські вчені порівнюють різні університети або коледжі, що відрізняються за різними характеристиками, наприклад, місцезнаходженням, фізичною інфраструктурою, структурою навчальних програм, культурним контекстом тощо. Це дозволяє з'ясувати, які аспекти можуть бути важливими для успішного впровадження фізичної культури серед студентів. Також, здійснюються порівняння різних освітніх стратегій, вікових груп [91; 367; 370].

Порівняльний аналіз в рамках компаративного підходу може включати як кількісний, так і якісний підходи до дослідження. Кількісні методи дозволяють вимірювати та порівнювати числові дані, такі як рівень фізичної активності студентів, їхнє здоров'я та академічні досягнення. Квалітативні методи допомагають розкрити контекстуальні особливості, які можуть впливати на ефективність впровадження програм фізичної культури, через глибинні інтерв'ю та спостереження. Компаративний підхід дозволяє встановити тенденції та спільні залежності, а також ідентифікувати унікальні особливості виховання фізичної культури в різних університетах. Такий аналіз може привести до розуміння того, які підходи та методи є найбільш ефективними для покращення рівня фізичної активності та здоров'я студентів. Оскільки фізична культура та її виховання є комплексними процесами, які залучають різні аспекти фізичного, психологічного, соціокультурного характеру, компаративний підхід допомагає розкрити багатогранність проблеми та знайти оптимальні шляхи її вирішення. Отримані результати досліджень можуть бути використані для розробки та впровадження ефективних стратегій підвищення рівня фізичної активності та здоров'я студентської молоді в університетах США.

Один із прикладів використання компаративного підходу при дослідженні проблеми виховання фізичної культури студентів університетів США може полягати в порівнянні ефективності різних навчальних програм. Дослідники можуть вибрати декілька університетів, де застосовуються різні підходи до організації занять фізичною активністю для студентів, і провести порівняльний аналіз результатів. Подібне дослідження було здійснене Стоквісом Р. (R. Stokvis), який послідовно порівняв різні освітні програми в контексті їхнього історичного розвитку [367, с. 132].

Інший приклад використання компаративного підходу може включати порівняння різних університетських спортивних команд. Так, Р. Саммерлі (R. Summerley) провів дослідження особливостей інституалізації спортивних команд в різних університетах США, порівнюючи спортивні та кіберспортивні команди [370]. Він дослідив організаційну інфраструктуру, фанатські рухи всередині університетів, особливості поведінки членів спортивних та кіберспортивних команд. Таке співставлення дає можливість осмислити нові види змагальних активностей, їх становлення та перспективи розвитку в університетському середовищі. Цей підхід дозволяє з'ясувати, як вимоги спортивної діяльності можуть впливати на фізичний та психологічний стан студентів, а також як спортивні здобутки можуть корелювати з їхніми академічними досягненнями. Порівняльний аналіз різних команд та їхніх студентів може допомогти зрозуміти, яким чином спортивна діяльність може сприяти розвитку студентів і допомогти вдосконалити підходи до виховання фізичної культури в університетському середовищі.

Ці приклади ілюструють важливість компаративного підходу у вивченні проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США. Порівняльний аналіз дозволяє отримати більш повну картину процесів, які впливають на фізичну активність та спортивні досягнення студентів, і виявити оптимальні практики для їхнього розвитку та покращення.

*Історичний підхід* є важливою методологічною стратегією при дослідженні проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США. Цей підхід базується на аналізі подій, тенденцій та розвитку виховання фізичної активності серед студентів протягом різних історичних періодів. Досліджуючи історичний контекст, вчені отримують можливість зрозуміти еволюцію фізичної культури та її вплив на студентську молодь, а також встановити зв'язки між минулими і сучасними практиками [378]. Однією з особливостей історичного підходу є дослідження розвитку фізичної культури в університетах США на різних етапах історії країни. Наприклад, починаючи зі заснування перших університетів, дослідники можуть дослідити, як виховання фізичної культури змінювалося протягом століть, які методи та підходи використовувалися у різних періодах.

Історичний підхід також дозволяє аналізувати вплив політичних, соціальних та культурних факторів на виховання фізичної культури в університетах. Дослідники можуть звертати увагу на роль урядових політик, спонсорської підтримки, змін у культурних цінностях та ставленні до фізичної активності у суспільстві. Такий підхід допомагає зрозуміти, які зовнішні чинники можуть впливати на розвиток фізичної культури в університетському середовищі. Ще однією особливістю історичного підходу є аналіз наукових праць, публікацій та документів, що стосуються виховання фізичної культури в університетах протягом багатьох років. Дослідники можуть вивчати старі підручники з фізичної культури, наукові статті, програми та плани занять, які використовувалися у минулому. Це дозволяє відтворити історичний контекст та з'ясувати, які теорії та підходи були актуальними на той момент і як вони впливали на формування студентської фізичної культури. Таким чином, історичний підхід є важливим інструментом для дослідження проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США. Вивчення історичного контексту дозволяє зрозуміти еволюцію фізичної культури, встановити зв'язки між минулими і сучасними практиками та вплив зовнішніх факторів на розвиток фізичної

активності серед студентів. Аналіз документів і наукових праць здійснює реконструкцію історичних практик та допомагає зрозуміти, які підходи та теорії формували фізичну культуру студентів у минулому.

При використанні історичного підходу при дослідженні проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США, дослідники можуть проводити аналіз розвитку фізичної культури в університетському середовищі на різних етапах історії країни. Наприклад, можуть бути обрані певні історичні періоди, такі як початок XIX століття, часи Великої депресії, післявоєнний період або останні десятиліття, і досліджено, які підходи та практики виховання фізичної культури існували тоді, і як вони вплинули на студентів того часу. Так, само в рамках історичного підходу може бути зміщено акцент на реалії сучасності та вплив соціокультурних та історичних аспектів сьогодення на розвиток фізичної культури та спорту в університетах США [127; 149; 395].

Прикладом такого дослідження може бути аналіз змін у підходах до фізичної культури університетських студентів впродовж XIX століття. Дослідники досліджували старі підручники та навчальні програми з цього періоду, зібрали інформацію з архівних джерел та публікацій, що стосуються занять фізичними вправами університетської молоді, та проаналізували відгуки тогочасних студентів. Таке дослідження допомогло розкрити те, які підходи до фізичної культури панували у закладах вищої освіти того періоду, які спортивні дисципліни були популярними серед студентів, і як фізична активність впливала на студентське життя, здоров'я та академічні успіхи [306]. Такий історичний підхід може також допомогти зрозуміти, які цінності та ідеали були пов'язані з фізичною культурою університетів того часу, і як вони можуть вплинути на діяльність сучасних університетів у вихованні фізичної культури.

Ще одним прикладом використання історичного підходу може бути дослідження ролі урядових політик і програм у вихованні фізичної культури студентів в університетах США. Прикладом такого дослідження є робота

К. Купера (К. Cooper) з колегами. Дослідники вивчали зміни в законодавстві, державних програмах та фінансовій підтримці, спрямованих на підвищення рівня фізичної активності та спортивної діяльності студентів, що дозволило зрозуміти, які урядові ініціативи найбільше впливають на розвиток фізичної культури в університетах і які успіхи були досягнуті завдяки таким програмам [129, с. 138]. Такий підхід може також допомогти з'ясувати, як державна підтримка впливала на доступність фізичної активності для студентів з різних соціальних груп, і які політичні рішення можуть бути корисними для вдосконалення системи виховання фізичної культури в університетах сьогодні.

Отже, історичний підхід в дослідженні проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США допомагає виявити зв'язки між минулими і сучасними практиками, аналізувати роль зовнішніх факторів та сприяє розумінню еволюції фізичної культури в університетському середовищі.

Аналіз методологічних підходів до дослідження проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США вказує на важливість комплексного підходу та гнучкого поєднання різних методологічних підходів з причин кількох ключових причин.

По-перше, фізична культура та виховання студентів – це комплексний процес, який охоплює багато аспектів, таких як фізична активність, спорт, здоров'я, соціальна взаємодія та психологічний стан. Комплексний підхід дозволяє збагатити розуміння цієї проблеми, оскільки вчені можуть аналізувати взаємозв'язки та вплив різних факторів на результати виховання фізичної культури. Такий підхід допомагає уникнути спрощень та покращити точність дослідження.

По-друге, різні підходи дозволяють охопити різні аспекти проблеми та отримати різні перспективи. Наприклад, квантитативні методи дозволяють зібрати та аналізувати великі обсяги даних, таких як статистика щодо фізичної активності студентів, тимчасом як квалітативні методи дозволяють



глибше зрозуміти мотивації, переживання та вплив програм виховання фізичної культури. Комбінування цих підходів дозволяє отримати більш повне та комплексне уявлення про проблему.

По-третє, студентське середовище в університетах є динамічним та постійно змінюється, тому гнучкий підхід допомагає адаптуватися до змінних обставин. Залучення різних підходів дозволяє швидше реагувати на нові тенденції та вимоги студентів, а також здійснювати зміни в програмах виховання, якщо виявляються неефективними.

Окрім того, гнучке поєднання різних підходів дозволяє дослідникам використовувати найкращі практики з різних дисциплін та наукових галузей. Враховуючи складність проблеми виховання фізичної культури, важливо використовувати всі доступні інструменти та знання для забезпечення якісних та цілеспрямованих досліджень.

Отже, в дослідженні проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США комплексний підхід та гнучке поєднання різних методологічних підходів є ключовими факторами для отримання цілісного та глибокого розуміння проблеми та розробки ефективних стратегій виховання фізичної культури серед студентів.

## **1.2. Аналіз головних понятійних конструктів дослідження**

Аналіз понятійного апарату дослідження є важливою складовою будь-якого наукового дослідження, оскільки визначається та уточнюється семантичне поле термінології, що використовується в даному контексті дослідження. Понятійний апарат визначає та обмежує межі розуміння понять, що розглядаються у роботі, та забезпечує однозначність та зрозумілість термінів для читача або слухача. Використання точних та однозначних термінів в понятійному апараті сприяє виключенню можливості двозначного розуміння, уникненню неоднозначних тлумачень, а також спрощує процес комунікації результатів дослідження між науковцями. Це

має критичне значення в науковому співтоваристві, де точність та стислість мови є основою для обміну знаннями та сприяє досягненню наукових досягнень. Додатково, аналіз понятійного апарату забезпечує концептуальну чіткість дослідження. Оскільки дослідження базується на концепціях та ідеях, які втілюються в термінології, чітке та акуратне визначення понять дозволяє уникнути невиправданих перекручень чи недопустимих узагальнень. Аналіз понятійного апарату сприяє розумінню і внутрішній логіці дослідження, а також допомагає забезпечити, що всі аспекти дослідження будуть збалансовані і враховані.

Значущість аналізу понятійного апарату також проявляється у створенні платформи для подальших досліджень. Якщо терміни визначені неоднозначно або недостатньо точно, це може призвести до плутанини, невірних тлумачень та нечіткості у майбутніх наукових роботах, що досліджують ті самі поняття. Відповідно, акуратний аналіз понятійного апарату створює засади для здійснення реплікації досліджень та розвудови наукового напрямку. Аналіз понятійного апарату дослідження має вирішальне значення для побудови наукових знань, забезпечуючи точність, чіткість та логічність у виразі ідей та концепцій. Він допомагає уникнути неоднозначності, сприяє ефективному обміну знаннями між науковцями та сприяє подальшому розвитку наукової думки. Аналіз понятійного апарату слід розглядати як важливий етап будь-якого дослідження, що сприяє досягненню якісних та високоякісних наукових результатів.

Аналіз змісту теми дисертаційного "Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів в університетах США" дозволяє виділити наступні понятійні конструкти: фізична культура, виховання студентів, університетське середовище, роль викладачів та тренерів, педагогічні технології, організація занять з фізичної культури, розвиток фізичних здібностей студентів, мотивація до фізичної активності, вплив фізичної культури на здоров'я студентів, оцінка ефективності виховання фізичної культури університетських студентів. Саме ці поняття визначають

змістове наповнення дисертаційного дослідження і потребує всебічного розбору та аналізу. Такий аналіз буде включати в себе: конкретизацію поняття, визначення особливостей, що притаманні використанню та тлумаченню поняття в американській педагогіці у порівнянні з вітчизняними підходами.

За визначенням Дж. Піджіна (J. Piggin) *фізична культура* – це комплексне поняття, яке охоплює широкий спектр фізичних активностей, спрямованих на здоровий розвиток та підвищення фізичних якостей людини [315, с. 72]. Аналогічні визначення фізичної культури можна знайти і в роботах українських дослідників Е. Єрмоєнко, Н. Деделюка, А. Цьося [9; 13; 60]. Визначення фізичної культури може залежати від контексту та наукового дисциплінарного підходу. Науковці, які досліджують фізичну культуру в США, підходять до цього поняття з різних перспектив, залежно від їхніх дослідницьких інтересів та напрямків.

Один із підходів до визначення фізичної культури в США, який можна знайти в роботі Д. Тівела (D. Thivel), – це розгляд цього явища як сукупності різних фізичних активностей та спортивних діяльностей [376, с. 288]. З цієї точки зору, фізична культура охоплює все, що пов'язано з фізичним розвитком та активним способом життя. Вона може включати спортивні змагання, фітнес-тренування, заняття груповими видами фізичної активності, танці, гімнастику та інші форми рухової діяльності.

Інший підхід визначення фізичної культури, що відображений в роботі П. Моргана (P. Morgan) – це розгляд її як частини соціокультурного середовища, яке формує ціннісні орієнтації та ставлення [315]. У рамках соціокультурного погляду фізична активність розглядається не просто як ряд рухів або вправ, а як сукупність діяльності, яка має символічне, соціальне та культурне значення. Наприклад, в традиційних суспільствах ритуали, танці або ігри могли бути не просто засобами фізичної активності, а й важливими засобами соціалізації, передачі культурних цінностей або вираження релігійних переконань. Сучасний соціокультурний підхід акцентує увагу на

тому, що фізична активність взаємодіє з соціальними нормами, цінностями та очікуваннями. Так, у сучасних індустріальних суспільствах акцент часто робиться на здоров'ї, естетиці та вищій продуктивності, що призводить до популяризації спорту, фітнесу та інших форм фізичної активності як засобів досягнення цих цілей. Однак, ці форми активності також відображають певні соціокультурні ідеали, стандарти краси та соціальні очікування.

Фізична культура є центральним поняттям дослідження «Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів в університетах США» через її ключову роль у розвитку студентської особистості. Дослідження теоретичних та методичних засад фізичної культури сприяє зрозумінню різних підходів та стратегій, які використовуються для виховання студентів у галузі фізичної активності. Фізична культура в університетах США є важливою складовою процесу виховання студентів, оскільки сприяє їхньому фізичному розвитку та здоров'ю, підвищує рівень активності, формує здорові звички та сприяє психологічному благополуччю. Вивчення методів та підходів до фізичного виховання студентів дозволяє виявити найбільш ефективні та науково обґрунтовані стратегії, які можуть забезпечити успішний розвиток фізичної культури серед студентів [210, с. 12].

Наступним поняттям, що вимагає розгляду та аналізу є поняття *виховання*. В роботах вітчизняних дослідників В. Моляко, В. Приходько, С. Чернігівської, Г. Шевченко виховання в широкому значенні визначається як системний процес, спрямований на формування та розвиток особистості, її ціннісних орієнтацій, моральних, етичних, соціокультурних, психологічних і фізичних якостей, а також розвиток її інтелектуальних та творчих здібностей [45; 51; 61]. Виховання є складним і багатогранним процесом, що здійснюється через взаємодію з оточуючим середовищем, спілкуванням з іншими людьми, культурою, традиціями і цінностями суспільства.

В англійській мові немає повного відповідника поняттю «виховання». Воно може мати кілька англійських еквівалентів залежно від контексту:

1. Education (буквально «освіта»») – часто використовується в контексті навчання і отримання знань в освітніх закладах різних рівнів.

2. Upbringing – це процес виховання дитини в сім'ї, передача цінностей, навичок, традицій тощо. Воно відображає саме ті аспекти виховання, які реалізуються в сімейному колі і не пов'язані з освітніми закладами.

3. Nurturing – підкреслює турботливий аспект виховання, коли дитина оточена турботою та підтримкою. Найближчими українськими перекладами цього слова є «турбота», «плекання». Як правило, це поняття використовується для опису турботи батьків за дитиною у перші роки життя.

4. Training – може стосуватися специфічних навичок або підготовки до певної професії чи діяльності. Воно використовується як синонімічне до освіти, але в тих випадках, коли йде мова про розвиток конкретних навичок (професійних чи особистих). Це поняття найближче за змістом та наповненням до поняття виховання в контексті виховання фізичної культури.

5. Cultivation – акцентує увагу на розвитку та формуванні якостей особистості [20, 44].

Обрання конкретного перекладу залежить від контексту, в якому використовується слово «виховання». В своєму дослідженні у якості відповідників виховання ми будемо використовувати найбільш близькі англійські поняття education, cultivation та training.

В США виховання розглядається з позицій різних наукових дисциплін та підходів. В педагогіці, виховання розглядається як система освітніх заходів, що спрямовані на розвиток студентської особистості, розширення її знань, навичок та ціннісних орієнтацій [406]. Психологічні дослідження розглядають виховання як вплив на формування психічних структур та особистісних рис, включаючи самосвідомість, самоконтроль, відповідальність та емоційну стабільність [144].

Соціологічні дослідження дозволяють розглядати виховання як процес соціалізації студентів у закладі вищої освіти, адаптації їх до умов соціокультурного середовища та ролей, які вони відіграють у суспільстві

[84]. Фізична культура в даному контексті вважається важливим фактором виховання, оскільки сприяє фізичному, психологічному та соціальному розвитку студентів, а також впливає на формування ціннісних орієнтацій та здорового способу життя.

Виховання є важливим поняттям у дослідженні «Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів в університетах США» через його спрямованість на комплексний розвиток особистості студента, включаючи фізичні, психологічні, соціокультурні та морально-етичні аспекти. Виховання здійснюється за допомогою спеціально підібраних методів та підходів, забезпечуючи студенту можливість розвиватися як особистості, розкривати свій потенціал, розвивати вміння і навички, необхідні для соціальної адаптації та успішного функціонування у суспільстві.

Поняття «виховання» в українській та американській науці може мати деякі спільні риси, але його розуміння і тлумачення також можуть відрізнятися через різні традиції, культурний контекст та особливості наукових підходів. Українська наука розглядає виховання як системний процес, спрямований на формування і розвиток особистості, включаючи її ціннісні орієнтації, моральні, етичні, соціокультурні, психологічні та фізичні якості. Виховання в Україні також акцентує увагу на підтриманні та посиленні національної ідентичності, культурних та моральних цінностей [51]. Згідно з українським підходом, виховання здійснюється через взаємодію особистості з соціокультурним середовищем, спілкуванням з іншими людьми та отриманням знань, що сприяють розвитку і самореалізації.

США, як багатонаціональна країна з різноманітним культурним спадком, також має свої особливості в розумінні виховання. С. Розенбаум (S. Rosenbaum) відзначає, що американська наука акцентує увагу на розвитку особистісно-орієнтованих підходів до виховання, підкреслюючи значення самостійності, творчості, індивідуального вибору та самореалізації кожної особистості [327]. Виховання в США визнає роль і внесок кожної людини в

соціум та стимулює особистісний розвиток, незалежно від її національності, раси чи етнічної приналежності.

Поняття «виховання» в роботах українських та американських вчених спрямовано на підтримання і розвиток індивідуальних і суспільних цінностей, але може зазначати різні аспекти, залежно від контексту та наукового підходу. Українська наука в більшій мірі підкреслює роль культурно-національного виховання, в той час як американська наука спрямовує увагу на індивідуальний розвиток та самореалізацію. Важливість поняття «виховання» у дослідженні «Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів в університетах США» полягає у встановленні наукових основ та методологічних підходів до виховання студентів через фізичну культуру. Дослідження дозволяє визначити цілі та завдання виховання в контексті фізичної активності та спорту, розробити ефективні програми та методики, спрямовані на формування здорової, активної та цілеспрямованої молоді, яка має високу соціальну компетентність та здатність до успішного функціонування в сучасному суспільстві. Врахування американських підходів до виховання сприяє вивченню інноваційних практик та кращих світових досвідів в цій сфері, що допомагає вдосконалити систему фізичного виховання студентів у закладах вищої освіти.

Виховання через фізичну культуру має особливе значення, оскільки сприяє розвитку студентської фізичної активності, здорового способу життя, соціальних навичок та взаємодії. Підтримуючи фізичну активність та спорт університетської спільноти заклади стимулюють набуття студентами цінних життєвих досвідів, розвиток лідерських якостей та прагнення до досягнення успіху. Такий підхід дозволяє підготувати молоде покоління до активної участі у суспільному житті, формує позитивні ціннісні орієнтації та ментальні установки. Таким чином, виховання є важливим поняттям у дослідженні теоретичних та методичних засад виховання фізичної культури студентів в університетах США, оскільки визначає його спрямованість на

глибинний інтегральний розвиток студентської особистості з використанням фізичних, психологічних та соціокультурних засобів. Виховання через фізичну культуру допомагає формувати гармонійну особистість, здатну до високої якості життя, досягнень успіху та позитивного впливу на суспільство.

Ще одним важливим поняттям дисертаційного дослідження є *університетське середовище*. Р. Брендон (R. Brandon) визначає університетське середовище як комплексну систему, що складається з фізичних, соціокультурних, навчальних, наукових та педагогічних елементів, які оточують студентів та академічний персонал університету [101]. Воно створюється для забезпечення оптимальних умов для навчання, наукової діяльності, особистісного розвитку студентів та сприяє їх інтеграції у академічне середовище. У США, університетське середовище розглядається як специфічна культурна та освітня атмосфера, яка підтримує відкритий обмін знань та ідей між студентами, викладачами та науковцями. Воно акцентується на створенні сприятливого клімату для творчого мислення, наукових досліджень, інновацій та взаємодії між різними дисциплінами та культурами [131].

Український підхід до визначення університетського середовища може бути більше зорієнтованим на створення сприятливих умов для навчання та наукової діяльності, з урахуванням особливостей національного освітнього простору та культурного контексту (О. Романовська, О. Романовський, Ю. Романовська) [54]. В Україні, університетське середовище також може сприяти формуванню громадської активності, патріотичних цінностей та розвитку креативних здібностей студентів [35; 41]. Університетське середовище є важливим поняттям у дослідженні «Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів в університетах США» через його вплив на формування особистості студентів та створення оптимальних умов для фізичного, психологічного і соціального розвитку. Університетське середовище створює унікальні можливості для реалізації виховних програм,



спрямованих на розвиток здорового способу життя та фізичної активності студентів. Університетське середовище сприяє інтеграції студентів у спортивні команди, клуби та спортивні заходи, що спонукає їх до регулярних фізичних тренувань та сприяє здоровому конкурентному дусі. Крім того, це середовище дозволяє створити взаємовигідне партнерство між академічною спільнотою та фізкультурно-спортивними організаціями, що забезпечує ефективність впровадження програм фізичного виховання та спортивних заходів. Університетське середовище сприяє розвитку громадської свідомості та підвищує усвідомлення значення здорового способу життя, спорту та фізичної активності. Інтеграція фізичної культури у навчальний процес забезпечує розвиток фізичних і психологічних здібностей студентів, їх самодисципліни, самоорганізації та комунікаційних навичок [150].

Таким чином, університетське середовище є ключовим поняттям дисертаційного дослідження через його роль у створенні сприятливих умов для розвитку студентської фізичної активності, здорового способу життя та соціокультурної адаптації. Університетське середовище допомагає забезпечити інтеграцію фізичної культури у навчальний процес та зробити його доступним для всіх студентів, що сприяє створенню активної, здорової та успішної студентської спільноти.

Особливе значення в контексті теми дисертаційного дослідження відіграє поняття *ролі викладачів та тренерів*, що відноситься до функцій та впливу, який вони виконують у процесі навчання та виховання студентів університетів. Згідно досліджень Д. Сідентопа (D. Siedentop) викладачі є основними носіями знань, вони проводять академічні заняття та впливають на інтелектуальний розвиток студентів. Тренери, у свою чергу, спеціалізуються у фізичній підготовці студентів в спортивних дисциплінах та впливають на фізичний розвиток, спортивні здібності та командний дух студентських спортивних колективів [343]. В США роль викладачів та тренерів акцентується на підтриманні студентського академічного прогресу та індивідуального розвитку, розкриваючи потенціал кожної особистості.

Викладачі стимулюють критичне мислення, творчий підхід до вивчення предметів та сприяють самостійному опануванню знань. Тренери, у свою чергу, сприяють формуванню фізичної активності, вмінь співпрацювати в команді, розвивають волюві якості та дисципліну через спортивну діяльність.

Українські науковці (О. Блошенко, О. Коваль, Л. Троць) також підкреслює важливість ролі викладачів та тренерів у формуванні гармонійної особистості студента. Викладачі в Україні також акцентують на важливості забезпечення якісної академічної підготовки та освіти, сприяють розвитку інтелектуальних і творчих здібностей студентів. Тренери в Україні зосереджуються на підготовці студентів-спортсменів, формуючи спортивні навички, допомагають розвивати дисциплінованість, відповідальність та взаємодію в команді [2; 18; 58].

Роль викладачів та тренерів є важливим поняттям дослідження через їх ключовий вплив на формування фізичної та інтелектуальної активності, здорового способу життя та соціокультурної адаптації студентів. Викладачі та тренери стають фасилітаторами фізичного і психологічного розвитку, активно сприяючи здобуттю знань і умінь, які необхідні для формування зрілої особистості. Роль викладачів та тренерів в університетському середовищі має потужний вплив на формування цінностей студентів, їхніх переконань та ментальних установок [343]. Якщо викладачі акцентують національні та глобальні цінності, то тренери сприяють розвитку спортивного духу, колективності та взаємоповаги у студентських командах. Таким чином, дослідження ролі викладачів та тренерів є важливим аспектом у контексті розроблення ефективних підходів та програм виховання студентів через фізичну культуру. Врахування їхнього впливу допомагає визначити оптимальні методи і прийоми для забезпечення інтегрованого розвитку студентів, які б сприяли їхньому успішному функціонуванню як у навчальному, так і у спортивному аспектах.

Ще одним важливим поняттям є *педагогічні технології*. Аналіз досліджень українських вчених (В. Паламарчук, О. Барановська, А. Каленський, Г. Поберезська) дозволяє визначити педагогічні технології як систему методів, прийомів, інструментів та підходів, що використовуються в освітньому процесі з метою забезпечення оптимального навчання, розвитку та виховання учнів чи студентів. Вони передбачають об'єднання теорії та практики, інноваційних підходів та передового досвіду з метою досягнення поставлених педагогічних цілей [16, 48, 50]. У США, педагогічні технології часто розглядаються як інноваційні підходи до навчання, що базуються на використанні сучасних технологій, інформаційних ресурсів та інтерактивних методів. Вони орієнтовані на залучення студентів до активного навчання, розвитку критичного мислення, творчості та самостійності [381]. У США великий акцент покладається на використання комп'ютерних технологій, онлайн-ресурсів, веб-платформ та інтерактивних програм для забезпечення якісного навчання та розвитку студентів.

Українська наука також визнає значення педагогічних технологій, але більше увагу на комплексному підході до навчання та виховання, що включає не лише сучасні технології, але й традиційні методи, які враховують особливості національної освітньої системи та культурного контексту [48, с. 63]. В Україні також звертають увагу на розвиток інноваційних підходів до педагогічної діяльності, але можуть враховувати більше соціокультурних факторів та індивідуальних особливостей студентів.

Педагогічні технології є одним з центральних понять у нашому дослідженні через їх визначальний вплив на організацію і проведення занять з фізичної культури, навчання та розвитку спортивних умінь та здібностей студентів. Використання сучасних педагогічних технологій допомагає підвищити ефективність навчального процесу, забезпечити індивідуалізацію та адаптацію навчання до потреб і можливостей кожного студента. У дослідженні фізичної культури студентів в університетах США, застосування педагогічних технологій сприяє створенню стимулюючого навчального

середовища, сприяє активній участі студентів у заняттях, розвиває їхній інтерес до фізичної культури та спорту. Впровадження інноваційних педагогічних підходів може сприяти зростанню мотивації студентів до занять фізичною культурою, збільшенню залученості до спортивних заходів та фізкультурних активностей. Також, педагогічні технології дозволяють університетам ефективніше впроваджувати інноваційні програми та методичні підходи до навчання та розвитку студентів. Це дає змогу створювати адаптовані до потреб сучасного студентства освітні програми, забезпечувати доступність навчання та виховання для різних категорій студентів, незалежно від їхнього рівня фізичних підготовки, здібностей чи інтересів.

Отже, педагогічні технології є важливим інструментом дослідження в області фізичної культури студентів в університетах США, оскільки вони дозволяють забезпечити якісне та ефективне виховання через фізичну активність, сприяють розвитку здорового способу життя та підвищенню академічного прогресу студентів. Використання педагогічних технологій допомагає створити сприятливі умови для комплексного розвитку особистості студента, формування громадянської свідомості та культури здоров'я.

Ще одним поняттям дослідження є *організація занять з фізичної культури*. Аналіз робіт вітчизняних вчених (Т. Дегтяренко, І. Войтович, В. Войтович, В. Петрович, Р. Яготін) дозволив визначити організацію занять з фізичної культури як систематичне планування, структурування та проведення спортивних занять з метою розвитку фізичних здібностей, забезпечення фізичної активності студентів, сприяння формуванню здорового способу життя та розвитку спортивних навичок [4, 8]. Організація занять передбачає використання різноманітних педагогічних методів, спеціальних технологій, обладнання та спортивного інвентарю для досягнення навчальних та виховних цілей фізичної культури.

Згідно досліджень П. Челадурай (P. Chelladurai) в США, організація занять з фізичної культури може бути розглянута з орієнтацією на стимулювання фізичної активності студентів та забезпечення різноманітних можливостей для участі в спортивних заходах та активних іграх. Організація занять у фізичній культурі в США спрямована на забезпечення різностороннього фізичного розвитку студентів, формування здорового способу життя та популяризацію спортивної культури серед студентства. Українська наука також враховує організацію занять з фізичної культури як ключовий аспект виховання та розвитку студентів [122]. В Україні організація занять може бути спрямована на розвиток спортивних навичок та підготовку студентів-спортсменів, а також на стимулювання фізичної активності і формування культури здорового способу життя серед студентської спільноти.

Організація занять з фізичної культури є важливим поняттям нашого дослідження через його роль у створенні сприятливих умов для розвитку фізичної активності, здорового способу життя та соціокультурної адаптації студентів. Організація занять допомагає забезпечити систематичний розвиток фізичних якостей студентів, формування вмінь та навичок у різних видах спорту та фізкультурних активностях. Правильно організовані заняття з фізичної культури стимулюють інтерес студентів до занять спортом, сприяють підтримці їхнього фізичного та психологічного здоров'я, допомагають знижувати ризик виникнення хронічних захворювань та підвищувати рівень життя. Крім того, організація занять стимулює позитивну взаємодію студентів в колективі, формує командний дух, виховує дисциплінованість та відповідальність. Отже, організація занять з фізичної культури є важливим аспектом дослідження теоретичних та методичних засад виховання фізичної культури студентів в університетах США, оскільки вона визначає ефективність та результативність фізичного розвитку та виховання студентської молоді. Використання оптимальних методів та організаційних підходів сприяє формуванню активної життєвої позиції,

розвитку фізичних здібностей, підвищенню мотивації до фізичної активності та досягненню успіхів у спорті для студентів.

Важливе значення для розкриття теми дослідження має поняття *розвитку фізичних здібностей студентів*, що в українській науці розглядається переважно в контексті різних видів спорту (В. Мелюшкіна, П. Рибалко, І. Самохвалова, С. Хоменко) і визначається як систематичний процес формування та покращення фізичних якостей, спортивних здібностей та навичок у студентів з метою досягнення оптимального рівня фізичної підготовки, забезпечення здорового способу життя та успішного виконання фізичних завдань у різних спортивних дисциплінах [53; 55]. Розвиток фізичних здібностей передбачає використання різноманітних спортивних тренувань, спеціальних вправ, фізичних впливів та інноваційних підходів для досягнення найкращих результатів у фізичних здібностях студентів.

У США, розвиток фізичних здібностей студентів може бути розглянутий як процес, спрямований на розвиток різних фізичних якостей, таких як сила, швидкість, витривалість, гнучкість та координація. Великий акцент може бути зроблений на індивідуалізацію тренувальних програм та використання різних методик для підвищення ефективності навчання та розвитку фізичних здібностей студентів. Розвиток фізичних здібностей може бути спрямований як на підтримку активного спортивного життя, так і на забезпечення загального фізичного благополуччя [200].

Українська наука також акцентує увагу на розвиток фізичних здібностей студентів, враховуючи національні особливості фізкультурної практики та спортивної культури. Зокрема, розвиток фізичних здібностей може включати як загальнофізичні навички, так і спортивно-спеціалізовані вміння в певних дисциплінах. Українська наука може підкреслювати важливість фізичної підготовки студентів для їхнього активного участі в різних фізкультурних заходах та спортивних змаганнях [53].

Розвиток фізичних здібностей студентів є важливим аспектом нашого дослідження, оскільки це визначально впливає на якісний рівень фізичного

виховання та фізкультурної активності студентської молоді. Розвиток фізичних здібностей сприяє не лише формуванню спортивних навичок та вмінь у студентів, але й забезпечує їхнє загальне фізичне та психологічне благополуччя. Студентська молодь має великий потенціал у розвитку фізичних здібностей, і правильна організація тренувань та занять з фізичної культури є ключовим аспектом у досягненні оптимальних результатів. Вивчення педагогічних та тренувальних підходів до розвитку фізичних здібностей студентів університетів США дозволяє знайти ефективні методики та стратегії, які забезпечують розвиток фізичних здібностей у всебічному аспекті. Крім того, розвиток фізичних здібностей студентів відображає спрямованість на створення здорової, активної та високопродуктивної студентської спільноти, що має важливе значення для суспільства в цілому.

*Мотивація до фізичної активності* – ще одне важливе поняття дисертаційного дослідження. В роботах українських дослідників (В. Банах, Т. Синиця, Л. Шестерова) воно визначається як внутрішнє прагнення та інтерес студентів до зайняття фізичними вправами, спортом або руховою активністю. Це є динамічним процесом, що визначається особистісними цілями, потребами та цінностями студентів, а також зовнішніми факторами, які впливають на їхню фізкультурну поведінку [1; 62]. Мотивація може бути позитивною, коли студенти відчують задоволення та насолоду від фізичної активності, або негативною, коли фактори обмежують їхню готовність до занять спортом чи фізичними вправами.

У США, поняття «мотивація до фізичної активності» може розглядатися з позицій психологічного аспекту (К Оуен (K. Owen), Б. Сміт (B. Smith)), який акцентує увагу на внутрішніх мотивах, інтересах та потребах студентів, що спонукають їх до занять спортом та фізичними вправами. Високий рівень мотивації до фізичної активності в США пов'язаний з культурою фізичної активності та спорту, активною спортивною інфраструктурою та сприятливою атмосферою до фізичної

активності в університетському середовищі [303, с. 274]. В Україні, зазначений аспект мотивації до фізичної активності доповнюється зв'язками з національно-культурними традиціями (І. Степанова, Є. Федоренко), що впливають на сприйняття фізичної культури та спорту студентами [57]. Мотивація до фізичної активності може бути зв'язана з прагненням до самореалізації, соціальними факторами, збереженням здоров'я та активного способу життя.

Мотивація до фізичної активності є важливим поняттям у дослідженні через свою пряму залежність від активності студентів у спорті та фізичних заняттях. Вивчення мотивації дозволяє зрозуміти, які фактори впливають на рішення студентів про участь у фізичних заходах та заняттях спортом. Знання про мотивацію дає змогу розробляти ефективні методики та стратегії, які стимулюватимуть студентів до фізичної активності, підвищуватимуть їхню активність та сприятимуть збереженню здорового способу життя. Окрім того, розуміння мотивації може допомогти у визначенні найефективніших підходів до популяризації фізичної культури серед студентської молоді, що має важливе значення для створення здорових та активних студентських спільнот університетів.

Ще одне поняття, яке заслуговує особливого аналізу – це *вплив фізичної культури на здоров'я студентів*. В роботах українських вчених (Е. Єрмоєнко, І. Зеніна, Н. Гаврилова, Н. Кузьменко) воно визначається як комплексний процес взаємодії фізичної активності та спорту з організмом студента, що призводить до покращення фізичного, психічного та соціального благополуччя [11; 15]. Це включає позитивний вплив фізичної активності на функціонування серцево-судинної, дихальної та м'язово-скелетної систем організму, забезпечення нормальної маси тіла та зниження ризику розвитку хронічних захворювань. Вплив фізичної культури на здоров'я студентів також може зміцнювати психічний стан, підвищувати рівень самооцінки та позитивно впливати на соціальні відносини.



У США, підхід до визначення впливу фізичної культури на здоров'я студентів базується на широкому спектрі досліджень та даних щодо впливу різних видів фізичної активності на здоров'я. Такі дослідження акцентують увагу на ролі регулярної фізичної активності у попередженні серцево-судинних захворювань, цукрового діабету, ожиріння та інших хронічних захворювань (Т. Делієнс, (T. Deliens)) [135]. Крім того, визначення впливу фізичної культури на здоров'я студентів включає дослідження її впливу на психічне благополуччя, стресостійкість та якість життя. Українська наука також акцентує увагу на впливі фізичної культури на здоров'я студентів. Відповідні дослідження можуть зосереджуватися на ролі рухової активності у попередженні хронічних захворювань та поліпшенні фізичних показників студентів. Крім того, українська наука вивчає вплив різних видів фізичної активності та спортивних тренувань на психологічний стан студентів та їхню соціальну адаптацію [11].

Вплив фізичної культури на здоров'я студентів є важливим поняттям дослідження через його безпосередній зв'язок зі здоров'ям та добробутом студентської молоді. Вивчення впливу фізичної активності на здоров'я студентів дозволяє розробляти програми та підходи до фізичного виховання, спрямовані на підтримку та покращення здоров'я студентської спільноти. Крім того, знання про вплив фізичної культури на здоров'я впливає на популяризацію здорового способу життя серед студентів та стимулює їх до більш активної спортивної активності. Також, дослідження впливу фізичної культури на здоров'я студентів має важливий науковий аспект, адже дозволяє розкрити підґрунтя взаємозв'язку між фізичною активністю та здоров'ям людини, а також ідентифікувати ефективні стратегії впровадження фізичної культури в освітні процеси університетів. Враховуючи роль здоров'я в академічних досягненнях та якості життя студентів, вивчення впливу фізичної культури на їхнє здоров'я стає актуальною задачею для університетської науки та практики.

Останнім поняттям, що знаходиться в центрі дисертаційного дослідження є *оцінка ефективності виховання фізичної культури університетських студентів* – це процес систематичного збирання, аналізу та інтерпретації даних з метою оцінки досягнення поставлених цілей в галузі фізичного виховання студентів. Вона має на меті визначити ефективність навчальних програм, методик та підходів до фізичної підготовки студентів, а також оцінити позитивні зміни у фізичному стані, спортивних досягненнях та психосоціальному благополуччі студентів через участь у фізкультурних заходах та спортивних змаганнях [7]. В США, оцінка ефективності виховання фізичної культури університетських студентів може здійснюватися з використанням різних підходів. Одним із таких підходів є вимірювання фізичних параметрів студентів (таких як здоров'я серцево-судинної системи, маса тіла, фізичні показники тощо) до та після участі у спортивних заняттях або програмах фізичного виховання (С. Вільямс (S. Williams), Е. Лейсі (A. Lacy)) [406]. Інший підхід – це аналіз психологічних та соціальних показників студентів, таких як рівень мотивації, самооцінки, задоволеності життям тощо (Н. Нуманіс (N. Ntoumanis), Е. Квестед (E. Quested), Дж. Рів (J. Reeve)), що дозволяє оцінити вплив фізичної культури на їхнє психосоціальне благополуччя [296].

Оцінка ефективності виховання фізичної культури університетських студентів є важливим поняттям дисертаційного дослідження, оскільки вона дозволяє з'ясувати ефективність різних підходів до фізичного виховання та спортивної діяльності у студентському середовищі. Результати оцінки можуть бути використані для вдосконалення навчальних програм, розробки більш ефективних педагогічних та методичних підходів, а також для встановлення пріоритетів у розвитку фізкультурних програм та спортивних заходів університетів. Детальний аналіз ефективності виховання фізичної культури студентів допомагає визначити ті області, де необхідно вдосконалити діяльність, а також виявити найбільш успішні практики, що можуть бути застосовані в інших університетах. Відповідно, знання про

оцінку ефективності допомагає впроваджувати фізичну культуру як важливий елемент виховання студентів, підвищуючи їхню фізичну активність та сприяючи покращенню здоров'я та здорового способу життя. Таким чином, оцінка ефективності виховання фізичної культури університетських студентів має важливе значення для розробки та впровадження оптимальних стратегій виховання та фізичного розвитку студентів університетів.

Фізична культура, виховання студентів та університетське середовище становлять основу дисертаційного дослідження. Вони представляють систему фізичного розвитку, педагогічного процесу та освітнього середовища, в якому здійснюється виховання студентів університетів, спрямоване на активний та здоровий спосіб життя [28].

Методологічні підходи, педагогічні технології та оцінка ефективності виховання є інструментами дослідження, що допомагають розкрити суть фізичної культури та її вплив на студентів. Ці підкатегорії допомагають аналізувати методи дослідження, використовувані педагогами та науковцями для вдосконалення процесу виховання.

Роль викладачів та тренерів, організація занять з фізичної культури, розвиток фізичних здібностей студентів, мотивація до фізичної активності та вплив фізичної культури на здоров'я студентів представляють практичний аспект дослідження. Вони визначають фактори, що впливають на якість та ефективність фізичного виховання університетських студентів.

Ці підвиди понятійних конструктів дослідження визначають комплексний підхід до вивчення фізичної культури та виховання студентів у США, що дозволяє з'ясувати сутність інтеракцій між педагогічним процесом, фізичним розвитком та здоров'ям студентів. Дослідження цих понять допомагає розробляти наукові підґрунтя для покращення педагогічних практик університетського фізичного виховання та сприяє збереженню та зміцненню здоров'я студентів.

### **1.3. Теоретичні основи системи виховання фізичної культури студентів в університетах США**

Вивчення теоретичних основ системи виховання фізичної культури студентів в університетах США є критичним елементом для забезпечення якісного і цілеспрямованого виховання молоді. Теоретичні основи дослідження визначають фундаментальні принципи, підходи та стратегії, на яких базується практика фізичного виховання студентів. Вони надають наукове обґрунтування та методологічні засади для розробки ефективних педагогічних практик, які сприяють гармонійному розвитку особистості та фізичних здібностей студентів. Вивчення теоретичних основ системи виховання фізичної культури допомагає зрозуміти, що фізичне виховання не обмежується лише фізичними вправами та тренуваннями, але є більш комплексним процесом, що враховує психологічний, соціальний та емоційний аспекти. Це сприяє розумінню глибинних принципів розвитку особистості та допомагає педагогам та тренерам підходити до кожного студента індивідуально, враховуючи його потреби та можливості. Крім того, вивчення теоретичних основ системи виховання фізичної культури дає змогу розробити інноваційні підходи та методики, що відповідають сучасним викликам та технологічним можливостям. Це важливо в умовах постійного розвитку науки та технологій, а також швидких змін у суспільстві та культурі [30]. Також, засвоєння теоретичних знань дозволяє педагогам та тренерам розробляти індивідуальні програми фізичної підготовки, адаптовані до різних категорій студентів, таких як спортивні команди, аматори, люди з інвалідністю та інші. Це сприяє підвищенню якості виховання та розвитку гнучких підходів до різних потреб студентів.

Однією з головних переваг вивчення теоретичних основ є також можливість проведення наукових досліджень у галузі фізичного виховання. Це сприяє розвитку наукової бази, популяризації наукових досліджень та стимулює формування наукових кадрів у галузі фізичної культури. Таким

чином, вивчення теоретичних основ системи виховання фізичної культури студентів в університетах США є необхідною передумовою для розвитку ефективних педагогічних практик, інноваційних підходів та наукового прогресу у галузі фізичної культури. Вони створюють основу для комплексного та глибокого розуміння процесу виховання студентів через фізичну активність та сприяють покращенню якості фізичної підготовки молоді в університетському середовищі.

Вивчення теорій, на яких ґрунтується система виховання фізичної культури в США, може бути надзвичайно корисним для українських педагогів з багатьох причин. По-перше, американська система виховання фізичної культури є однією з найбільш розвинених і структурованих у світі. Вивчення теорій, що лежать в основі цієї системи, дозволить українським педагогам ознайомитись з передовими методиками, програмами та підходами до фізичного виховання студентів. Засвоєння цих знань може сприяти підвищенню якості фізичного виховання в українських університетах. По-друге, вивчення американських теорій може надати українським педагогам нові ідеї та інсайти щодо розвитку фізичних здібностей студентів, їх мотивації до фізичної активності та забезпечення їхнього здоров'я. Ці аспекти виховання студентів стають все більш актуальними в умовах сучасного світу, де здоровий спосіб життя та активна фізична діяльність стають дедалі важливішими. По-третє, аналіз та вивчення американських теорій допоможе українським педагогам зрозуміти та адаптувати досвід зарубіжних колег до власних умов та специфіки національного освітнього середовища. При цьому, українські педагоги можуть вільно вибирати та адаптувати ті методи та практики, які найкращим чином відповідають українським реаліям, традиціям та потребам студентів.

Вивчення теорій, на яких базується система виховання фізичної культури в США, сприятиме професійному зростанню та розвитку українських педагогів. Воно дозволить впроваджувати інновації у практику фізичного виховання, покращувати організацію та методи проведення занять,

сприяти підвищенню ефективності та результативності процесу виховання студентів університетів України. Все це сприятиме підготовці фахівців зі здоровим способом життя, активним ставленням до фізичної активності та готовністю до подолання сучасних викликів і завдань у суспільстві.

Система виховання фізичної культури студентів в університетах США ґрунтується на різноманітних теоріях та підходах, які сприяють розвитку фізичних здібностей, забезпечують здоровий спосіб життя та сприяють вихованню відповідальних та активних громадян. Декілька ключових теорій, на яких базується система виховання фізичної культури студентів в університетах США, включають такі:

1. *Гуманістична теорія*: цей підхід ставить у центр розвитку особистість студента, визнаючи значення самореалізації та самоактуалізації через фізичну активність. Виховання в цьому контексті спрямоване на розвиток позитивного самооцінювання, мотивації та задоволення від фізичної діяльності, що позитивно впливає на студентську особистість та підвищує її активність (К. Роджерс (C. Rogers), А. Маслоу (A. Maslow)).

2. *Соціокультурна теорія*: цей підхід визнає роль соціокультурного середовища у формуванні фізичної культури студентів. Університетське середовище, зокрема спортивні команди, клуби та спортивні події, впливають на формування ціннісних орієнтацій та взаємодію студентів. Інтеграція фізичної культури в культурний контекст сприяє розумінню цінностей та довірі між студентами (Дж. Г. Мід (G. H. Mead), Еміль Дьюркгайм (E. Durkheim), Дж. Дюї (J. Dewey)).

3. *Теорія самоорганізації та саморегуляції*: Ця теорія підкреслює важливість самоорганізації та саморегуляції фізичної активності студентів. Вільний вибір спортивних діяльностей, інтересів та самостійний контроль над фізичною активністю сприяє створенню внутрішньої мотивації та активності студентів у власному фізичному розвитку (С. Кауфман (S. Kauffman), К. Ленгтон (C. Langton), Д. Хебб (D. Hebb)).

4. *Теорія соціального капіталу*: Ця теорія ставить акцент на важливості соціальних зв'язків та мереж у формуванні фізичної культури студентів. Участь у спортивних командах, спільних заняттях та спортивних заходах сприяє зміцненню соціальних зв'язків, підтримці та позитивному впливу підтримки оточуючих (Р. Путнам (R. Putnam), Н. Лін (N. Lin), Ф. Фукуяма (F. Fukuyama), Дж. Коулман (J. Coleman)).

Ці теорії та підходи взаємодіють у системі виховання фізичної культури студентів університетів США, сприяючи розвитку комплексної та цілісної підготовки студентів. Вони розкривають значущі аспекти виховання, що допомагають створити сприятливі умови для розвитку фізичних здібностей, здорового способу життя та гармонійного розвитку особистості студента в університетському середовищі.

*Гуманістична теорія* – це один із підходів у психології та соціальних науках, який ставить на перше місце людину і її потреби, цінності та можливості [396, с. 154]. Цей підхід акцентується на розвитку особистості, самоактуалізації, пошуку сенсу життя, пізнання своїх потенційних можливостей та досягненні повноцінності. Гуманістична теорія виникла як реакція на тодішній домінуючий психоаналітичний та поведінковий підходи, які зосереджувались на вивченні поведінки з точки зору негативних драйверів або впливу зовнішніх стимулів на людину. У контексті гуманістичної теорії, вивчення особистості набуває позитивного забарвлення, а сама особистість розглядається як активний суб'єкт, здатний вирішувати проблеми, розвиватися та досягати свого потенціалу.

Основні ідеї гуманістичної теорії включають:

1. Акцент на індивідуальному досвіді. Гуманістичні психологи покладають великий акцент на внутрішній світ особистості, її переживання, потреби та цінності.

2. Аутентичність і самореалізація. Важливою цінністю є розвиток особистості, виявлення внутрішніх можливостей, досягнення своєї повноцінності та самовираження.

3. Визнання гідності кожної особистості. Гуманістична теорія підкреслює важливість поваги до кожної людини, її право на вибір та самоактуалізацію.

4. Самосвідомість. Розвиток особистості пов'язаний з пізнанням себе, своїх потреб, цінностей та можливостей.

5. Емпатія і сприяння. Гуманістичний підхід покликаний сприяти розвитку співчуття, емпатії та підтримки, що допомагає людям вирішувати свої проблеми та розвиватися [396, с. 156].

Гуманістична теорія має застосування в психотерапії, освіті, управлінні та бізнесі, а також в розвитку соціальних програм і підходів, спрямованих на підтримку та розвиток індивідуального потенціалу та гідності кожної людини. Гуманістична теорія зосереджується на індивідуальних потребах, цінностях та досвіді кожної людини. У контексті виховання фізичної культури студентів в США, цей акцент на індивідуальному досвіді відіграє важливу роль у створенні ефективних та збалансованих програм фізичного виховання. По-перше, підхід гуманістичної теорії враховує різноманітні потреби студентів. Кожен студент унікальний, і має власні вподобання, інтереси, фізичні здібності та обмеження. Індивідуалізація підходу дозволяє адаптувати програми фізичної культури до потреб кожного студента, що збільшує мотивацію до занять та сприяє позитивному ставленню до фізичної активності. По-друге, гуманістичний підхід сприяє розвитку самосвідомості та самореалізації студентів. Фізичне виховання стає не лише способом досягнення фізичних результатів, але й можливістю виявлення та розвитку власного потенціалу. Школи та університети в США, що застосовують гуманістичний підхід у фізичному вихованні, забезпечують учасникам можливість обирати активності та програми, що найбільше відповідають їхнім індивідуальним інтересам та потребам, що сприяє розвитку ініціативності та самостійності. По-третє, гуманістична теорія сприяє розвитку позитивного ставлення до фізичної активності. Засади гуманістичної психології, такі як емпатія, сприяння, підтримка, розуміння та



повага, застосовуються у взаємодії зі студентами, стимулюючи їхню мотивацію та прагнення до розвитку фізичних здібностей. Педагоги та тренери, які спираються на гуманістичний підхід, створюють сприятливий клімат довіри та взаєморозуміння, що сприяє ефективному вихованню фізичної культури. Загалом, акцент на індивідуальному досвіді в рамках гуманістичної теорії дозволяє забезпечити виховання фізичної культури в університетах США, що відповідає потребам та інтересам студентів. Цей підхід сприяє позитивному ставленню до фізичної активності, розвитку самосвідомості та самореалізації студентів, а також створює сприятливі умови для розвитку їхнього потенціалу та здоров'я.

Американський дослідник Р. Родес (R. Rhodes) відзначає, що акцент на індивідуальному досвіді при вихованні фізичної культури у студентів в США проявляється у різних аспектах, де враховуються індивідуальні потреби та можливості студентів. Ось кілька прикладів:

1. Індивідуальні програми тренувань. В багатьох університетах США, фізичні тренери та викладачі проєктують індивідуальні програми тренувань для студентів. Ці програми забезпечують урахування фізичних здібностей, цілі, потреб та рівня фізичної підготовки кожного студента. Такий підхід дозволяє забезпечити оптимальні умови для розвитку кожного студента відповідно до його індивідуальних можливостей.

2. Вибір активностей. Університети США часто надають студентам можливість обирати з різних видів фізичної активності. Студенти можуть вибирати між груповими заняттями, індивідуальними тренуваннями, спортивними командами, танцями, йогою та іншими активностями, які відповідають їхнім інтересам та потребам. Такий підхід допомагає створити стимулююче та задовільне середовище для фізичної активності, що збільшує мотивацію студентів.

3. Оцінка прогресу. В системі виховання фізичної культури університетів США часто використовуються індивідуальні методи оцінки прогресу студентів. Замість однакових стандартів для всіх, прогрес студентів

вимірюється відносно до їхніх початкових можливостей та здобутих результатів. Це допомагає стимулювати самореалізацію, підвищує самооцінку та залучає студентів до активної участі у своєму фізичному розвитку.

4. Підтримка та наставництво. Викладачі та тренери університетів США забезпечують індивідуальну підтримку та наставництво студентів. Вони допомагають студентам управляти своїми цілями, підтримувати мотивацію та розвивати довіру до своїх здібностей. Ця індивідуальна підтримка стимулює успішні результати та створює сприятливий клімат для розвитку фізичної культури [325, с. 105-107].

Таким чином, акцент на індивідуальному досвіді у системі виховання фізичної культури студентів в США допомагає створити індивідуально орієнтовані, мотивуючі та успішні програми, які відповідають потребам кожного студента. Це сприяє позитивному ставленню до фізичної активності, підвищує самооцінку та самосвідомість студентів та сприяє розвитку їхнього потенціалу.

Колектив авторів під керівництвом У. Фалкао (W. Falcao) відзначає, що акцент на аутентичності та самореалізації в системі виховання фізичної культури у студентів в США відіграє важливу роль у створенні сприятливого та ефективного навчального середовища [152, с. 611]. Особливо в університетах, де студенти мають різні інтереси, потреби та цілі, підхід, спрямований на аутентичність і самореалізацію, дозволяє залучити та мотивувати кожного студента індивідуально до розвитку фізичних здібностей та активного способу життя.

Аутентичність у контексті виховання фізичної культури в США означає визнання та підтримку індивідуальних особливостей та інтересів кожного студента. Фізична культура надає можливість студентам вибирати активності, які відповідають їхнім уподобанням та потребам. Наприклад, студент, який цікавиться танцями, може обрати групові заняття з танцю, тоді як інший студент, який більше зацікавлений у фітнесі, може приєднатися до

спортзалу або індивідуальних тренувань. Такий підхід дозволяє студентам займатися фізичною активністю з ентузіазмом та задоволенням, що позитивно впливає на їхнє фізичне та психологічне благополуччя.

Самореалізація, яка є ще однією важливою складовою системи виховання фізичної культури, стимулює студентів до активного розвитку та досягнення свого потенціалу у фізичній сфері [152, с. 615-616]. Кожен студент має унікальні здібності та можливості, і виховання фізичної культури спрямовується на пошук та розвиток їхніх сильних сторін, розкриваючи їхні таланти. Викладачі та тренери активно сприяють саморозвитку студентів, підтримуючи їх у пошуку своїх цілей та допомагаючи переступити бар'єри. Такий підхід до виховання фізичної культури в США сприяє розвитку студентів, які не лише володіють фізичною силою і майстерністю, а й мають внутрішню мотивацію до постійного самовдосконалення. Кожен студент знаходить відчуття цінності та значущості своїх зусиль у розвитку фізичної культури, що сприяє формуванню здорового стилю на протязі усього життя. Індивідуальний підхід на підтримку аутентичності та самореалізації студентів стає ключовим для впровадження ефективної системи виховання фізичної культури, яка стимулює розвиток студентів в університетах США.

Акцент на аутентичності і самореалізації у вихованні фізичної культури у студентів в США може проявлятися через різноманітні підходи та програми, які надають студентам можливість розвиватися та виявляти свої таланти в спортивних діяльностях та фізичних заняттях. Ось кілька прикладів:

1. Вибіркові спортивні програми. Університети в США часто надають студентам можливість обирати спортивні програми за своїм інтересом. Наприклад, студенти можуть обрати заняття з футболу, баскетболу, волейболу, тенісу, плавання або інших видів спорту залежно від своїх уподобань та попереднього досвіду. Це дозволяє студентам займатися тим, що їх цікавить найбільше, і розвивати свої спортивні здібності.

2. Клубні та інтрамуральні спортивні ліги. Університети організовують клубні та інтрамуральні спортивні ліги, де студенти можуть змагатися в командах або індивідуально. Ці ліги дають можливість студентам виявити свої спортивні здібності і лідерські якості, а також забезпечують атмосферу сприяння взаємодії та командної роботи.

3. Фітнес-центри та групові заняття. Багато університетів мають добре обладнані фітнес-центри та пропонують різноманітні групові заняття, такі як йога, зумба, пілатес тощо. Студенти можуть вибрати заняття, які відповідають їхнім потребам та інтересам, що сприяє активному способу життя та підтримує фізичне та психологічне здоров'я.

4. Індивідуальні тренування. Деякі університети надають можливість студентам отримувати індивідуальні тренування від професійних тренерів. Це допомагає студентам розвивати свої особисті фітнес-цілі та отримувати індивідуальну підтримку та підказки для досягнення найкращих результатів.

Такі підходи до виховання фізичної культури сприяють розвитку особистості студента, допомагаючи йому виявити свої інтереси, сильні сторони та цінності. Акцент на аутентичності та самореалізації допомагає студентам не лише досягати фізичних цілей, а й розвивати самосвідомість, підвищувати мотивацію та підтримувати позитивне ставлення до здорового способу життя.

С. Тангней (S. Tangney) відзначає, що, визнання гідності кожної особистості є ключовим аспектом гуманістичного підходу в системі виховання фізичної культури студентів у США [372, с. 267]. Цей принцип базується на переконанні, що кожна людина має індивідуальні цінності, права та потреби, які повинні бути поважні і враховані в процесі навчання та виховання. Забезпечення гідності кожної особистості має декілька важливих аспектів, які сприяють вихованню фізичної культури. По-перше, акцент на гідності допомагає створити сприятливе та підтримуюче середовище для студентів. В університетах США студенти відчувають себе важливими та повністю прийнятими в своїй індивідуальності, що сприяє формуванню

позитивної самооцінки та підтримує їхній моральний дух. Це робить процес виховання фізичної культури приємним та мотивуючим, що сприяє активній участі студентів у спортивних та фітнес-заняттях. По-друге, гідність кожної особистості підтримує інклюзивний підхід до виховання фізичної культури [31]. Університетська система США активно пропагує різноманітність і включення, забезпечуючи рівний доступ до спортивних можливостей та фітнес-активностей для всіх студентів, незалежно від статі, раси, фізичних можливостей чи інших характеристик. Це розвиває у студентів толерантність, розуміння та повагу до інших, що сприяє створенню сприятливого спортивного середовища. По-третє, визнання гідності студентів сприяє їхньому особистому зростанню та розвитку. У контексті фізичної культури, це означає розвиток у студентів самодисципліни, самостійності та відповідальності за своє здоров'я та фізичну активність. Вони мають можливість обирати та розвивати свої фізичні здібності, а також ставити перед собою нові спортивні цілі та досягати їх. Такий підхід сприяє розкриттю потенціалу студента і формує в нього активний ставлення до здорового способу життя на протязі усього життя.

Таким чином, акцент на гідності кожної особистості в системі виховання фізичної культури у студентів в США стимулює студентів до активності, підвищує їхню самосвідомість та сприяє їхньому особистому зростанню та розвитку. Відповідно до гуманістичних цінностей, виважений підхід до кожного студента сприяє позитивному сприйняттю фізичної культури як важливої складової їхнього університетського досвіду та здорового способу життя.

Згідно досліджень Р. Дікінсона (R. Dickinson) акцент на самосвідомості грає важливу роль в системі виховання фізичної культури студентів у США, сприяючи їхньому особистому розвитку та залученню до фізичної активності. Самосвідомість – це усвідомлення студентами своєї особистості, здібностей, мети життя та значення здорового способу життя. При цьому, самосвідомість набуває індивідуального характеру і відображає особистісні

особливості кожного студента [136]. В контексті фізичної культури, акцент на самосвідомості дозволяє студентам розуміти важливість фізичної активності для збереження здоров'я, покращення якості життя та досягнення особистих цілей. Студенти, які мають розвинуту самосвідомість, усвідомлюють, що їхні фізичні дії і звички мають вплив на їхнє самопочуття, енергетику та психологічний стан. Це стимулює їх до активної участі у фітнесі, спорті та інших фізичних активностях, які забезпечують не лише фізичне здоров'я, але й позитивний емоційний настрій. Крім того, акцент на самосвідомості сприяє розвитку цілеспрямованих і відповідальних студентів, які більш самостійно визначають свої фізичні цілі та плани. Самосвідомі студенти знають, які фізичні заняття та вправи відповідають їхнім потребам і бажанням, а також що їх мотивує до досягнення спортивних цілей. Такий підхід сприяє підвищенню мотивації та залученню до регулярної фізичної активності, що має позитивний вплив на їхнє здоров'я та самопочуття.

Зосередження на самосвідомості також допомагає студентам розвивати навички саморефлексії та самоконтролю. Вони усвідомлюють свої сильні та слабкі сторони у фізичній активності та вміють аналізувати свої досягнення. Це дає змогу планувати дії для покращення та досягнення нових успіхів у спортивних заняттях. Важливою частиною самосвідомості є також усвідомлення значення спілкування з тренерами та іншими спортивними партнерами, що підтримує колективний дух та підвищує мотивацію до спільних тренувань і змагань. У підсумку, акцент на самосвідомості сприяє позитивному підходу до виховання фізичної культури у студентів в США. Розвинута самосвідомість студентів створює сприятливий фундамент для їхнього активного залучення до фізичної активності, забезпечуючи їхній особистий розвиток та збереження здоров'я. Впровадження такого підходу у навчальний процес в українських університетах може сприяти покращенню здоров'я та самопочуття студентів та формуванню культури здорового способу життя серед молоді.

Акцент на самосвідомості є важливим аспектом виховання фізичної культури у студентів в США і може бути реалізований через різні методи та підходи [157, с. 162]. Один з прикладів акцентуації на самосвідомості – це стимулювання студентів до розуміння своїх потреб, інтересів та цілей щодо фізичної активності. Університети в США можуть пропонувати студентам різноманітні опції занять і видів спорту, що дозволяє студентам виявити свої інтереси у фізичній активності та обирати те, що найбільше їм підходить. Цей підхід сприяє самосвідомості студентів, оскільки вони мають можливість обирати те, що їм дійсно подобається, і відчують задоволення від зайняття спортом або іншою фізичною активністю. Додатково, сприяння самосвідомості може бути досягнуто через постановку особистих цілей у фізичній культурі. Студентам надається можливість зробити свій індивідуальний план занять, визначити свої досягнення та стежити за прогресом у досягненні цих цілей. Такий підхід допомагає студентам бути більш усвідомленими щодо своїх потреб та сприяє самовизначеності в контексті фізичної активності. Ще одним прикладом акцентуації на самосвідомості може бути відкритий та сприйнятливий підхід до розвитку спортивних талантів у студентів. Деякі університети в США активно підтримують студентів, які хочуть пробувати себе в спортивних командах, навіть якщо вони не мали досвіду раніше. Це може стимулювати студентів бути більш самосвідомими стосовно своїх здібностей і мрій та спонукати їх спробувати щось нове, що може позитивно вплинути на їхній розвиток як особистостей.

Загалом, акцент на самосвідомості у вихованні фізичної культури у студентів в США допомагає стимулювати самопізнання та самовизначення студентів у контексті фізичної активності. Це дозволяє студентам розуміти свої потреби та вибирати ті методи та підходи, які найбільше відповідають їхнім індивідуальним особливостям. Такий підхід сприяє розвитку самостійності та мотивації до здорового способу життя, що є важливим аспектом виховання фізичної культури у студентів.

Роботи У. Фалкао (W. Falcão) з колегами вказують на те, що емпатія є важливим аспектом виховання фізичної культури у студентів в США, оскільки сприяє створенню позитивного та сприйнятливого середовища для навчання та викладання. Емпатія вимагає розуміння та співпереживання з почуттями та потребами інших людей, і в контексті фізичної культури це має велике значення [151, с. 282]. Викладачі та тренери, які виявляють емпатію до студентів, допомагають підтримати їхній інтерес до фізичної активності та сприяють позитивній мотивації для досягнення успіху. Розуміння потреб та індивідуальних особливостей студентів дозволяє підлаштовувати навчання та тренування під їхні потреби, що підвищує ефективність процесу виховання фізичної культури. Емпатія також сприяє формуванню позитивних міжособистісних взаємин між викладачами, тренерами та студентами. Вона допомагає створити атмосферу довіри та взаєморозуміння, що сприяє ефективній взаємодії між усіма учасниками освітнього процесу. Коли студенти відчувають, що їхні потреби та почуття розуміють та приймають, вони більш схильні до співпраці та активної участі у заняттях з фізичної культури.

Підходи, що акцентують на емпатії, також допомагають побороти можливі стереотипи та обмеження в сприйнятті різних типів студентів. Викладачі та тренери, які розуміють індивідуальні особливості та потреби різних студентів, забезпечують рівний доступ до фізичної активності та сприяють включенню всіх студентів незалежно від їхньої фізичної підготовки чи здібностей. Загалом, емпатія є ключовим елементом виховання фізичної культури у студентів в США, оскільки вона створює основу для позитивного та взаєморозуміння, підвищує мотивацію студентів та допомагає створити сприятливі умови для їхнього розвитку та успіху у фізичній активності. Викладачі та тренери, які виявляють емпатію, відіграють важливу роль у підтримці студентів у їхньому фізичному розвитку та допомагають сформуванню позитивний підхід до здорового способу життя.



Використання емпатії у вихованні фізичної культури у студентів в США проявляється на різних рівнях та в різних аспектах навчального процесу. Прикладом може бути взаємодія між викладачами та студентами під час занять з фізичної активності. Викладачі, які виявляють емпатію, можуть проявити розуміння та співпереживання до індивідуальних потреб та можливих обмежень студентів у здійсненні фізичних вправ або виконанні спортивних завдань. Вони можуть підлаштовувати план навчання та тренувань таким чином, щоб кожен студент мав змогу розвивати свої фізичні здібності на оптимальному рівні.

Також емпатія допомагає викладачам сприяти позитивній мотивації студентів до фізичної активності. Розуміння індивідуальних цілей та мотивацій кожного студента дозволяє знаходити способи зацікавити їх у заняттях та стимулювати до активної участі. Викладачі можуть використовувати позитивні підходи, підкреслюючи успіхи студентів та сприяючи розвитку їхньої впевненості у власних силах. Емпатія також має велике значення в розвитку міжособистісних взаємин у групах студентів. Викладачі сприяють створенню позитивного клімату, де кожен студент відчуває підтримку та розуміння соціального оточення. Це сприяє формуванню взаємної поваги, довіри та колективної відповідальності, що сприяє сталому інтересу до фізичної активності та сприятливим умовам для розвитку всіх студентів [137, с. 210]. Використання емпатії також допомагає побороти можливі стереотипи та обмеження, пов'язані з фізичною підготовкою чи здібностями студентів. Викладачі можуть уважно ставитися до потреб студентів різних фізичних здібностей та знаходити індивідуальний підхід до кожного з них. Це стимулює різнобічний розвиток і формує рівний доступ до фізичної активності незалежно від стартових можливостей.

Враховуючи зазначені приклади, можна відзначити, що емпатія у вихованні фізичної культури у студентів в США сприяє створенню позитивного навчального середовища, де кожен студент відчуває підтримку, мотивацію та можливості для особистого розвитку. Викладачі, які виявляють

емпатію, відіграють ключову роль у формуванні позитивних взаємин, підвищенні мотивації та підтримці студентів у їхньому фізичному розвитку. Цей підхід сприяє розвитку здорового способу життя та створює фундамент для досягнення успіху у фізичній активності на довгостроковій основі.

*Соціокультурна теорія* є одним з ключових підходів у соціології, психології та педагогіці, що досліджує взаємодію та взаємовплив соціальних та культурних чинників на поведінку, розвиток та формування особистості. Ця теорія покладає акцент на те, що людина формується під впливом соціальних умов та культурного оточення, а її поведінка, цінності, переконання та інтереси значною мірою залежать від соціокультурного контексту, в якому вона перебуває.

М. Рахматірад (M. Rahmatirad) в якості основних принципів соціокультурної теорії виділяє:

1. Соціальна взаємодія. Соціокультурна теорія підкреслює значення взаємодії між людьми, взаємовпливу та комунікації як важливого чинника у формуванні психологічних, культурних та соціальних аспектів особистості.

2. Культурний контекст. Теорія акцентує увагу на впливі культурних норм, цінностей, традицій, мовлення та інших аспектів культури на сприйняття та поведінку людини.

3. Соціокультурний розвиток. Соціокультурна теорія вивчає процеси соціокультурного розвитку суспільства та індивіда, а також взаємодію між ними.

4. Контекст культурних практик. Теорія досліджує вплив культурних практик та ритуалів на формування ідентичності та психічного стану особистості.

5. Культурна адаптація: Соціокультурна теорія вивчає, як людина адаптується до культурних норм і змін у соціокультурному середовищі [323].

У контексті виховання фізичної культури, соціокультурна теорія стимулює університети США розуміти різноманітність культур та соціальних груп студентів, а також пристосовувати підходи до навчання та виховання

відповідно до їх потреб та інтересів [271]. Це сприяє більш ефективному використанню фізичної культури як інструменту розвитку особистості, покращенню здоров'я та забезпеченню соціокультурної інтеграції студентів університетів США. Соціокультурна теорія має значний вплив на виховання фізичної культури в університетах США, оскільки вона акцентує увагу на взаємодії між людьми, соціальних нормах, культурних цінностях і суспільних структурах, що формують фізичну активність студентів. Ця теорія розглядає фізичну культуру як соціокультурне явище, що обумовлене контекстом суспільства, інституцій і групових норм.

Дж. Бенкс (J. Banks) відзначає, що одним із основних аспектів соціокультурної теорії, який впливає на виховання фізичної культури університетських студентів в США є підтримка соціокультурного різноманіття [86, с. 54-58]. Співвідношення етнічної, культурної та соціальної різноманітності в університетах збагачує середовище фізичної культури та сприяє розвитку культурно-прийнятного підходу до навчання та тренувань. Викладачі та тренери враховують різні культурні переконання і звичаї студентів, створюючи атмосферу взаємоповаги та сприяють розвитку різноманітних фізичних активностей, які відповідають інтересам та потребам різних культурних груп.

Крім того, соціокультурна теорія підкреслює важливість соціальних взаємин та взаємодії між учасниками процесу виховання [345, с. 247]. Вона наголошує на ролі співпраці та комунікації між викладачами, тренерами, студентами і іншими зацікавленими сторонами. Зацікавленість та активна участь усіх учасників сприяє підвищенню якості виховного процесу та створенню сприятливого клімату для фізичного розвитку студентів. Також соціокультурна теорія враховує вплив медіа, культурних символів та суспільних стереотипів на сприйняття фізичної активності. Університети США активно використовують медіа та інформаційні технології для просування фізичної культури та здорового способу життя серед студентів. Рекламні кампанії, спеціальні події, спортивні змагання і культурні фестивалі

сприяють популяризації фізичної активності та формуванню позитивного ставлення до неї.

Загалом, соціокультурна теорія ставить фізичну культуру в контекст суспільних і культурних реалій, дозволяючи більш глибоко розуміти фактори, що впливають на фізичний розвиток студентів. Завдяки цьому підходу виховання фізичної культури стає більш цілеспрямованим, ефективним та адаптованим до потреб сучасного суспільства і різноманітних культурних груп студентів.

Соціокультурна теорія впливає на виховання фізичної культури в університетах США через різноманітні практичні заходи та програми, спрямовані на підтримку соціально-культурного різноманіття, співпрацю між учасниками виховного процесу та формування позитивного ставлення до фізичної активності. Ось деякі з практичних заходів, які реалізуються на основі соціокультурної теорії:

1. Різноманітність фізичних активностей. Університети створюють широкий спектр фізичних активностей, які враховують інтереси та потреби студентів різних культурних груп. Пропонуються спортивні змагання, танцювальні клуби, групові фітнес-програми, медитаційні заняття та інші види активностей, що допомагають студентам виявити свої здібності та знайти те, що їм найбільше підходить.

2. Культурно-прийнятний підхід. Викладачі та тренери створюють сприятливу атмосферу для студентів різних культур, заохочують до взаємоповаги та відкритості. Вони враховують культурні особливості та звичаї студентів у процесі навчання та тренувань, що дозволяє кожному студентові відчувати себе комфортно.

3. Культурні заходи та святкування. Університети організовують культурні заходи, де студенти можуть показати свої традиції, мовлення, кухню та мистецтво. Ці події сприяють взаєморозумінню та формуванню толерантності між студентами різних національностей та культур.

4. Співпраця зі спільнотами. Університети вступають у партнерство з місцевими громадами та організаціями, що підтримують різноманітні культури. Співпраця з такими спільнотами допомагає розширити можливості для фізичної активності та взаємодії студентів різних культур.

5. Мультикультурні проекти. Університети розробляють мультикультурні проекти та програми, які сприяють інтеграції студентів різних культур. Ці проекти можуть включати спільні спортивні заходи, тематичні лекції та воркшопи, де студенти можуть обмінюватися своїм досвідом та дізнатися більше про культурні особливості один одного [271].

Всі ці практичні заходи спрямовані на підвищення рівня соціокультурної свідомості серед студентів та створення сприятливих умов для розвитку фізичної культури в університетському середовищі. Це допомагає студентам розкрити свій потенціал та збагатити свій досвід у сфері фізичної активності, що має позитивний вплив на їхнє здоров'я та загальний розвиток.

*Теорія самоорганізації і саморегуляції* є однією з важливих теорій в сучасній науці, зокрема в фізиці, хімії, біології, соціології, психології та педагогіці. Ця теорія досліджує явища саморегуляції та самоорганізації в складних системах, що охоплюють існуючі у природі, суспільстві та психічному житті процеси.

До основних положень теорії самоорганізації і саморегуляції Д. Шунк (D. Schunk) включає:

1. Самоорганізація. Теорія пояснює, що в деяких складних системах, які діють під дією зовнішніх чинників або мінливих внутрішніх умов, виникає явище самоорганізації. Це означає, що система самостійно формує більш структуровані та впорядковані стани без зовнішнього керівництва.

2. Аттрактори. Теорія використовує поняття аттракторів, які вказують на стани, до яких притягується система. Аттрактори можуть бути точками, лініями або областями у просторі станів системи, і вони визначають стійкі та повторювані стани системи.

3. Флуктуації та нестабільність. Теорія стверджує, що системи, які знаходяться близько до критичних точок аттракторів, можуть бути дуже чутливими до малих змін у параметрах. Це може призводити до флуктуацій та нестабільності, які згодом можуть перерости у нові структури та організацію.

4. Взаємодія між компонентами. Теорія покладає акцент на взаємодію та взаємозалежність компонентів системи, яка може привести до виникнення властивостей, характерних для всієї системи, а не окремих її частин [336].

В контексті виховання фізичної культури у студентів в США, ця теорія може бути використана для розуміння і сприяння саморегуляції процесів фізичної активності, мотивації до зайнятості спортом, формування здорових звичок та стійких позитивних станів самопочуття та психічного благополуччя. Розуміння принципів самоорганізації та саморегуляції у контексті фізичної культури допомагає розробляти більш ефективні підходи до виховання студентів та забезпечення їхнього фізичного та психологічного розвитку [419]. Теорія самоорганізації і саморегуляції впливає на виховання фізичної культури в університетах США, сприяючи створенню більш ефективних і гнучких підходів до формування фізично активного способу життя та забезпечення здорового розвитку студентів. Ця теорія наголошує на важливості саморегуляції та самоорганізації як ключових факторів у вихованні і розвитку студентів, допомагаючи їм визначити свої особисті цілі, мотиви та інтереси.

Основним елементом впливу теорії самоорганізації і саморегуляції є створення сприятливого середовища, яке допомагає студентам самостійно вирішувати питання щодо фізичної активності, спорту та здорового способу життя. Це означає, що викладачі та тренери в університетах США створюють умови для самовираження та розвитку студентів, допомагаючи їм виявити і розвинути свої інтереси та потенціал. Викладачі та тренери також активно застосовують методики саморегуляції і самоорганізації у виховному процесі [336]. Наприклад, студенти можуть брати участь у проектах та

програмах, які спонукають їх самостійно планувати та організовувати свої фізичні заняття або спортивні заходи. Це допомагає їм розвивати вміння самостійно приймати рішення, визначати пріоритети та знаходити мотивацію до фізичної активності. Крім того, теорія самоорганізації і саморегуляції допомагає забезпечити більш індивідуальний підхід до виховання фізичної культури. Враховуючи інтереси та особливості кожного студента, викладачі і тренери можуть створювати програми, які відповідають їхнім потребам та можливостям. Це сприяє більш ефективному впливу на студентів і сприяє більш успішному вихованню фізичної культури.

Таким чином, теорія самоорганізації і саморегуляції стимулює студентів до активності, сприяє розвитку їхнього потенціалу та допомагає формувати здоровий спосіб життя. Вона робить акцент на самостійності, відповідальності та самоорганізації студентів, що дозволяє їм бути активними учасниками процесу виховання фізичної культури та досягати бажаних результатів у забезпеченні свого фізичного та психологічного благополуччя.

В університетах США практичні приклади використання теорії самоорганізації і саморегуляції при вихованні фізичної культури широко застосовуються в навчальних програмах та виховних практиках. Одним із таких прикладів є створення індивідуальних програм фізичної активності для студентів. Замість стандартизованих підходів, викладачі та тренери стимулюють студентів самостійно обирати вид фізичної активності, яка відповідає їхнім інтересам та вимогам. Це допомагає стимулювати самостійність та самомотивацію у студентів, оскільки вони беруть активну участь у виборі активності, яку хочуть займатися.

Інший практичний приклад – застосування методів саморефлексії. Студенти в університетах США мають можливість оцінювати свої досягнення та прогрес у фізичній культурі, а також визначати свої короткострокові та довгострокові цілі. Це допомагає стимулювати

самопізнання та розвиток самосвідомості, що сприяє вихованню більш самостійних та відповідальних студентів.

Крім того, в університетах США популярні інтерактивні формати занять, які допомагають студентам активно залучатися до фізичної культури. Наприклад, групові заняття з різноманітними видами спорту, де студенти спільно визначають правила і організують гру, сприяють розвитку колективної саморегуляції та співпраці. Це створює позитивне та стимулююче середовище, де студенти можуть відчувати себе значущими учасниками процесу фізичної активності.

Використання технологій таких, як мобільні додатки та електронні журнали, допомагає студентам вести контроль за своєю фізичною активністю та планувати свій режим тренувань. Вони можуть відстежувати прогрес, встановлювати нові цілі та аналізувати свої досягнення. Такі технології стимулюють саморефлексію та самомоніторинг, допомагаючи студентам зосереджуватися на своїх потребах та прагненнях.

Отже, практичне застосування теорії самоорганізації і саморегуляції в університетах США сприяє створенню стимулюючого та підтримуючого середовища для студентів у сфері фізичної культури. Це допомагає розвивати їхню самостійність, самоактуалізацію та відповідальність, що має позитивний вплив на їхній фізичний розвиток та здоров'я.

*Теорія соціального капіталу* є важливою концепцією в соціології, економіці, політичних науках та інших галузях суспільних досліджень [115, с. 58]. Ця теорія базується на розумінні, що соціальні взаємодії та взаємовідносини між людьми мають не тільки індивідуальний, але й колективний ефект, який може сприяти ефективності та розвитку суспільства.

Основні положення теорії соціального капіталу включають у себе наступне:

1. Важливість соціальних зв'язків. Згідно з теорією, соціальні зв'язки між людьми є ключовими для створення та розвитку соціального капіталу. Ці



зв'язки можуть бути формальними (наприклад, на робочому місці) або неформальними (наприклад, у родині, серед друзів). Вони сприяють взаємодопомозі, обміну інформацією та ресурсами, що покращує ефективність і співпрацю в суспільстві.

2. Різноманітність соціального капіталу. Теорія виділяє різні типи соціального капіталу, такі як «замкнений» (коли зв'язки обмежені в межах однорідної групи), «поняттєвий» (оснований на спільних цінностях і ідеях), та «поєднуючий» (що сполучають різні соціальні групи). Різноманітність соціального капіталу дозволяє використовувати його в різних контекстах та забезпечує більш гнучку підтримку та розвиток спільнот.

3. Позитивний вплив на ефективність. За допомогою соціального капіталу суспільство може досягати більшої ефективності в різних сферах, таких як економіка, політика, та соціальна підтримка. Це може бути досягнуто завдяки збільшенню рівня довіри між громадянами, підтримці співпраці та інновацій.

4. Акумуляція та втрата. Теорія підкреслює, що соціальний капітал може бути накопиченим та переданим у спадок наступним поколінням. Втрата соціального капіталу може статися через конфлікти, недовіру, або інші негативні впливи [115, с. 59-61].

Таким чином, теорія соціального капіталу наголошує на значущості соціальних взаємодій та зв'язків для ефективності та розвитку суспільства. Вона може застосовуватися для аналізу та покращення різних сфер життя, включаючи систему виховання фізичної культури у студентів в університетах США, де сприяє створенню сприятливого середовища для розвитку здорових звичок, співпраці, та підтримки гармонійного фізичного розвитку студентів.

Теорія соціального капіталу має значний вплив на виховання фізичної культури в університетах США. Її основні принципи дозволяють розглядати соціальні взаємодії, зв'язки та мережі як ключові фактори для розвитку фізичного виховання студентів. Ця концепція надає можливості аналізувати та вдосконалювати ефективність процесу виховання через залучення

соціального капіталу. По-перше, теорія соціального капіталу наголошує на важливості соціальних зв'язків між студентами, викладачами та тренерами. Забезпечення взаємодії та взаємодопомоги в спільноті створює сприятливе середовище для розвитку фізичної активності. Створення «замкненого» соціального капіталу, який базується на довірі та взаємній підтримці, може підвищити імовірність участі студентів у спортивних заходах та фізичних активностях. По-друге, теорія соціального капіталу сприяє підвищенню рівня співпраці та обміну інформацією між різними студентськими спільнотами. Засновані на спільних цінностях та ідеях соціальні мережі ("поняттєвий" капітал) можуть підтримувати ініціативи, спрямовані на популяризацію фізичної культури та здорового способу життя. Взаємодія між різними студентськими групами може сприяти організації спортивних заходів, спільних тренувань, та інших фізичних активностей. По-третє, теорія соціального капіталу дозволяє розглядати роль тренерів та викладачів як посередників у створенні позитивного соціального середовища. Вони можуть підтримувати розвиток соціальних зв'язків, формувати групові цінності та норми, та сприяти взаємодії між студентами. За допомогою своєї емпатії та сприяння самосвідомості, тренери та викладачі можуть сприяти підвищенню рівня самоорганізації та саморегуляції у студентів, що сприятиме активному залученню до фізичної культури.

Таким чином, теорія соціального капіталу є важливим теоретичним підґрунтям для розвитку системи виховання фізичної культури у студентів в університетах США. Вона сприяє створенню сприятливого соціального середовища, підвищує рівень співпраці та спільної діяльності, а також залучає студентів до фізичних активностей та спортивних заходів. Застосування цієї теорії допомагає формувати позитивні цінності та норми, стимулює самоорганізацію та саморегуляцію у студентів, що сприяє збереженню та підвищенню рівня фізичної активності, здоров'я та загального благополуччя університетської спільноти.

Теорія соціального капіталу знаходить своє втілення в різних аспектах виховання фізичної культури в університетах США. Один з прикладів використання цієї теорії полягає у створенні сприятливого соціального середовища для співпраці та взаємодії між студентами. На університетському рівні формуються студентські спілки, клуби та організації, які сприяють залученню студентів до фізичних активностей та спортивних заходів. Ці спільноти підтримують взаємодію між різними студентськими групами, стимулюють обмін досвідом та ідеями, що допомагає студентам більш ефективно займатися фізичною культурою та спортом.

Ще одним прикладом використання теорії соціального капіталу є підтримка та сприяння взаємодії між студентами та викладачами-тренерами. Викладачі та тренери в університетах США можуть створювати позитивні соціальні зв'язки зі студентами, виявляти інтерес до їхніх індивідуальних потреб і цілей. Ця співпраця сприяє підвищенню мотивації студентів до зайняття фізичною культурою, стимулює активну участь у спортивних заходах та тренуваннях.

Також, згідно з теорією соціального капіталу, університети можуть стимулювати взаємодію між студентами та міжфакультетські зв'язки через спільні спортивні події та заходи. Наприклад, організація університетських спортивних ліг, турнірів або змагань може сприяти побудові позитивних відносин між студентами різних факультетів, стимулювати співпрацю та командний дух. Такі практики впливають на виховання фізичної культури в університетах США, оскільки підтримують створення позитивного соціального середовища, де студенти почувуються зв'язаними між собою та з викладачами-тренерами. Це сприяє більш активній участі студентів у фізичних активностях, розвитку спортивних здібностей, а також формуванню позитивних цінностей та норм, що сприяють здоровому способу життя та збереженню фізичного і психічного благополуччя.

Комплексне використання різних теоретичних підходів для виховання фізичної культури в університетах США є важливим та доцільним підходом з

педагогічної, соціологічної та психологічної перспектив. Кожна теорія надає унікальний ракурс та розуміння процесу виховання фізичної культури у студентів, що забезпечує більш ефективний підхід до розвитку фізичних, психологічних та соціальних аспектів особистості [246; 248].

Гуманістична теорія, зосереджуючись на визнанні індивідуальності та унікальності кожного студента, стимулює підходи до виховання, спрямовані на задоволення потреб та інтересів студента, акцентуючи увагу на його особистісному розвитку та самореалізації через фізичну культуру. Завдяки цьому підходу, студенти можуть знаходити в собі мотивацію та задоволення від занять фізичною активністю, що сприяє підвищенню стійкості до фізичних навантажень та продовженню здорового способу життя навіть після закінчення університету.

Соціокультурна теорія, яка покладає акцент на соціальний контекст та значущість спільноти для формування особистості, сприяє створенню сприятливих умов для співпраці, взаємодії та комунікації між студентами та тренерами. Це допомагає побудові позитивного соціального середовища, де студенти сприймають фізичну культуру як частину своєї соціальної ідентичності та взаємодіють в командному дусі, розвиваючи колективні цінності та дисципліну.

Теорія самоорганізації і саморегуляції дозволяє розглядати виховання фізичної культури як динамічний процес, де студенти залучаються до активної участі та визначення своєї власної освітньої діяльності. Стимулюючи студентів до самостійного визначення своїх цілей та стратегій розвитку, теорія самоорганізації та саморегуляції сприяє становленню самоконтролю, відповідальності та самодисципліни у студентів.

Теорія соціального капіталу акцентує на важливості соціальних зв'язків та мереж в університетському середовищі. Розвиток співпраці, довіри та підтримки між студентами, викладачами та іншими учасниками сприяє формуванню сприятливої атмосфери для виховання фізичної культури. Практичне застосування цієї теорії може включати організацію спільних

заходів, турнірів, спортивних ліг та програм спільного участі у спортивних заходах.

Загалом, комплексне використання різних теоретичних підходів до виховання фізичної культури в університетах США дозволяє забезпечити багатогранний підхід до розвитку студентської особистості. Кожна з теорій вносить унікальний внесок у розуміння та формування фізичної культури, сприяючи становленню здорової, активної та збалансованої особистості з усвідомленням своєї соціальної та індивідуальної ролі у суспільстві.

#### **1.4. Проблема виховання фізичної культури студентів в університетах США у наукових дослідженнях**

Проблема виховання фізичної культури студентів в університетах США здобула пильну увагу у наукових дослідженнях, оскільки має великий соціальний та практичний вплив. Дослідники звертають увагу на декілька ключових аспектів, які є особливо актуальними для формування ефективної системи виховання фізичної культури у студентів. Один із аспектів, що розглядають дослідники – це зменшення рівня фізичної активності серед студентів під час перебування в університеті [211]. Багато студентів зіштовхуються з великим навчальним навантаженням та іншими позаурочними заняттями, що призводить до зменшення можливостей для занять фізичною активністю. Це може спричинити негативні наслідки для здоров'я студентів та їх загального самопочуття.

Ще однією проблемою є низький рівень мотивації студентів до фізичної культури. Деякі студенти не вбачають важливості в регулярній фізичній активності або не відчують задоволення від занять спортом. Недостатня мотивація може обмежити їх участь у спортивних заходах та заняттях фізичною активністю, що у свою чергу негативно позначається на їхньому здоров'ї та загальному розвитку [218].

Також, дослідники акцентують увагу на ролі викладачів та тренерів у вихованні фізичної культури. Працівники університетів грають важливу роль у створенні сприятливого середовища для занять фізичною активністю та підтримки студентів у їхньому фізичному розвитку [144]. Недостатні ресурси, обмежений час та недостатня підготовка можуть ставити під загрозу ефективність процесу виховання фізичної культури університетських студентів. Однак, завдяки проведенню наукових досліджень, спрямованих на виявлення проблем та пошук шляхів вирішення, можливо розробити та впровадити ефективні стратегії виховання фізичної культури у студентів в університетах США. Зростаюча увага до цього питання сприяє створенню сприятливого середовища для фізичної активності студентів, сприяючи збереженню їхнього здоров'я, активного способу життя та загального розвитку.

Наукові дослідження, присвячені проблемам виховання фізичної культури студентів в університетах США, охоплюють різноманітні аспекти та напрямки. Деякі з основних напрямків наукових досліджень в цій галузі включають:

1. *Мотивація та вплив психологічних факторів на фізичну активність студентів.* Дослідження орієнтовані на вивчення мотивації студентів до фізичної активності та ідентифікацію факторів, що впливають на їхню участь у спортивних заходах та заняттях фізичною активністю (М. Айс (M. Eys), М. Бушам (M. Beauchamp), Т. Валхед (T. Wallhead), К. Енніс (C. Ennis), Б. Мой (B. Moy), І. Сарасон (I. Sarason), Т. Снедден (T. Snedden), К. Фокс (K. Fox), Г. Хагівара (G. Hagiwar)).

2. *Розвиток фізичних здібностей студентів.* Дослідники вивчають методи та підходи до розвитку фізичних здібностей студентів університетів США, зокрема, засоби тренувань, спеціалізовані програми та індивідуальні підходи (С. Бін (C. Bean), П. Волш (P. Walsh), Р. Вудз (R. Woods), Дж. Клавіо (G. Clavio), П. Педерсен (P. Pedersen)).

3. *Вплив фізичної культури на здоров'я студентів.* Дослідження спрямовані на визначення позитивного впливу фізичної культури на фізичне та психічне здоров'я студентів, а також на попередження хронічних захворювань та збереження загальної життєвої якості (У. Бошам (W. Beauchamp), Р. Каліксте (R. Calixte), М. Камако-Рів'єра (M. Camacho-Rivera), О. Орідота (O. Oridota), А. Рів'єра (A. Rivera)).

4. *Організація та педагогічні технології виховання фізичної культури.* Дослідження включають аналіз різних педагогічних підходів та технологій, які можуть застосовуватися в університетському середовищі для ефективного виховання фізичної культури (С. Бенделієр (S. Bedenlier), М. Бонд (M. Bond), К. Бунтінс (K. Buntins), О. Заватські-Ріхтер (O. Zawacki-Richter), М. Керрес (M. Kerres)).

5. *Роль викладачів та тренерів у вихованні фізичної культури.* Дослідження орієнтовані на аналіз компетенцій та підходів викладачів та тренерів у формуванні фізичної культури студентів, а також визначення їх ролі в створенні сприятливого середовища для занять фізичною активністю (К. Фавер (C. Faver), Л. Фіз (L. Feize), А. МакФейл (A. MacPhail), Б. Муді (B. Moody), Д. Сканлон (D. Scanlon)).

6. *Оцінка ефективності виховання фізичної культури.* Дослідження спрямовані на розробку методів та інструментів для оцінки ефективності виховання фізичної культури університетських студентів, що дозволяє визначити результативність заходів та внести необхідні корективи для подальшого розвитку системи виховання (М. Анвер (M. Anwer), М. Мауер (M. Mawer), М. Рейс (M. Reiss)).

Всі ці напрямки досліджень спільно сприяють покращенню виховання фізичної культури студентів в університетах США, сприяють формуванню здорового та активного способу життя, підвищенню академічних показників та створенню сприятливого середовища для розвитку молоді. Дослідження в цій сфері не тільки покращують стан фізичної культури студентів, але і допомагають формувати ціннісні орієнтації, виховувати лідерські якості,

толерантність та взаємодопомогу, що має позитивний вплив на майбутнє суспільство в цілому.

Дослідження мотивації та впливу психологічних факторів на фізичну активність студентів університетів США є актуальною та постійно зростаючою галуззю наукового дослідження. Основні тенденції у цьому напрямку можна охарактеризувати наступним чином:

1. *Роль мотивації у фізичній активності студентів.* Дослідження визначають різні типи мотивації, що впливають на участь студентів у фізичних заняттях. До них належать інтринсична мотивація (мотивація зсередини), коли студенти займаються фізичною активністю з радості і задоволення, та екстринсична мотивація (мотивація зовнішніх факторів), наприклад, виконання зовнішніх вимог або досягнення зовнішніх цілей. Вивчення цих різновидів мотивації допомагає розуміти, як підтримати та збільшити інтерес студентів до фізичної активності.

2. *Вплив психологічних факторів на участь у фізичних заняттях.* Дослідження виявляють вплив різних психологічних факторів, таких як страх, стан тривоги, впевненість у власних здібностях та соціальна підтримка, на рівень фізичної активності студентів. Розуміння цих факторів допомагає визначити причини, що зменшують або підтримують участь студентів у фізичних заняттях.

3. *Роль соціальних чинників у підтриманні фізичної активності.* Дослідження також звертають увагу на соціальні чинники, такі як підтримка співробітників, однокурсників та сім'ї, які можуть стимулювати студентів до регулярної фізичної активності. Соціальна підтримка впливає на формування позитивного ставлення до фізичної активності та може бути важливим чинником для залучення студентів до спортивних заходів.

4. *Вивчення інтервенційних стратегій.* Багато досліджень зосереджені на розробці та впровадженні інтервенційних стратегій з метою покращення мотивації та психологічних чинників, що підтримують фізичну активність



студентів. Ці стратегії можуть включати розвиток індивідуальних цілей, планування тренувань, надання підтримки та сприяння спільноті.

5. *Вплив медіа та технологій.* Дослідження також звертають увагу на вплив медіа та технологій на фізичну активність студентів. Сучасні технології можуть бути використані для сприяння фізичній активності через додатки, онлайн-тренування та ігрові платформи, що може збільшити зацікавленість студентів до фізичної активності.

6. *Перехід до онлайн-навчання.* В контексті пандемії COVID-19 та змін у навчальних умовах деякі дослідження також досліджують вплив переходу до онлайн-навчання на рівень фізичної активності студентів.

Загалом, дослідження мотивації та впливу психологічних факторів на фізичну активність студентів університетів США є важливим напрямком, який сприяє розумінню механізмів, що регулюють участь студентів у фізичних заняттях. Ці дослідження допомагають розробляти ефективніші підходи до підтримання фізичної активності та сприяють збереженню та покращенню здоров'я студентської спільноти.

Ось кілька прикладів досліджень, які вивчають роль мотивації у фізичній активності студентів:

1. Б. Мой (B. Moy) з колегами провели дослідження інтринсичної мотивації та її впливу на участь у фізичних заняттях: В даному дослідженні було досліджено, як інтринсична мотивація, така як радість від зайняття фізичною активністю, впливає на регулярність участі студентів у спортивних заходах і тренуваннях. Встановлено, що студенти, які мають вищий рівень інтринсичної мотивації, схильні до більш активного способу життя [286].

2. Т. Валхед (T. Wallhead) з колегами вивчали вплив екстринсичної мотивації на участь у фізичних заняттях: Ця дослідницька робота досліджувала зв'язок між екстринсичною мотивацією, такою як здобуття зовнішніх винагород, та активністю студентів. Виявлено, що студенти, які мають сильнішу екстринсичну мотивацію, можуть бути менш активними, оскільки їхні дії базуються на зовнішніх стимулах [397].

3. К. Фокс (K. Fox) з колегами вивчали самооцінку та мотивацію у фізичній активності студентів: У цьому дослідженні вчені аналізували, як самооцінка студентів та їхні переконання щодо власних здібностей впливають на мотивацію займатися фізичною активністю. Виявлено, що студенти, які мають позитивне ставлення до своїх фізичних здібностей та вірять у свою здатність досягти успіху, більш схильні до регулярних фізичних занять [167].

4. І. Сарасон (I. Sarason) з колегами досліджували вплив соціальної підтримки на мотивацію до фізичної активності: Це дослідження вивчало роль соціальної підтримки, такої як підтримка від однокурсників, друзів та сім'ї, у стимулюванні участі студентів у фізичних заняттях. Виявлено, що студенти, які отримують підтримку свого соціального оточення, мають більшу мотивацію до зайняття фізичною активністю [333].

Ці дослідження сприяють розумінню мотиваційних факторів, що впливають на фізичну активність студентів, та можуть використовуватись для розробки ефективних стратегій сприяння здоровому способу життя та фізичній активності серед студентської спільноти в університетах США.

Заслуговують на увагу і дослідження, що вивчають вплив психологічних факторів на участь у фізичних заняттях:

1. Т. Снедден (T. Snedden) з колегами вивчили взаємозв'язок між психологічними факторами і фізичною активністю студентів. Це дослідження показало, що психологічні фактори, такі як ставлення до фізичної активності, страх перед невдачами і сприйняття власних здібностей, впливають на участь у фізичних заняттях серед студентів. Виявлено, що студенти з позитивним ставленням до фізичної активності та впевнені у своїх здібностях схильні до більшої фізичної активності [348].

2. Т. Уолхед (T. Wallhead) з колегами дослідив роль мотивації і саморегуляції у фізичній активності. В даному дослідженні аналізувалася роль мотивації та саморегуляції у визначенні участі у фізичних заняттях. Виявлено, що студенти з внутрішньою мотивацією та здатністю ефективно

регулювати свою поведінку мають більшу ймовірність бути фізично активними [397].

3. Г. Хагівара (G. Nagiwar) з колегами вивчив вплив стресу та емоційного стану на участь у фізичних заняттях. Це дослідження вивчало, як стрес і емоційний стан впливають на бажання студентів брати участь у фізичних заняттях. Виявлено, що студенти, які переживають великий рівень стресу або негативних емоцій, можуть менше схильні до фізичної активності [190].

4. М. Бушам (M. Beauchamp) та М. Айс (M. Eys) дослідили вплив групових динамік на участь у фізичних заняттях. В даному дослідженні вивчалася роль групової динаміки, такої як підтримка від товаришів по команді або групи, у визначенні участі у фізичних заняттях. Виявлено, що студенти, які мають сильну групову підтримку, більш схильні до регулярної участі в спортивних активностях [90].

5. К. Енніс (C. Ennis) дослідила вплив мотивації досягнень на фізичну активність. Це дослідження розглядало, як мотивація досягнень, така як бажання досягти успіху і перевищення власних рекордів, впливає на участь у фізичних заняттях. Виявлено, що студенти, які мають сильну мотивацію досягнень, можуть бути більш схильні до ставлення до фізичної активності як до способу досягнення цілей [147].

Ці дослідження допомагають зрозуміти, як психологічні фактори впливають на участь у фізичних заняттях студентів, і можуть використовуватись для розробки імплементації ефективних програм підтримки фізичної активності та здорового способу життя серед студентів університетів США.

Розглянемо приклади досліджень, які вивчали роль соціальних чинників у підтриманні фізичної активності:

1. Дж. Клавіо (G. Clavio) та П. Волш (P. Walsh) дослідили вплив соціальних мереж на фізичну активність. Дослідження аналізувало, як використання соціальних мереж і онлайн-спільнот з фітнес-орієнтованим

контентом впливає на фізичну активність учасників. Виявлено, що позитивна підтримка та спільнота в соціальних мережах можуть підвищити мотивацію і заохотити учасників бути більш фізично активними [128]

2. Колектив авторів під керівництвом С. Бін (C. Bean) досліджував роль родинного середовища в підтриманні фізичної активності. Це дослідження аналізувало взаємозв'язок між родинним середовищем і рівнем фізичної активності учасників. Виявлено, що студенти, які мають родинну підтримку та змогу займатись фізичною активністю разом з родиною, можуть бути більш схильні до регулярної фізичної активності [89].

3. Р. Вудз (R. Woods) з колегами вивчив вплив соціальних структур на фізичну активність. Дослідження аналізувало як соціальні структури, такі як школи, спільноти та робочі оточення, впливають на здійснення фізичної активності. Виявлено, що наявність і підтримка спортивних об'єктів, доступ до спортивних клубів та події сприяють більшому рівню фізичної активності серед населення [412].

4. П. Педерсен (P. Pedersen) з колегами дослідив вплив соціальних інтеракцій на фізичну активність. Дослідження досліджувало, як соціальні інтеракції, такі як спілкування з друзями або колегами, можуть впливати на фізичну активність учасників. Виявлено, що позитивне спілкування та підтримка можуть стимулювати бажання брати участь у спільних фізичних заняттях [309].

Ці дослідження допомагають розуміти роль соціальних чинників у підтриманні фізичної активності та визначають наскільки важливо враховувати соціальні аспекти при розробці програм і стратегій для сприяння фізичній активності у студентів університетів США.

Розглянемо приклади досліджень інтервенційних стратегій з метою підвищення мотивації фізичної активності:

1. М. Уїтлі (M. Whitley) вивчав використання цілепокладаення в спортивній активності студентів. Дослідження показало, що учасники, які встановлюють цілі, пов'язані зі здоров'ям і фізичною формою, мають більшу

мотивацію для зайняття фізичною активністю, порівняно з тими, хто встановлює поверхневі цілі (наприклад, підтримка зовнішнього вигляду) [403].

2. І. Фістер (I. Fister) з колегами вивчали роль саморегуляції і планування в спортивній активності студентів. В дослідженнях було показано, що надання учасникам можливості розробити конкретні плани дій для досягнення своїх фізичних цілей, таких як розклад занять або визначення оптимального часу для виконання вправ, покращує їхню мотивацію і підвищує рівень фізичної активності [162].

3. І. Алессандрі (E. Alessandri) з колегами дослідили застосування нагород і визнання в організації спортивної активності студентів. Кілька досліджень підтверджують, що використання нагород, таких як символічні подарунки або визнання досягнень учасників у фізичній активності, може підвищити їхню мотивацію та зберегти інтерес до регулярної практики [72].

4. Дж. Бреннер (J. Brenner) дослідив вплив призначення особистих тренерів на спортивну успішність молодих спортсменів. Особисті тренери або коучі можуть надавати індивідуальну підтримку, встановлювати і переглядати цілі разом з учасниками і сприяти підвищенню мотивації для занять фізичною активністю [104].

Ці дослідження підтверджують ефективність різних інтервенційних стратегій, які спрямовані на підвищення мотивації фізичної активності серед різних груп населення, включаючи студентів університетів. Застосування цих стратегій може сприяти покращенню здоров'я та добробуту студентів і сприяти збереженню активного способу життя.

Дослідження впливу медіа та технологій на підвищення мотивації фізичної активності в останні роки набули значного поширення, особливо в контексті змін у способі життя та збільшення використання цифрових засобів. Один із головних висновків цих досліджень полягає у тому, що медіа та технології можуть стати ефективними інструментами для сприяння активному способу життя та підвищення мотивації до фізичної активності.

Один із прикладів – дослідження Д. Пірт (D. Peart) показало вплив використання спеціальних мобільних додатків для фітнесу та здорового харчування на мотивацію студентів до занять фізичною активністю. Дослідження засвідчило, що студенти, які використовували ці додатки для стеження за своїми фізичними досягненнями, відслідковування їжі та встановлення особистих цілей, демонстрували більший інтерес до регулярної фізичної активності порівняно з тими, хто не використовував такі додатки [308].

Інше дослідження (Е. Кейсі (A. Casey)) вивчало вплив використання інтерактивних відеоігор, які пропонують фізичні вправи, на активність студентів. Результати показали, що студенти, які використовували такі ігри, проявляли більшу зацікавленість та задоволення від фізичних занять, що сприяло збільшенню часу, відведеного на фізичну активність, і покращенню загального стану здоров'я [116]. Також були проведені дослідження (К. Філо (K. Filo)) впливу соціальних мереж на мотивацію до фізичної активності. Участь у спільнотах, де студенти обмінюються своїми фізичними досягненнями, діляться порадами щодо тренувань та підтримують одне одного сприяє підвищенню мотивації та підтримує регулярність фізичних занять [160].

Ці приклади досліджень демонструють, що медіа та технології є ефективними інструментами для стимулювання мотивації до фізичної активності серед студентів університетів США. Використання спеціалізованих додатків, інтерактивних відеоігор та соціальних мереж може допомогти залучити більше студентів до фізичної активності, зберегти їхній інтерес і сприяти покращенню загального здоров'я та добробуту.

У зв'язку зі світовою пандемією COVID-19 та переходом багатьох університетів до онлайн навчання, виникла потреба в дослідженнях, спрямованих на підтримання мотивації фізичної активності у студентів під час віддаленої освіти. Серед таких досліджень:

1. Дослідження впливу використання мобільних додатків для фітнесу на мотивацію студентів було проведене П. Калготрою (P. Kalgotra) з колегами. Учасники дослідження встановлювали і відслідковували свої фітнес-цілі, збирали дані про фізичну активність та отримували персоналізовані поради щодо тренувань. Результати показали, що студенти, які використовували ці додатки, виявляли більшу мотивацію до занять фізичною активністю навіть під час онлайн навчання [214].

2. Дослідження впливу відео-програм для онлайн фітнесу на активність студентів проводив О. Трабелсі (O. Trabelsi). Учасники дослідження брали участь у спеціальних відео-уроках фітнесу, які були доступні онлайн. Результати показали, що такі відео-програми можуть збільшити мотивацію до фізичної активності та стимулювати студентів займатися спортом навіть під час переходу до дистанційного навчання [382].

Ці дослідження свідчать про те, що навіть у умовах переходу до онлайн навчання, можливо зберегти та підтримати мотивацію студентів до фізичної активності за допомогою спеціалізованих додатків, відео-програм та соціальної підтримки. Використання таких інтервенційних стратегій може бути корисним інструментом для забезпечення активного способу життя студентів навіть під час навчання на відстані.

Порівняння досліджень присвячених організації та педагогічним технологіям виховання фізичної культури студентів в США та Україні вказує на схожі тенденції та різні виклики, з якими стикаються обидві країни.

У США, дослідження з організації та педагогічних технологій фізичної культури студентів здебільшого зосереджуються на використанні інноваційних технологій у навчальному процесі, зокрема, на використанні мобільних додатків та віртуальних тренажерів. Дослідження акцентують увагу на розвитку мотивації студентів до фізичної активності та підвищенні інтересу до занять фізичною культурою. Такі дослідження мають на меті покращення якості навчання та сприяють збереженню здоров'я молодого покоління. У США значна увага приділяється також інклюзивним програмам

фізичної культури, які спрямовані на задоволення потреб студентів різних фізичних здібностей та забезпечення рівного доступу до фізичної активності.

У свою чергу, українські дослідження також акцентують увагу на організації та педагогічних технологіях виховання фізичної культури студентів, але з більшою насиченістю досліджуються аспекти традиційних підходів до навчання. Основний фокус досліджень українських науковців частіше спрямований на розробку та впровадження оптимальних програм фізичної культури з урахуванням національних культурних особливостей та здібностей студентів. При цьому, питання використання технологій у навчальному процесі вивчаються менш інтенсивно. Ще однією важливою різницею є наявність дефіциту фінансування в українських дослідженнях, що може обмежувати можливості науковців впроваджувати інноваційні технології та залучати кращих спеціалістів у цю галузь.

Таким чином, дослідження присвячені організації та педагогічним технологіям виховання фізичної культури студентів в США та Україні демонструють спільні зусилля обох країн у забезпеченні здорового способу життя та підвищенні якості навчання молодого покоління. Однак, різниця в акцентуації досліджень та наявність дефіциту фінансування в українських дослідженнях можуть впливати на розвиток та імплементацію педагогічних інновацій у цій галузі.

Дослідження ролі викладачів та тренерів у вихованні фізичної культури студентів в США є важливим аспектом розвитку фізичної освіти в університетах та коледжах. Ці дослідження спрямовані на розуміння важливості ролі педагогів і тренерів у формуванні фізичного, соціального та когнітивного розвитку студентів, а також на виявлення оптимальних підходів до навчання та сприяння здоровому способу життя.

Одним із аспектів досліджень є аналіз компетентностей та професійних якостей викладачів фізичної культури та тренерів у закладах вищої освіти США. Дослідники вивчають їхні знання, вміння та особисті якості, які дозволяють ефективно залучати студентів до активних форм навчання,



створювати сприятливу атмосферу для розвитку здорових звичок та забезпечувати належний рівень безпеки під час фізичних занять. Дослідники також звертають увагу на педагогічний підхід, що використовується викладачами та тренерами у процесі навчання фізичної культури. Важливими аспектами є використання інтерактивних методів, ігрових технологій, використання технологій для моніторингу активності студентів та забезпечення індивідуального підходу до навчання. Дослідники також вивчають взаємодію між викладачами та тренерами зі студентами. Вони досліджують вплив менторської підтримки та позитивного ставлення викладачів на мотивацію студентів, їхній інтерес до фізичної активності та здорового способу життя. Крім того, дослідження ролі викладачів та тренерів у вихованні фізичної культури студентів включають в себе аналіз розвитку лідерських якостей серед студентів. Викладачі та тренери можуть впливати на формування лідерських навичок та вмінь у студентів через розбудову командного духу, сприяння співпраці та взаємодії в групових заняттях. Кінцевим результатом досліджень ролі викладачів та тренерів у вихованні фізичної культури студентів є розробка рекомендацій та впровадження оптимальних практик в навчальний процес. Ці практики сприяють підвищенню якості фізичної освіти, розвитку активного способу життя у студентів та формуванню здорового молодого покоління.

Отже, дослідження ролі викладачів та тренерів у вихованні фізичної культури студентів в США допомагають зрозуміти важливість їхньої професійної компетентності, педагогічного підходу, менторської підтримки та взаємодії зі студентами для покращення процесу навчання та розвитку здорового способу життя.

Порівняння особливостей досліджень оцінки ефективності виховання фізичної культури у студентів в США та Україні виявляє певні схожості та розбіжності у підходах та методології досліджень.

Схожість полягає у спрямованості досліджень обох країн на визначення впливу фізичної освіти на розвиток студентів, їхнє здоров'я та

академічні досягнення. Обидві країни цінують важливість фізичної активності та спортивних занять як частину загальної освітньої програми для студентів. Однак є різниці у фокусі та методології досліджень. В американських дослідженнях зазвичай більший акцент робиться на кількісному аналізі показників, таких як рівень фізичної активності, стан здоров'я, успішність у навчанні. Дослідники використовують об'єктивні та стандартизовані метрики для оцінки результатів і висновків.

Українські дослідження, у свою чергу, частіше можуть застосовувати якісний підхід, зосереджуючись на глибинних аспектах ефективності виховання. Вони включають більше аналізу мотивації студентів, їхніх індивідуальних досвідів та розвитку під впливом фізичної культури. Також варто зазначити, що в США дослідження оцінки ефективності виховання фізичної культури зазвичай здійснюються в більших університетах та дослідницьких центрах, що забезпечує більший доступ до ресурсів та збору даних. В Україні, дослідження можуть бути проведені у більш різноманітних умовах, залежно від масштабу та наявності фінансової підтримки.

Підсумовуючи особливості досліджень особливостей виховання фізичної культури студентів в Україні і США, можна виділити аспекти описані нижче.

Основними особливостями досліджень у США є:

1. Фокус на кількісному аналізі. Дослідження в США зазвичай зосереджуються на об'єктивних та стандартизованих метриках, таких як рівень фізичної активності, стан здоров'я та академічні досягнення студентів.

2. Використання інноваційних технологій. Дослідники активно впроваджують інтерактивні технології та мобільні додатки у навчальний процес, що дозволяє покращити ефективність навчання та мотивацію студентів.

3. Доступ до фінансових ресурсів. Дослідження в США мають більший доступ до фінансових ресурсів, що дозволяє залучати більше спеціалістів та використовувати різноманітні методи дослідження.

Основними особливостями досліджень в Україні є:

1. Підхід на основі якісних аспектів. Дослідження українських науковців частіше застосовують якісний підхід, зосереджуючись на глибинних аспектах ефективності виховання, таких як мотивація студентів, їхні індивідуальні досвіди та розвиток під впливом фізичної культури.

2. Обмежені фінансові ресурси. Дослідження в Україні часто обмежені фінансовою підтримкою, що впливає на масштаб досліджень та кількість залучених учасників.

3. Урахування національних та культурних особливостей. Українські дослідники акцентують увагу на розробці та впровадженні оптимальних програм фізичної культури, враховуючи національні культурні особливості та здібності студентів.

Хоча обидва країни мають спільний інтерес у розвитку фізичної культури серед студентів та здорового способу життя, різниця у фокусі досліджень та доступності фінансових ресурсів вказує на національні та культурні особливості дослідників та освітніх систем двох країн.

### **Висновки до першого розділу**

Дослідження проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США включає в себе ряд методологічних підходів, які спрямовані на ретельний аналіз та розуміння цієї складної проблеми. Серед них найважливішими є квалітативний, кількісний, дослідницький, експертний, компаративний, історичний. *Квалітативний підхід* дозволяє дослідникам зрозуміти складні аспекти виховання фізичної культури студентів, включаючи їхні мотивації, ставлення та сприйняття цього процесу. *Кількісний підхід* дозволяє проводити кількісну оцінку ефективності програм виховання фізичної культури студентів і встановлювати зв'язки між різними факторами. *Дослідницький підхід* спрямований на розв'язання конкретних дослідницьких питань, визначених на етапі підготовки дослідження.

*Експертний підхід* базується на думках та рекомендаціях висококваліфікованих фахівців у галузі виховання фізичної культури. *Компаративний підхід* передбачає порівняння практик виховання фізичної культури студентів в різних університетах або країнах. *Історичний підхід* включає в себе аналіз історії виховання фізичної культури в університетах США. Зазначені методологічні підходи можуть використовуватися окремо або в поєднанні, в залежності від конкретних цілей дослідження.

В першому розділі також були розглянуті основні понятійні конструкти дисертаційного дослідження, спрямованого на вивчення проблем виховання фізичної культури серед студентів в університетському середовищі США. Ці понятійні конструкти є ключовими складовими аналізу цієї складної проблеми та відображають важливі аспекти дослідження. *Фізична культура* є центральним поняттям у дослідженні і визначається як комплекс систематичних фізичних занять, спрямованих на розвиток фізичних здібностей та забезпечення фізичного здоров'я. *Виховання* студентів є цільовою метою розвитку фізичної культури і передбачає формування в студентів цінностей, навичок і знань, пов'язаних з фізичною культурою, а також створення умов для їхнього фізичного та психологічного розвитку. *Університетське середовище* було визначене як амальгама академічної, соціальної та фізичної інфраструктури університету, де відбувається виховання фізичної культури студентів. *Роль викладачів та тренерів* була розглянута як ключова в контексті виховання фізичної культури студентів, оскільки вони відповідають за проведення навчальних занять, надання педагогічної підтримки та мотивації студентів до активного спорту та рухової активності. Було визначено, що *педагогічні технології* включають в себе методи та засоби, що використовуються для навчання та виховання студентів у галузі фізичної культури, включаючи планування та організацію занять. Було конкретизовано, що *розвиток фізичних здібностей студентів* передбачає процес поступового поліпшення фізичних можливостей та навичок студентів, що досягається завдяки систематичним фізичним

заняттям. *Мотивація до фізичної активності* була розглянута як фактори, які впливають на бажання студентів брати участь в фізичних заняттях та спорті. *Вплив фізичної культури на здоров'я студентів* був описаний через важливість фізичної активності для загального фізичного і психологічного здоров'я студентів, включаючи попередження хвороб та підтримання фізичного благополуччя. *Оцінка ефективності виховання фізичної культури* університетських студентів була визначена через аналіз результатів, досягнутих у процесі навчання та практики, а також спільну оцінку студентів і педагогічного персоналу.

Також були розглянуті теорії, які лежать в основі системи виховання фізичної культури студентів в університетах США. Ці теорії визначають концептуальну основу та підходи до організації фізичного виховання та спортивних заходів для студентів. *Гуманістична теорія* є однією з ключових теорій, на якій ґрунтується система виховання фізичної культури студентів. Вона підкреслює значення розвитку особистості студента, враховуючи його індивідуальні потреби та мотивацію. *Соціокультурна теорія* визначає роль соціального середовища та культурних чинників у формуванні фізичної культури студентів. Вона враховує вплив суспільства, культурних цінностей та норм на сприйняття та практику фізичної активності. *Теорія самоорганізації та саморегуляції* відзначає важливість розвитку самостійності та внутрішньої мотивації у студентів. Вона акцентує увагу на потребі розвивати в студентах навички самоконтролю, самодисципліни та саморегуляції у справах фізичного виховання, що може сприяти сталому інтересу та активності у цій галузі. *Теорія соціального капіталу* розглядає значення міжособистісних відносин та спільноти у формуванні фізичної культури студентів.

Було проведено огляд досліджень, присвячених фізичній активності студентів університетів США. Однією з ключових тем досліджень є *мотивація студентів до фізичної активності* та вплив психологічних факторів на їхню фізичну активність. Дослідження показують, що мотивація

може бути обумовлена різними чинниками, включаючи індивідуальні цінності, очікувані користі, страхи та перешкоди. Дослідження також звертають увагу на *розвиток фізичних здібностей студентів*. Це важливий аспект, оскільки фізичні здібності визначають рівень фізичного здоров'я та здатність до участі в спортивних заходах. *Фізична культура* також має важливий вплив на здоров'я студентів. Дослідження демонструють, що регулярна фізична активність сприяє підтриманню фізичного здоров'я та запобіганню хворобам. *Організація та педагогічні технології виховання фізичної культури* грають важливу роль у забезпеченні ефективності навчальних програм. Дослідження показують, що правильний підбір методів та засобів навчання, а також створення стимулюючого середовища може сприяти більш успішному вихованню фізичної культури. *Роль викладачів та тренерів* також була висвітлена у дослідженнях. Їхнє професійне вміння та спілкування зі студентами важливі для створення позитивного і мотивуючого впливу на фізичну активність. Нарешті, *оцінка ефективності виховання фізичної культури* є важливим аспектом у дослідженнях. Вона допомагає визначити результати та досягнення системи фізичного виховання та внести корективи для поліпшення ефективності програм та методів навчання. Загалом, дослідження, присвячені фізичній активності студентів, вказують на важливість розуміння психологічних, педагогічних та організаційних аспектів цього процесу для підвищення якості фізичного виховання та сприяння збереженню та покращенню здоров'я студентів.

## **РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ В УНІВЕРСИТЕТАХ США**

### **2.1. Структура та організація фізичного виховання студентів університетів США**

Дослідження структури та організації фізичного виховання студентів університетів США має велике значення для розвитку системи підготовки українських студентів з декількох причин. Дослідження підходів, що використовуються в американських університетах дозволяє отримати вичерпний огляд сучасних тенденцій у фізичному вихованні студентів, інноваційних методів навчання та педагогічних підходів. Це допомагає ідентифікувати успішні практики та здобутки, які можна адаптувати для української системи підготовки студентів. За допомогою досліджень структури та організації фізичного виховання в США, українські університети можуть ідентифікувати потенційні проблеми та недоліки у власній системі та зробити необхідні корективи. Це дозволяє покращити якість освіти та підготовки студентів.

Дослідження структури та організації фізичного виховання допомагає українським університетам гармонізувати свою систему з міжнародними стандартами та практиками. Це сприяє взаєморозумінню міжнародних студентів, обміну досвідом та можливості працевлаштування за кордоном. Дослідження може допомогти у формуванні інтегрованих підходів до фізичного виховання студентів, які поєднують у собі аспекти фізичної активності, спортивної діяльності та загального розвитку. Це сприятиме комплексному розвитку студентів та покращенню їхнього здоров'я та самопочуття. Дослідження структури та організації фізичного виховання може виявити необхідність у розвитку спортивної інфраструктури на кампусах університетів. Це може включати будівництво спортивних

комплексів, створення спортивних клубів та команд, що сприятиме залученню студентів до фізичної активності та спорту.

Таким чином, дослідження структури та організації фізичного виховання студентів університетів США має значення для розвитку системи підготовки українських студентів, сприяючи впровадженню передового досвіду, покращенню якості освіти та гармонізації з міжнародними стандартами. В університетах США спортивний розвиток студентів є одним з центральних пріоритетів, що стимулює розвитку програм підтримки фізичної активності молоді не тільки всередині університету, а й за його межами, що результується у виникненні унікальних загальнонаціональних програм.

Так, наприклад, програма Peer Health Exchange (PHE) спрямована на підвищення обізнаності студентів з питань здоров'я, включаючи фізичну активність. PHE надає навчання студентам-волонтерам, які потім проводять регулярні інтерактивні сесії зі студентами першого курсу на різні теми здоров'я, включаючи фізичну активність, харчування та психічне здоров'я. Ця програма покликана створити на кампусах університетів США культуру здорового способу життя та стимулювати студентів до збереження здоров'я та активного способу життя.

Peer Health Exchange (PHE) є некомерційною організацією, яка була заснована в 2003 році з метою підвищення рівня охорони здоров'я та ведення здорового способу життя серед молоді. Ця ініціатива була відповіддю на розрив у доступі до якісної освіти з охорони здоров'я для школярів, особливо в малолюдних спільнотах. Основний принцип PHE полягає в залученні студентів-волонтерів з коледжів, які служать інструкторами з охорони здоров'я для старшокласників у школах. Студенти-волонтери проходять спеціалізоване навчання для проведення занять з основних питань охорони здоров'я, таких як репродуктивне здоров'я, психічне здоров'я, наркотики та алкоголь. Програма прагне створити довірливі відносини між молодшими та старшими учнями, сприяючи тим самим ефективному сприйняттю інформації.



За свою історію, PHE довела свою ефективність, допомагаючи учням зрозуміти та приймати відповідальні рішення стосовно свого здоров'я. Дослідження показали, що учасники програми мають вищий рівень знань з охорони здоров'я та більшу ймовірність отримання необхідної медичної допомоги порівняно з їхніми однолітками, які не брали участь в PHE. Програма Peer Health Exchange є ефективним механізмом для підвищення освіченості молоді у сфері охорони здоров'я та сприяння здоровому способу життя. Вона визнає важливість ранньої профілактики та освіти, і використовує унікальний підхід до залучення молоді, надаючи їм знання та інструменти для прийняття обдуманих рішень щодо їхнього здоров'я. Вона є потужним інструментом розвитку самосвідомості в сфері фізичної культури.

Інша загальнонаціональна програма – Intramural Sports. Багато університетів в США пропонують інтрамуральні спортивні змагання для студентів. Ці змагання проводяться в рамках університету, де студенти можуть брати участь у різних спортивних змаганнях, таких як футбол, баскетбол, волейбол, настільний теніс тощо. Ця програма сприяє активному життєвому стилю студентів, залучає до спортивної діяльності та сприяє формуванню командного духу [164]. Intramural Sports відносяться до організованих спортивних змагань та ігор, які проводяться в межах освітнього закладу і, як правило, участь у них беруть студенти та співробітники цього закладу. Ці програми відрізняються від міжуніверситетського спорту, де команди конкретного університету змагаються на рівні держави чи нації.

Основна мета Intramural Sports полягає в стимулюванні учасників до активного способу життя, сприянні фізичному розвитку, розвитку навичок співпраці та колективної взаємодії. Ця програма сприяє не тільки підтримці фізичної форми учасників, але й розвиває соціальні зв'язки, лідерські якості та зміцнює спільноту в освітньому закладі. Незважаючи на конкурентний характер деяких ігор та змагань у межах Intramural Sports, акцент завжди робиться на участі, а не на високопрофесійній спортивній майстерності. Це

дозволяє студентам різного рівня підготовки та досвіду взяти участь і насолодитися фізичною активністю. В університетах та коледжах по всьому світу програми Intramural Sports вважаються важливою частиною студентського життя, оскільки вони забезпечують баланс академічного навчання та фізичної активності, сприяючи загальному благополуччю студентів. В США ця програма особливо поширена, чому сприяє розвинена спортивна інфраструктура та широка зацікавленість суспільства в аматорському спорті.

Програма Group Fitness Classes є ще одним прикладом стимулювання інтересу до фізичної активності. Багато університетів мають спортивні центри, які пропонують різні групові заняття фітнесу для студентів. Ці заняття можуть включати аеробіку, йогу, зумбу, танці тощо. Групові заняття дозволяють студентам спілкуватися, займатися спортом разом та підтримувати мотивацію до фізичної активності [187]. Це організовані класи фізичної активності, проведені сертифікованим інструктором, в яких група людей виконує різноманітні вправи з метою підтримання здоров'я, покращення фізичної форми, а також забезпечення соціальної взаємодії учасників. Основною особливістю таких класів є їхня структурність та різноманітність. За допомогою досвідченого інструктора учасники дізнаються про правильну техніку виконання вправ, яка допомагає мінімізувати ризик травм. Інструктор також мотивує учасників та допомагає їм залишатися зосередженими на своїх цілях з фізичної підготовки.

Групові заняття фітнесом мають різні напрямки і можуть включати аеробіку, стретчинг, йогу, пілатес, заняття з важелями, кардіо-тренування, танцювальні класи та багато інших. Деякі класи орієнтовані на високу інтенсивність, в той час як інші сфокусовані на релаксації та розтяжці. Однією з ключових переваг групових занять є соціальна взаємодія. Вони допомагають утворювати спільноти однодумців, які підтримують одне одного в процесі досягнення спортивних цілей [252; 253]. Така соціальна взаємодія часто служить додатковим стимулом для регулярних тренувань.

В узагальненому вигляді, групові заняття фітнесом пропонують структуроване середовище для покращення фізичної форми, забезпечуючи при цьому мотивацію, безпеку та соціальну взаємодію, що робить їх популярним вибором для багатьох людей, які прагнуть вести здоровий спосіб життя.

Програма Outdoor Adventure Programs – ще одна загальнонаціональна програма активізації інтересу до фізичної активності. Деякі університети пропонують програми з активним відпочинком на відкритому повітрі. Ці програми можуть включати походи, каякінг, скелелазіння, лижні та сноубордові виїзди та інші пригодницькі активності. Ці програми сприяють розвитку навичок лідерства, командної роботи та сприяють стимулюванню інтересу до активного способу життя серед студентів [302].

Outdoor Adventure Programs – це структуровані програми, які включають в себе різноманітні активності на природі, спрямовані на особистісний розвиток, пізнання, лідерські навички та підтримку екологічної свідомості. Такі програми нерідко інтегруються в педагогічні та психологічні моделі з метою сприяння позитивним змінам в учасників через взаємодію з природним середовищем.

Outdoor Adventure Programs можуть бути дуже різноманітними за своєю суттю і можуть включати в себе активності такі як гірський туризм, каякінг, каное, альпінізм, спелеологія, а також багатоденні експедиції. Центральною ідеєю більшості таких програм є занурення в природне середовище з метою вивчення його, взаємодії з ним, а також вивчення себе в нових для себе обставинах. Особлива увага в цих програмах приділяється розвитку міжособистісних навичок, таких як співпраця, розв'язання конфліктів, прийняття рішень у групі та самостійне вирішення проблем. Учасники вчаться покладатися на свої здібності, долати фізичні та психологічні виклики, а також взаємодіяти з іншими в умовах, які відрізняються від звичних. Окрім особистісного розвитку, вони також акцентують увагу на екологічній свідомості та відповідальності. Учасники

вчаться цінувати природу, розуміти її взаємозв'язки та взаємодії, а також вдосконалюють свої навички мінімізації впливу на довкілля. Загалом, Outdoor Adventure Programs представляють собою комплексний підхід до освіти і особистісного розвитку через взаємодію з природою, який спрямований на підвищення фізичного благополуччя, психологічного росту та екологічної свідомості учасників.

Всі ці програми спрямовані на сприяння фізичній активності та розвитку здорового способу життя серед студентів університетів США. Вони надають студентам можливість займатися різноманітними видами фізичної діяльності, розвивати соціальні навички та підтримувати загальний стан здоров'я.

Фізичне виховання студентів університетів США характеризується досить комплексною та розгалуженою структурою (рис. 2.1), яка відображає сучасні підходи до сприяння фізичній активності, здоров'ю та спорту серед студентської молоді. Дана структура базується на принципах впровадження інтегрованих підходів, підтримки різноманітності та врахування індивідуальних потреб студентів.

По-перше, важливим аспектом структури фізичного виховання є *інтеграція* фізичних активностей у загальний навчальний процес. Багато університетів включають обов'язкові курси фізичного виховання в загальний план навчання, що забезпечує усім студентам можливість отримати фізичну активність та підвищити рівень фізичної компетентності.

По-друге, структура фізичного виховання включає *багатоцільові спортивні програми та клуби*, які дають студентам можливість вибрати для себе підходящий спортивний напрямок. Це можуть бути традиційні види спорту, такі як футбол, баскетбол, теніс, або альтернативні види фізичної активності, такі як йога, танці, стрітбол тощо.

По-третє, розгалужена структура фізичного виховання включає також *програми з активним відпочинком на відкритому повітрі*, які стимулюють студентів до участі у пригодницьких активностях, таких як походи,

скелелазіння, лижні та сноубордичні виїзди. Ці програми сприяють розвитку навичок лідерства, командної роботи та сприяють покращенню фізичного стану студентів [235; 238; 239].

По-четверте, структура фізичного виховання університетів США передбачає *підтримку активних студентських спортивних команд*. Багато університетів мають власні спортивні команди, які беруть участь у різних міжуніверситетських змаганнях та лігах.

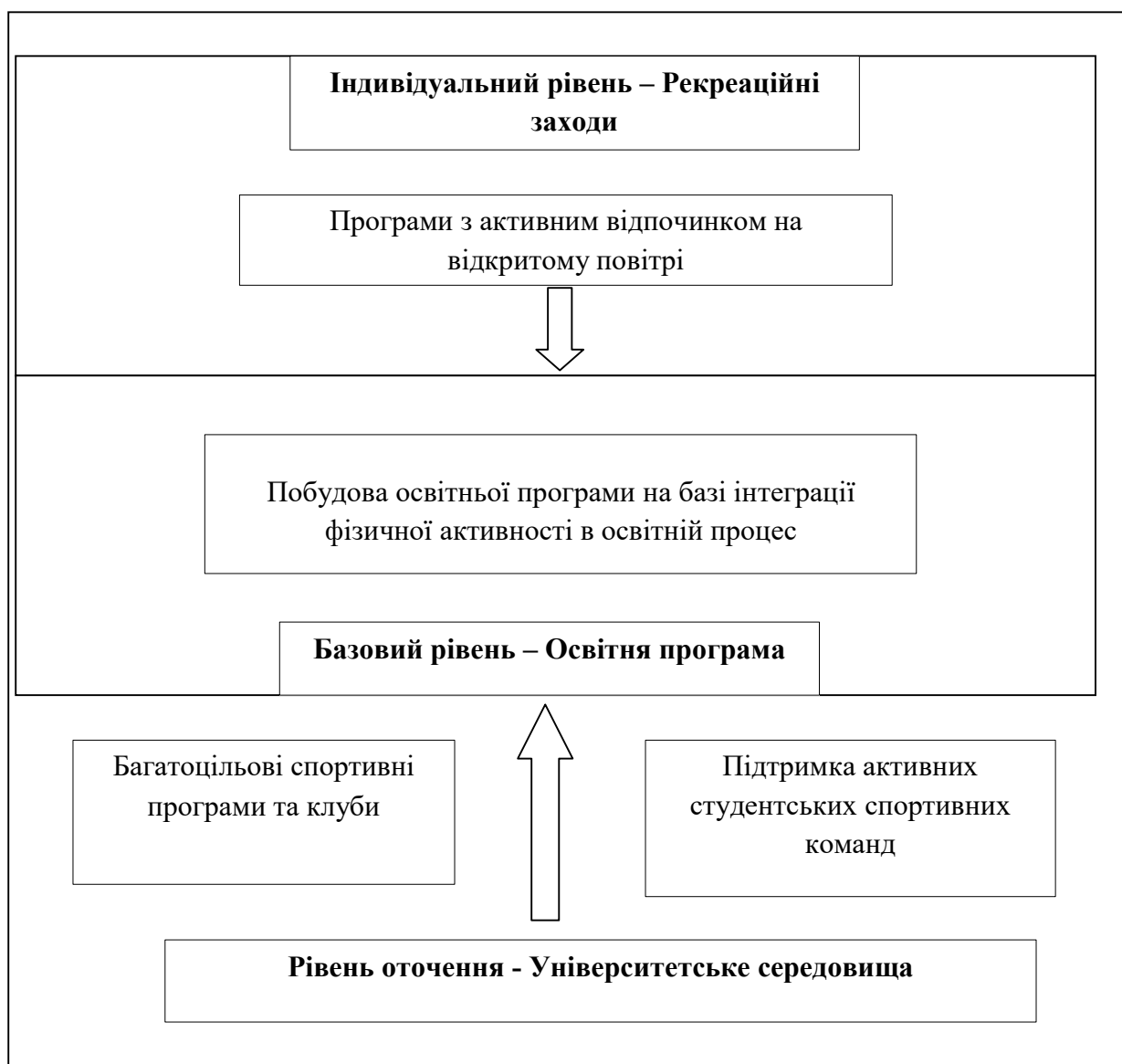


Рис. 2.1. Структура фізичного виховання в університетах США

Таким чином, особливості структури фізичного виховання студентів університетів США полягають у інтегрованості фізичних активностей у

навчальний процес, розмаїтості спортивних програм та клубів, акценту на активний відпочинок на відкритому повітрі та підтримці активних спортивних команд. Ці особливості сприяють формуванню здорового способу життя, розвитку фізичних та соціальних навичок серед студентської молоді, що є важливим аспектом інтегральної освітньої стратегії університетів США.

Організація фізичного виховання студентів університетів США відзначається декількома особливостями, що відображають сучасні тенденції та підходи до забезпечення якісної фізичної активності та здорового способу життя серед студентської молоді.

По-перше, університетські програми фізичного виховання орієнтовані на *забезпечення гнучкості та індивідуалізації підходу*. Застосування різних підходів до фізичного навчання дозволяє задовольнити різноманітні потреби та інтереси студентів. Університети надають можливість студентам вибирати з різноманітних фізичних активностей, таких як спортивні заняття, фітнес-програми, танці, йога тощо.

По-друге, організація фізичного виховання в університетах США спрямована на *активне залучення студентів до спортивної діяльності та змагань*. Велика увага приділяється формуванню спортивних команд, які представляють університети в різних змаганнях та лігах. Це сприяє розвитку спортивного духу, творить командний дус та формує лідерські якості серед студентів.

По-третє, організація фізичного виховання спрямована на *інтеграцію здорового способу життя у повсякденний режим студентів*. Університетські програми прагнуть стимулювати активний спосіб життя, надаючи можливості для регулярної фізичної активності, популяризуючи здорову харчову поведінку та забезпечуючи підтримку психічного здоров'я.

По-четверте, важливим аспектом організації фізичного виховання є *впровадження інноваційних технологій у навчальний процес*. Використання мобільних додатків, спортивних трекерів, віртуальних інструкторів тощо

сприяє підвищенню мотивації студентів до фізичної активності та сприяє зручності організації навчального процесу.

Загалом, організація фізичного виховання студентів університетів США характеризується гнучким та індивідуалізованим підходом, акцентом на активну спортивну діяльність та змагання, підтримкою здорового способу життя та використанням інноваційних технологій у навчальному процесі. Ці особливості сприяють створенню сприятливого середовища для розвитку фізичних та соціальних навичок студентів та формуванню здорового та активного студентського контингенту.

*Інтеграція фізичних активностей у загальний навчальний процес студентів США має важливе значення з багатьох науково обґрунтованих причин [362]. Цей підхід передбачає впровадження фізичної активності як необхідної складової університетської освіти, що сприяє гармонійному розвитку студентів та формуванню здорового способу життя. По-перше, інтеграція фізичних активностей сприяє поліпшенню фізичного здоров'я студентів. Наукові дослідження підтверджують, що регулярна фізична активність сприяє зниженню ризику розвитку хронічних захворювань, таких як серцево-судинні захворювання, цукровий діабет та ожиріння. Фізична активність також підвищує імунітет та сприяє загальному фізичному самопочуттю студентів. По-друге, інтеграція фізичних активностей сприяє покращенню психічного здоров'я студентів. Дослідження показують, що фізична активність сприяє зниженню рівня стресу та тривожності, покращує настрій та збільшує рівень задоволеності життям. Це особливо важливо для студентів, які часто зазнають психологічного навантаження під час навчання та підготовки до іспитів. По-третє, інтеграція фізичних активностей сприяє покращенню навчальних результатів студентів. Дослідження показують, що фізична активність сприяє покращенню когнітивних функцій, таких як увага, пам'ять та креативність. Студенти, які регулярно займаються фізичною активністю, зазвичай мають кращу концентрацію та здатність до усвідомленого навчання. По-четверте, інтеграція фізичних активностей*

сприяє формуванню здорового способу життя серед студентів, що має довгострокові переваги для їхнього здоров'я. Формування здорових звичок у період навчання може забезпечити студентам активний та здоровий спосіб життя й у зрілому віці. Загалом, інтеграція фізичних активностей у загальний навчальний процес студентів США підтримує їхнє фізичне та психічне здоров'я, покращує навчальні результати та сприяє формуванню здорового способу життя. Такий підхід є важливим елементом забезпечення комплексного розвитку та підготовки студентів до викликів сучасного світу.

Дослідження ефективності інтеграції фізичних активностей у загальний навчальний процес студентів США мають високе практичне значення для забезпечення якісної освіти та стимулювання здорового способу життя серед студентської молоді. Такі дослідження здійснюються з метою виявлення переваг та впливу інтеграції фізичних активностей на різні аспекти студентського життя та академічних досягнень.

Наприклад, одне з досліджень, проведених Ф. Родригесом (F. Rodrigues) та співавторами, вивчало вплив інтеграції фізичних активностей у навчальний процес студентів на їхні академічні результати та психологічний стан. Учасниками дослідження були студенти різних університетів США, які брали участь у регулярних спортивних заняттях в рамках університетської програми фізичного виховання. Результати дослідження показали, що студенти, які регулярно займались фізичною активністю, мали кращі академічні досягнення порівняно з тими, хто не брав участі в спортивних заняттях. Крім того, студенти, які займались фізичною активністю, відзначили зниження рівня стресу, покращення настрою та психологічного самопочуття. Дослідники прийшли до висновку, що інтеграція фізичних активностей у навчальний процес сприяє підвищенню академічної продуктивності та здоров'я студентів [75].

Ще одне дослідження, проведене К. Томпсоном (M. Thompson) та колегами в 2017 році, вивчало вплив програми інтегрованого фізичного виховання на здоров'я студентів та їхні звички щодо фізичної активності. В



рамках дослідження студенти брали участь у спеціально розробленій програмі, яка включала фізичні заняття, лекції з здорового способу життя та практичні завдання щодо підтримки активного життя. Результати дослідження показали, що програма інтегрованого фізичного виховання призвела до значущого покращення фізичного здоров'я студентів. Зокрема, спостерігалось зниження рівня ожиріння та покращення кардіореспіраторної функції учасників програми [404]. Крім того, студенти, які брали участь у програмі, виявили збільшену мотивацію до фізичної активності та більшу схильність до здорового способу життя.

Зазначені дослідження є лише декількома прикладами з численних досліджень, які підтверджують ефективність інтеграції фізичних активностей у загальний навчальний процес студентів США. Ці дослідження вказують на позитивний вплив фізичної активності на академічні результати, психологічний стан та здоров'я студентів, що підкреслює важливість цього підходу для стимулювання розвитку студентської молоді та покращення якості життя.

Приклади інтеграції фізичних активностей у загальний навчальний процес студентів США можуть бути різноманітними та спрямованими на різні аспекти фізичного виховання та здорового способу життя студентів.

Один із прикладів є включення фізичних занять у розклад університетських групових занять (Florida Atlantic University). Університети можуть пропонувати студентам різні типи групових фізичних активностей, такі як йога, аеробіка, танці тощо [111]. Це дозволяє студентам займатися фізичною активністю в комфортних умовах та відповідно до свого графіку.

Інший приклад – це організація спортивних турнірів та змагань серед студентів (Penn, Harvard, Stanford). Університети можуть проводити спортивні змагання з різних видів спорту, які залучають студентів до участі в командних забігах, волейбольних матчах, футбольних чемпіонатах тощо. Це не тільки стимулює студентів до фізичної активності, але і сприяє розвитку командної співпраці та лідерських якостей [310; 356].

Третій приклад – це впровадження фізичних активностей у навчальні програми. Університети можуть пропонувати спеціальні навчальні курси з фізичного виховання та здорового способу життя, які включають теоретичні знання та практичні заняття з різних видів спорту або фітнесу.

Крім того, інтеграція фізичних активностей може відбуватися через застосування інтерактивних технологій та мобільних додатків. Університети створюють спеціальні додатки, які стимулюють студентів до регулярної фізичної активності та відстежують їхні досягнення. Такі додатки можуть надавати індивідуальні тренування, підказки щодо здорового харчування та мотиваційні бонуси за досягнення спортивних цілей (Додаток А, Б, В, Г).

Зазначені приклади свідчать про широкий спектр можливостей інтеграції фізичних активностей у навчальний процес студентів США. Ці ініціативи сприяють покращенню фізичного здоров'я та психічного стану студентів, підвищенню академічних досягнень та стимулюванню здорового способу життя серед студентської молоді.

*Багатоцільові спортивні програми та клуби* відіграють важливу роль у фізичному вихованні студентів США з декількох науково обґрунтованих причин. Такі програми та клуби спрямовані на досягнення різноманітних цілей, що впливає на комплексний розвиток студентів та формування здорового способу життя [272]. По-перше, багатоцільові спортивні програми та клуби надають можливість студентам займатися фізичною активністю в різних форматах та напрямках. Спорт виявляється багатогранним інструментом, який може задовольнити інтереси та потреби різних індивідів. Наявність різноманітних спортивних програм дозволяє студентам обирати той вид фізичної активності, який відповідає їхнім уподобанням та потребам, що позитивно впливає на мотивацію та стійкість до фізичних занять. По-друге, багатоцільові спортивні програми та клуби сприяють соціальному взаємодії та формуванню командного духу серед студентів. Участь у спортивних командах та клубах вимагає співпраці, взаєморозуміння та взаємопідтримки, що сприяє розвитку комунікативних навичок та лідерських

якостей. Крім того, спортивні програми створюють сприятливе середовище для взаємодії студентів різних культур, що сприяє розумінню та толерантності. По-третє, багатоцільові спортивні програми та клуби сприяють підтримці здорового способу життя серед студентів. Регулярна фізична активність має позитивний вплив на фізичне та психічне здоров'я. Великий вибір спортивних програм дозволяє студентам займатися фізичною активністю, яка відповідає їхнім фізичним можливостям та інтересам, що підвищує ймовірність їхньої стійкої участі та досягнення позитивних ефектів. Загалом, багатоцільові спортивні програми та клуби є важливими компонентами фізичного виховання студентів у США. Такі програми сприяють комплексному розвитку студентів, формуванню здорового способу життя, покращенню соціальних навичок та стимулюють активну участь студентів у спортивній діяльності.

Дослідження ефективності багатоцільових спортивних програм та клубів у фізичному вихованні студентів США є актуальним напрямком досліджень, оскільки вони дозволяють визначити вплив таких програм на різні аспекти життя студентів та їхні академічні досягнення.

Одне з досліджень, проведених М. Саху (M. Sahu) та співавторами в 2022 році, вивчало вплив університетських спортивних програм на здоров'я студентів. Учасниками дослідження були студенти, які брали участь у різних спортивних програмах університету. Результати дослідження показали, що студенти, які регулярно займалися фізичною активністю у рамках спортивних програм, мали кращий фізичний стан, менше страждали від стресу та виявляли більшу стійкість до психологічного навантаження порівняно зі студентами, які не брали участі у таких програмах [331].

Інше дослідження, проведене Л. Лоуер-Хопе (L. Lower-Hoppe) та колегами в 2020 році, вивчало вплив участі у спортивних клубах на академічні досягнення студентів. Дослідники аналізували дані студентів з різних університетів та порівнювали успішність студентів, які займалися спортивною діяльністю, з успішністю тих, хто не брав участі у спортивних

клубах [256]. Виявилось, що студенти, які брали участь у спортивних клубах, мали кращі академічні досягнення та були більш мотивовані до навчання.

Крім того, дослідження М. Уїтлі (M. Whitley) та співавторів в 2018 році зосереджувалося на впливі спортивних програм на соціальний розвиток студентів. Учасниками дослідження були студенти, які брали участь у різних спортивних програмах та клубах. Дослідники виявили, що участь у спортивних програмах сприяла формуванню комунікативних навичок, розвитку лідерських якостей та покращенню взаємовідносин з оточуючими [403].

Зазначені дослідження свідчать про позитивний вплив багатоцільових спортивних програм та клубів на різні аспекти студентського життя в США. Вони підтверджують значущі переваги фізичної активності для фізичного та психологічного здоров'я, академічних досягнень та соціального розвитку студентів. Такі дослідження є важливим внеском у розуміння ефективності спортивних програм та їхнього впливу на здоров'я та життя студентів.

*Розгалужена структура фізичного виховання з включенням програм активного відпочинку на відкритому повітрі* для студентів США відіграє ключову роль у забезпеченні комплексного та збалансованого розвитку фізичної активності, здоров'я та благополуччя студентської спільноти. Цей розгалужений підхід до фізичного виховання базується на наукових дослідженнях та принципах збалансованого підходу до здорового життя, що включає різноманіття фізичних активностей, сприятливих умов для їхнього виконання та стимулювання активного способу життя [123].

По-перше, активний відпочинок на відкритому повітрі дозволяє студентам займатися фізичними активностями у природному середовищі, що має низку переваг для фізичного здоров'я. Природне оточення забезпечує приємність та сприятливі умови для фізичних занять, що позитивно впливає на мотивацію та участь студентів у фізичних активностях. Дослідження показують, що фізичні активності на відкритому повітрі сприяють зниженню рівня стресу, покращенню настрою та загального фізичного самопочуття.

По-друге, програми активного відпочинку на відкритому повітрі сприяють соціальній взаємодії та зміцненню групового духу. Участь у спільних фізичних активностях сприяє формуванню командної взаємодії, співпраці та лідерських якостей. Залучення до групових спортивних заходів на відкритому повітрі сприяє покращенню соціальних навичок та створенню позитивного та підтримуючого соціального клімату серед студентів. По-третє, активний відпочинок на відкритому повітрі допомагає розширити спектр фізичних активностей, що доступні студентам. Різноманітність програм та активностей забезпечує можливість вибору того виду фізичної активності, який найбільше відповідає індивідуальним інтересам та здібностям студентів. Це стимулює більшу мотивацію до занять спортом, що сприяє більшій сталості та активності у фізичних програмах.

Дослідження щодо ефективності програм з активним відпочинком на відкритому повітрі для фізичного виховання студентів США викликає зростаючий інтерес серед науковців та практиків у галузі фізичної активності та здоров'я. Здійснення фізичної активності на свіжому повітрі надає можливості поєднати рухову активність із природою, що потенційно може збільшити залученість до фізичної активності і поліпшити загальний стан здоров'я. У контексті вищої освіти в США, студентський період характеризується збільшеним рівнем стресу, сидячим способом життя і недостатньою фізичною активністю. У зв'язку з цим, науковці і освітні фахівці протягом останніх років досліджували можливості впровадження програм активного відпочинку на відкритому повітрі в університетських середовищах. Дослідження А. Шнайдера (A. Snyder) показали, що програми активного відпочинку на відкритому повітрі можуть сприяти збільшенню рівня фізичної активності серед студентів [349]. Інтерактивні ігри, спортивні змагання, екскурсії в природні заповідники та різноманітні заняття, проведені на відкритому повітрі, виявилися більш привабливими для студентів порівняно з традиційними формами фізичного виховання в спортивних залах або тренажерних залах. Однією з ключових переваг цих

програм є те, що вони сприяють розширенню можливостей для заняття фізичною активністю та сприяють більш активному стилю життя взагалі.

Додатково, деякі дослідження (А. Доннелі (A. Donnelly), Т. Макінтайр (T. MacIntyre)) доводять, що активний відпочинок на відкритому повітрі може позитивно впливати на психологічний стан студентів. Знаходження в природному оточенні, зокрема, пов'язане зі зниженням рівня стресу, покращанням настрою та зниженням ризику виникнення депресивних симптомів [138]. Такі результати свідчать про потенційну психологічну користь програм активного відпочинку на відкритому повітрі в контексті студентського життя.

Загалом, наукові дослідження підтверджують, що програми активного відпочинку на відкритому повітрі можуть стати ефективним інструментом для підвищення рівня фізичної активності та покращення загального стану здоров'я студентів університетів США. Програми такого типу забезпечують унікальний підхід до фізичного виховання, що сприяє збільшенню мотивації до занять спортом, сприяючи тим самим підтримці здорового способу життя та добробуту студентської громадськості. Важливим аспектом подальших досліджень у цій області є оцінка конкретних програм активного відпочинку на відкритому повітрі для різних груп студентів з урахуванням індивідуальних особливостей та потреб.

Деякі університети в США впроваджують *програми з активним відпочинком на відкритому повітрі для студентів* з метою підвищення рівня фізичної активності та покращення загального стану здоров'я. Один із прикладів такої програми – «Nature Walks for Wellness» (природні прогулянки для покращення самопочуття) [265]. Ця програма розроблена на основі концепції «ecotherapy» (екотерапія), яка базується на сприянні психологічному та фізичному здоров'ю через взаємодію з природним оточенням. У рамках цієї програми студенти збираються в малих групах та разом з інструктором здійснюють прогулянки в околицях університетського кампусу або близьких природних заповідників. Під час прогулянок,

інструктори сприяють взаємодії учасників з природою, проводять вправи для розслаблення та зосередження уваги на навколишньому середовищі.

Дослідники оцінили ефективність цієї програми за допомогою анкетного опитування студентів, що приймали участь у прогулянках. При цьому були зібрані дані про рівень фізичної активності, рівень стресу та загальний стан самопочуття учасників перед та після програми. Порівняння результатів дозволило виявити позитивний вплив природних прогулянок на студентів (І. Холт (E. Holt)). За результатами дослідження виявлено збільшення рівня фізичної активності учасників після участі в програмі. Природні прогулянки сприяли зниженню рівня стресу та збільшенню позитивного настрою серед студентів. Отримані дані підтверджують, що програма «Nature Walks for Wellness» може вважатись ефективним інструментом для поліпшення фізичного та психологічного здоров'я студентів університетів [202].

*Підтримка активних студентських спортивних команд* в системі фізичного виховання університетів США має важливе соціальне та академічне значення. Спортивна діяльність на університетському рівні створює унікальні можливості для студентів займатися фізичною активністю, розвивати спортивні таланти, сприяти соціальному взаємодії та поліпшувати академічний успіх.

По-перше, спортивна діяльність сприяє підтримці фізичної активності серед студентської громадськості. Заняття спортом та участь у спортивних змаганнях сприяють зниженню ризику виникнення хронічних захворювань, підвищенню загального здоров'я та фізичної витривалості. Регулярна фізична активність також сприяє поліпшенню когнітивних функцій, що може позитивно вплинути на навчальний процес та академічні досягнення студентів.

По-друге, активна підтримка студентських спортивних команд сприяє створенню сприятливого середовища для соціальної взаємодії та співпраці. Командні види спорту сприяють розвитку навичок співпраці, лідерства та

взаємодії зі співробітниками, що є важливими як в університетському житті, так і в подальшій кар'єрі студентів. Спільні змагання і тренування сприяють формуванню підтримуючої командної динаміки, що допомагає студентам розвивати цінні соціальні навички.

По-третє, спортивна діяльність може позитивно вплинути на академічний успіх студентів. В дослідженнях підтверджується зв'язок між участю у спортивних програмах та покращенням академічної продуктивності. Заняття спортом сприяють формуванню навичок самодисципліни, планування та організації часу, що може допомогти студентам у балансуванні навчання і зайнятості в університеті.

Таким чином, підтримка активних студентських спортивних команд у системі фізичного виховання університетів США є важливим елементом створення здорового та динамічного навчального середовища. Спортивна діяльність забезпечує збереження та покращення фізичного здоров'я студентів, сприяє формуванню соціальних навичок та стимулює академічний розвиток. Інвестиції в підтримку спортивних команд можуть приносити значні переваги для студентів, університетів та суспільства в цілому.

Дослідження ефективності підтримки активних студентських спортивних команд в системі фізичного виховання студентів університетів США має багатогранний характер і базується на різноманітних методологічних підходах. По-перше, здійснюються дослідження, спрямовані на визначення впливу спортивної діяльності на фізичне здоров'я та загальний стан студентів.

Один з методів дослідження полягає в оцінці рівня фізичної активності серед студентської громадськості залежно від участі у спортивних командах. Зазвичай проводять анкетні опитування та пасивний спостереження за студентами. Результати показують, що студенти, які беруть участь у спортивних командах, мають вищий рівень фізичної активності порівняно з тими, хто не займається спортом.



У системі фізичного виховання студентів в університетах США існує ряд програм, які підтримують активні студентські спортивні команди. Один із прикладів такої програми – «Varsity Athletics Program» (програма спортивної першості). «Varsity Athletics Program» – це програма, яка сприяє розвитку і підтримці спортивної активності на вищому рівні університетської громадськості. У рамках цієї програми університет створює структуру спортивних команд, які представляють університет на міжуніверситетських змаганнях та чемпіонатах [350]. Спортивні команди можуть брати участь у різних дисциплінах, таких як баскетбол, футбол, волейбол, легка атлетика та інші. Ця програма забезпечує студентам можливість брати участь у професійно організованих спортивних змаганнях і розвиватися в спортивних дисциплінах. Командам надається доступ до висококласного тренерського складу та спортивних закладів для тренувань. Крім того, студентам-спортсменам надається підтримка в сфері навчання, щоб забезпечити баланс між спортивною кар'єрою та академічними вимогами.

Оцінка ефективності «Varsity Athletics Program» зазвичай проводиться за допомогою моніторингу різних параметрів. Дослідники збирають дані про участь команд у змаганнях, досягнення та результати, а також відстежують рівень фізичної активності студентів-спортсменів. Крім того, вивчаються соціальні аспекти, такі як взаємодія зі співробітниками та вплив на студентську громадськість. Наукові дослідження підтверджують позитивний вплив «Varsity Athletics Program» на студентське життя. Зокрема, студенти, які займаються спортом на рівні університетських команд, мають вищий рівень фізичної активності та загального здоров'я. Крім того, виявлено позитивний вплив спортивних команд на академічний успіх студентів, що свідчить про важливість сприяння спортивній діяльності для загального розвитку студентів [257]. Такі програми сприяють створенню здорового та динамічного навчального середовища, де спортивна діяльність сприяє формуванню соціальних навичок та спільної командної динаміки. Вони допомагають студентам розвивати навички лідерства, самодисципліни та

взаємодії з іншими, що важливо для їхньої особистісного та професійного розвитку.

*Орієнтованість на забезпечення гнучкості та індивідуалізації підходу* до фізичного виховання студентів в університетах США є важливою з точки зору оптимізації психофізичного розвитку студентів, стимулювання мотивації до фізичної активності та поліпшення загального стану здоров'я. Передусім, індивідуалізація підходу дозволяє враховувати індивідуальні потреби, інтереси та можливості студентів. Кожен студент має свої унікальні фізичні характеристики, здібності та здоров'я. Врахування цих особливостей дозволяє створити оптимальні умови для досягнення максимальних результатів у фізичній активності [301]. Орієнтованість на індивідуалізацію підходу також сприяє покращенню самооцінки та самоповаги студентів, що може позитивно впливати на їхній академічний успіх та загальний розвиток.

Далі, гнучкий підхід дозволяє адаптувати фізичне виховання до змінних потреб та обставин студентів. Студентське життя характеризується різноманіттям академічних, соціальних та особистих зобов'язань. Гнучкий підхід дозволяє студентам знаходити зручний графік занять з фізичною активністю, а також вибирати види спорту, які найбільше відповідають їхнім інтересам та потребам. Такий підхід може стимулювати студентів до регулярної фізичної активності, оскільки він збільшує зручність та доступність спортивних можливостей.

Крім того, орієнтованість на гнучкість та індивідуалізацію підходу враховує різноманітність потреб та інтересів студентів. Університетська громадськість складається з представників різних культур, соціальних груп та фізичних здібностей. При впровадженні індивідуалізованих програм фізичного виховання з урахуванням цих різноманітних факторів, університети забезпечують включеність та рівний доступ до спортивних можливостей для всіх студентів, незалежно від їхнього походження чи фізичних здібностей.

Орієнтованість на забезпечення гнучкості та індивідуалізації підходу до фізичного виховання студентів в університетах США є необхідним елементом створення сприятливого навчального середовища, що допомагає розвитку студентів як фізично, так і психологічно. Індивідуалізація підходу дозволяє стимулювати інтерес до фізичної активності та формувати здоровий спосіб життя, що має позитивний вплив на загальний розвиток та самопочуття студентів університетів США.

Дослідження ефективності орієнтованості на забезпечення гнучкості та індивідуалізації підходу до фізичного виховання студентів університетів США становить важливий напрям наукових досліджень, який спрямовано на з'ясування впливу цього підходу на фізичний розвиток, академічні досягнення та загальний стан здоров'я студентської молоді. У багатьох дослідженнях з'ясовувалась роль гнучкості та індивідуалізації підходу до фізичного виховання у стимулюванні фізичної активності серед студентів [71; 132; 208]. Результати досліджень свідчать про те, що студенти більшою мірою беруть участь у фізичних заняттях, якщо програми фізичного виховання враховують їхні індивідуальні потреби, інтереси та здібності. Гнучкий підхід дозволяє студентам вибирати спортивні дисципліни та фізичні заняття, які найбільше відповідають їхнім вподобанням, що стимулює їх до регулярної фізичної активності. Крім того, наукові дослідження зосереджують увагу на впливі індивідуалізації підходу до фізичного виховання на академічні досягнення студентів. Виявлено, що забезпечення гнучкості у фізичних заняттях допомагає студентам краще балансувати між академічними зобов'язаннями та спортивною діяльністю. Це може позитивно вплинути на їхній академічний успіх, оскільки студенти з більш гнучким графіком занять мають більше можливостей для присвячення часу навчанню та розвитку навичок. У дослідженнях також з'ясовується вплив гнучкості та індивідуалізації підходу до фізичного виховання на загальний стан здоров'я студентів. Виявлено, що активні студенти, які мають можливість обирати спортивні заняття та регулювати свій графік, мають

краще фізичне здоров'я, знижений ризик виникнення хронічних захворювань та покращені показники фізичної витривалості.

Загалом, дослідження ефективності орієнтованості на забезпечення гнучкості та індивідуалізації підходу фізичного виховання студентів в університетах США підтверджують позитивний вплив такого підходу на різні аспекти студентського життя. Індивідуалізація підходу допомагає стимулювати інтерес до фізичної активності, поліпшує академічні досягнення та загальний стан здоров'я студентів. Такий підхід є ключовим для створення сприятливого навчального середовища, яке сприяє розвитку студентів як фізично, так і психологічно.

Університети США вдосконалюють свої програми фізичного виховання, орієнтовані на забезпечення гнучкості та індивідуалізації, для задоволення потреб студентського співтовариства. Одним із прикладів такої орієнтованості є «Blended Physical Education Program» (програма змішаного фізичного виховання) [108]. У рамках програми «Blended Physical Education Program», університет надає студентам можливість вибирати між традиційними інструкторськими заняттями та інтерактивними вебінарами. Цей підхід дозволяє студентам заняття фізичним вихованням адаптувати до свого графіка та індивідуальних потреб. Студенти можуть обирати, які заняття хочуть відвідувати особисто, а які більше підходять для онлайн-формату. Такий підхід допомагає студентам краще керувати своїм часом та більш ефективно поєднувати навчання та спортивну діяльність.

Ще одним прикладом є Individualized Fitness Plans (індивідуальні фітнес-плани). В рамках цієї програми студентам надається можливість працювати зі спеціалізованим фітнес-інструктором для розробки персоналізованого фітнес-плану. Фітнес-план враховує фізичні здібності, цілі та інтереси студента. Такий індивідуалізований підхід допомагає студентам досягати своїх конкретних цілей щодо фізичної активності та поліпшення здоров'я [155]. Також, деякі університети пропонують студентам можливість вибору з різних спортивних дисциплін та активностей. Наприклад, студенти

можуть обирати між груповими заняттями, індивідуальними тренуваннями, командними видами спорту, фітнес-залами та заняттями на відкритому повітрі. Такий різноманітний вибір допомагає студентам знайти ту фізичну активність, яка найбільше відповідає їхнім інтересам та потребам. Ці приклади свідчать про те, що університети США вдосконалюють свої програми фізичного виховання з урахуванням індивідуальних потреб студентів та сприяють гнучкості їхнього навчального досвіду. Такі ініціативи сприяють стимулюванню інтересу до фізичної активності, покращенню академічних результатів та загального стану здоров'я студентів. Орієнтованість на індивідуалізацію підходу до фізичного виховання визнається як важливий чинник у сприянні фізичному та психологічному розвитку студентської молоді.

*Спрямованість на активне залучення студентів до спортивної діяльності та змагань* в університетах США є важливою з точки зору сприяння їхньому фізичному, психологічному та соціальному розвитку. Наукові дослідження підтверджують, що фізична активність та участь у спортивних змаганнях мають численні переваги для студентів [348]. Спортивна діяльність сприяє покращенню фізичного здоров'я студентів. Регулярна фізична активність знижує ризик розвитку хронічних захворювань, покращує кардіоваскулярну та м'язову систему, а також зміцнює кісткову масу. Посилення фізичного здоров'я може позитивно вплинути на загальний стан здоров'я та добробут студентів, допомагаючи їм бути енергійними та активними в повсякденному житті. Участь у спортивних змаганнях сприяє розвитку соціальних навичок та лідерських якостей. Командний спорт сприяє співпраці та взаємодії між студентами. Взаємодія в команді допомагає розвивати навички комунікації, вирішення конфліктних ситуацій та підтримки один одного. Крім того, участь у змаганнях може стимулювати студентів до досягнення спортивних цілей та сприяти формуванню ментальної витривалості. Спортивна діяльність може позитивно вплинути на психічне здоров'я студентів. Фізична активність допомагає

знижувати рівень стресу та тривоги, поліпшує настрій та самопочуття. Участь у спортивних змаганнях може стимулювати почуття задоволення та задоволення від досягнення успіхів. Крім того, спортивна діяльність сприяє створенню активного та здорового студентського співтовариства. Спортивні змагання та події зближують студентів, допомагаючи створити міцні стосунки та взаємне розуміння. Це стимулює позитивний клімат співпраці та сприяє відчуттю приналежності до університетської спільноти. Отже, активне залучення студентів до спортивної діяльності та змагань в університетах США має велике значення для їхнього фізичного, психологічного та соціального розвитку. Фізична активність сприяє покращенню здоров'я та добробуту, розвитку соціальних навичок та лідерських якостей, а також формуванню позитивного студентського співтовариства. Такий підхід є ключовим для створення сприятливого освітнього середовища, що сприяє розвитку студентів як фізично, так і психологічно.

Дослідження ефективності спрямованості на активне залучення студентів до спортивної діяльності та змагань в університетах США є важливою темою для американських науковців. Багато дослідників вивчають вплив таких програм на фізичний, психологічний та соціальний розвиток студентів. Одне зі значущих досліджень проведено в університеті Мічигану, де оцінювалась ефективність спортивних програм у залученні студентів до фізичної активності та спортивних змагань. Дослідження виявило, що студенти, які брали участь у спортивних програмах, мали кращі показники фізичного здоров'я та більшу активність порівняно з тими, хто не брав участь. Відмічалось покращення кардіореспіраторної витривалості, м'язової сили та зниження ризику виникнення проблем пов'язаних зі здоров'єм [232].

Дослідження університету Колумбії зосереджувалося на впливі участі в спортивних змаганнях на соціальний аспект студентського життя. За допомогою анкетування було виявлено, що студенти, які брали участь у командних спортивних змаганнях, відзначали покращення навичок співпраці,

лідерства та розвитку комунікаційних здібностей. Змагання зміцнювали співчуття та взаємопідтримку в колективі, сприяючи створенню позитивного соціального середовища [207].

Крім того, дослідження в Університеті Північної Кароліни зосереджувалося на впливі спортивної діяльності на психологічний стан студентів. Виявлено, що участь у спортивних програмах допомагала знижувати рівень стресу та тривоги, покращувала настрій та сприяла підвищенню самооцінки [421]. Спортивні змагання стимулювали почуття задоволення та успіху, що сприяло позитивному психологічному стану студентів.

Загалом, наукові дослідження підтверджують, що активне залучення студентів до спортивної діяльності та змагань в університетах США має значущий позитивний вплив на їхній фізичний, психологічний та соціальний розвиток. Ці програми сприяють покращенню фізичного здоров'я, розвитку соціальних навичок та лідерства, а також знижують рівень стресу та покращують психологічний стан студентів. Результати цих досліджень підтверджують важливість розробки та підтримки спортивних програм в університетському середовищі для сприяння всебічному розвитку студентів.

*Спрямованість на інтеграцію здорового способу життя у повсякденний режим студентів в університетах США* є важливою з точки зору збереження та покращення фізичного, психологічного та академічного благополуччя студентів. Наукові дослідження підтверджують, що інтеграція здорового способу життя в повсякденний розпорядок сприяє поліпшенню фізичного здоров'я, зниженню ризику розвитку хронічних захворювань та загального підвищенню якості життя студентів [228]. Фізична активність є ключовим елементом здорового способу життя, і регулярні заняття спортом або фітнесом можуть позитивно вплинути на фізичну форму та зниження ризику ожиріння. Наукові дослідження показують, що студенти, які регулярно займаються фізичною активністю, мають покращену

кардіореспіраторну витривалість, м'язову силу та гнучкість, що сприяє загальному здоров'ю та добробуту.

Збалансоване харчування є ще одним аспектом здорового способу життя, і його інтеграція у повсякденний режим студентів сприяє покращенню дієтологічних звичок та зниженню ризику розвитку хвороб, пов'язаних з харчуванням, таких як діабет, серцево-судинні захворювання та ожиріння [133]. Дослідження показують, що студенти, які харчуються здоровою їжею, мають кращі показники здоров'я та енергії, що може сприяти поліпшенню академічної продуктивності та зосередженості. Постійний стрес і психологічне навантаження можуть бути проблемою для студентів. Інтеграція практик ментального здоров'я, таких як медитація, йога або релаксація, в повсякденний режим допомагає знижувати рівень стресу та тривоги. Наукові дослідження показують, що студенти, які практикують релаксаційні техніки, мають знижений рівень стресу та покращений психологічний стан. Крім того, здоровий спосіб життя може позитивно вплинути на академічні результати студентів. Дослідження показують, що студенти, які ведуть здоровий спосіб життя, мають кращу когнітивну функцію, зосередженість та пам'ять. Інтеграція здорового способу життя у повсякденний режим студентів сприяє підвищенню академічної продуктивності та досягненню успіхів у навчанні.

Отже, спрямованість на інтеграцію здорового способу життя у повсякденний режим студентів в університетах США є важливим фактором для підтримання та покращення фізичного, психологічного та академічного благополуччя студентської спільноти. Заохочення студентів до здорового способу життя сприяє підвищенню якості життя та досягненню успіхів у навчанні, створюючи сприятливе навчальне середовище для розвитку студентів у всіх аспектах їхнього життя.

Дослідження ефективності спрямованості на інтеграцію здорового способу життя у повсякденний режим студентів в університетах США є актуальною і важливою темою для наукових досліджень. Досягнення та



підтримання здорового способу життя серед студентської громадськості має далекосяжний вплив на їхній фізичний, психологічний та академічний розвиток.

Одне з досліджень, проведених в університеті Каліфорнії, вивчало ефективність програми Healthy Campus Initiative, спрямованої на інтеграцію здорового способу життя у повсякденний режим студентів. Програма включала сприяння фізичній активності, підвищення свідомості про здорове харчування, пропаганду здорового сну та стрес-менеджменту. Під час дослідження було здійснено анкетування студентів, а також зібрані медичні дані про їхній фізичний стан [317]. Результати дослідження показали, що студенти, які брали участь у програмі Healthy Campus Initiative, виявили покращення у багатьох аспектах здорового способу життя. Зокрема, було відзначено збільшення рівня фізичної активності, покращення дієтологічних звичок та сприяння релаксаційним технікам для зниження стресу. Крім того, було зареєстровано зниження ризику розвитку деяких хвороб, пов'язаних з харчуванням та стилем життя. Інше дослідження, проведене в університеті Техасу, вивчало ефективність інтеграції фітнес-програм у повсякденний розпорядок студентів. Програма включала доступ до фітнес-центрів на кампусі та організацію групових занять з різних видів спорту. Під час дослідження студентам пропонували долучитись до фітнес-програми та було здійснено моніторинг їхньої фізичної активності [158]. Результати дослідження вказують на позитивний вплив програми на фізичне здоров'я студентів. Учасники фітнес-програми відзначали зниження рівня стресу та покращення самопочуття. Підвищилася кардіореспіраторна витривалість та м'язова сила, а також знизився ризик розвитку захворювань, пов'язаних із сидячим способом життя.

Ці дослідження свідчать про ефективність спрямованості на інтеграцію здорового способу життя у повсякденний режим студентів в університетах США. Ініціативи з підтримки здорового способу життя сприяють поліпшенню фізичного та психологічного здоров'я студентів, підвищенню

рівня фізичної активності та зниженню ризику розвитку хвороб. Інтеграція здорового способу життя у освітнє середовище університетів має важливе значення для створення сприятливого та підтримуючого середовища для студентів, що сприяє їхньому всебічному розвитку та успіхам у навчанні [244].

*Впровадження інноваційних технологій у навчальний процес студентів в контексті фізичного виховання в університетах США* має важливе значення з численних наукових та практичних позицій. Застосування сучасних технологій у навчанні дозволяє покращити ефективність навчального процесу та забезпечити активніше залучення студентів до фізичної активності, сприяючи їхньому фізичному, психологічному та академічному розвитку [342]. Один із ключових аспектів впровадження інноваційних технологій – це збагачення навчального процесу інтерактивними елементами. Сучасні підходи передбачають використання віртуальних тренажерів, відеоігор, сенсорних технологій та інших інтерактивних засобів для залучення студентів до активних фізичних вправ та спортивних ігор. Це сприяє збільшенню зацікавленості та мотивації студентів до занять фізичною активністю, а також підвищенню рівня залученості та здобуття навичок [245].

Ще однією важливою перевагою впровадження інноваційних технологій є можливість індивідуалізації підходу до навчання. Використання технологій дозволяє створювати персоналізовані програми фізичного виховання, враховуючи індивідуальні характеристики, мети та здібності кожного студента. Інтерактивні тренажери та програми дозволяють встановлювати особисті цілі та моніторити прогрес студентів, забезпечуючи їхнє стимулювання до досягнення успіхів та розвитку.

Додатковим фактором, який робить інноваційні технології важливими у фізичному вихованні, є їхній потенціал у зборі та аналізі даних. Застосування сенсорних технологій та мобільних додатків дозволяє вимірювати різні параметри фізичної активності, такі як пульс, кроки,

витрати калорій та інші. Зібрані дані можуть бути використані для оцінки прогресу студентів, виявлення паттернів та потенційних проблем, а також для формування індивідуальних рекомендацій та коригування навчальних програм [240; 241].

Таким чином, впровадження інноваційних технологій у навчальний процес студентів у фізичному вихованні в університетах США сприяє покращенню ефективності навчання, залученню студентів до активної фізичної активності та індивідуалізації навчального процесу. Застосування інтерактивних елементів та сучасних технологій дозволяє створювати стимулююче та збагачене середовище, сприятливе для здорового розвитку студентів у всіх аспектах їхнього життя.

Дослідження ефективності впровадження інноваційних технологій у навчальний процес студентів в контексті фізичного виховання в університетах США зосереджується на оцінці впливу цих технологій на різні аспекти навчання, фізичної активності та здоров'я студентів [242]. Ці дослідження проводяться з метою встановлення переваг та ефективності інноваційних підходів у фізичному вихованні, а також для розробки оптимальних стратегій впровадження технологій у навчальний процес.

Одне із досліджень було здійснено університетом Південної Каліфорнії з метою вивчення впливу використання віртуальних тренажерів на студентську активність та зацікавленість у фізичному вихованні. Для цього студентам було запропоновано участь у віртуальних фітнес-програмах, де вони мали можливість займатися різними видами спорту в інтерактивному віртуальному середовищі. Результати показали, що студенти, які брали участь у віртуальних тренажерах, проявляли більшу зацікавленість та мотивацію до фізичних занять порівняно з традиційними методами навчання [255].

Інше дослідження, проведене університетом Стенфорда, досліджувало ефективність використання сенсорних технологій у фізичному вихованні. Студентам були надані сенсорні пристрої для вимірювання фізичної

активності та рухової активності під час занять. Зібрані дані використовувалися для індивідуалізації навчального процесу та підготовки персоналізованих програм фізичного виховання. Результати показали, що використання сенсорних технологій дозволило збільшити залученість студентів до фізичної активності та покращити їхні показники фізичної форми [191].

Крім того, вчені з університету Йеля досліджували вплив використання відеоігор у фізичному вихованні на студентську мотивацію та активність. Учасники дослідження брали участь у спеціально розроблених фізичних відеоіграх, які сприяли виконанню різних фізичних вправ та занять. Результати показали, що використання фізичних відеоігор стимулювало студентів до активної фізичної активності, сприяючи збільшенню часу, проведеного в русі та покращенню фізичної форми [288].

Отримані результати досліджень підтверджують ефективність впровадження інноваційних технологій у навчальний процес студентів у фізичному вихованні. Застосування віртуальних тренажерів, сенсорних пристроїв та фізичних відеоігор допомагає підвищити мотивацію, залученість та інтерес студентів до фізичної активності, що має позитивний вплив на їхній фізичний розвиток та здоров'я. Індивідуалізовані підходи до навчання та моніторингу прогресу студентів за допомогою технологій допомагають створювати сприятливі умови для їхнього розвитку та досягнення успіху у фізичному вихованні.

Один із прикладів впровадження інноваційних технологій – це застосування віртуальних тренажерів у фізичному вихованні. Деякі університети використовують віртуальні середовища та симулятори для проведення фізичних занять та спортивних тренувань. Студентам надається можливість займатися різними видами спорту та фізичними вправами у віртуальних умовах, що забезпечує інтерактивність та відчуття реалістичності. Це стимулює інтерес студентів та допомагає покращити їхні фізичні навички [249].

Інший приклад – це використання сенсорних технологій для моніторингу фізичної активності студентів. Університети забезпечують студентів сучасними сенсорними пристроями, які дозволяють вимірювати різні параметри фізичної активності, такі як кроки, пульс, калорії, витрачені під час тренувань. Ці дані збираються та аналізуються для індивідуалізації навчального процесу та розроблення персоналізованих підходів до фізичної активності студентів. Використання сенсорних технологій допомагає стимулювати студентів до активної фізичної активності та контролювати їхні досягнення у фізичній формі.

Третій приклад полягає у використанні спортивних відеоігор для залучення студентів до спортивних занять та фізичних вправ. Деякі університети розробляють спеціальні фізичні відеоігри, які дозволяють студентам виконувати різноманітні фізичні рухи та заняття. Ці ігри можуть бути інтерактивними та сприяти активній участі студентів у фізичних заняттях. Використання фізичних відеоігор стимулює інтерес студентів до фізичної активності та сприяє розвитку їхніх фізичних навичок.

Ці приклади впровадження інноваційних технологій свідчать про різноманітність та перспективи застосування сучасних підходів у навчанні фізичного виховання студентів в університетах США. Застосування віртуальних тренажерів, сенсорних технологій та фізичних відеоігор допомагає залучити студентів до активної фізичної активності та покращити їхні здібності, що має позитивний вплив на їхній фізичний розвиток та здоров'я.

Основні компоненти структури і організації фізичного виховання в університетах США, які можуть бути використані українськими університетами, включають наступні аспекти:

1. Введення обов'язкових освітніх компонентів, пов'язаних зі спортом. Фізичне виховання в університетах США зазвичай є обов'язковим предметом, що вимагається для отримання ступеня бакалавра. Інтегрування фізичного виховання як обов'язкового предмета допомагає забезпечити

рівний доступ до спорту та фізичної активності для всіх студентів, сприяє покращенню їхнього здоров'я та добробуту.

2. Забезпечення різноманітності спортивних програм. У багатьох університетах США існують різноманітні програми фізичного виховання, які охоплюють різні види спорту та фізичних занять. Це дозволяє студентам обирати активності, які найбільше відповідають їхнім інтересам та здібностям.

3. Забезпечення інтеграції з академічним процесом. Фізичне виховання в університетах США часто інтегрується з академічним процесом, забезпечуючи зв'язок між фізичними заняттями та навчальними дисциплінами. Це може допомогти стимулювати академічний успіх студентів та покращити їхній загальний розвиток.

4. Використання інноваційних технологій: Університети США активно впроваджують інноваційні технології у фізичне виховання, такі як віртуальні тренажери, сенсорні пристрої та фізичні відеоігри. Використання таких технологій допомагає залучити студентів до активних фізичних занять та сприяє їхньому здоровому способу життя.

5. Фізичні інструктори та тренери. У багатьох університетах США є професійні фізичні інструктори та тренери, які допомагають студентам розвивати свої фізичні навички та досягати спортивних цілей. Вони надають індивідуальні консультації та допомагають підібрати оптимальну програму фізичної активності [343].

Ці компоненти можуть бути використані українськими університетами для покращення організації фізичного виховання студентів. Впровадження обов'язкового предмету фізичного виховання, розширення програм спортивних активностей та застосування інноваційних технологій можуть сприяти активізації студентів у фізичних заняттях, збереженню та покращенню їхнього здоров'я та забезпеченню гармонійного розвитку [237]. Крім того, роль професійних фізичних інструкторів та тренерів допоможе

студентам отримати кваліфіковану підтримку та підвищити ефективність фізичного виховання в українських університетах.

## **2.2. Аналіз змісту фізичного виховання студентів в університетах США**

Зміст освітньої програми є сукупністю знань, умінь, навичок, цінностей та компетентностей, які передбачаються до вивчення та вироблення студентами під час навчання в певному освітньому закладі або на певному курсі. Цей зміст є основою для формування академічних програм та визначає мету та спрямованість навчання.

Основними компонентами змісту освітньої програми є:

1. Навчальні матеріали та освітні компоненти. Зміст освітньої програми включає перелік навчальних дисциплін та матеріалів, які передбачається для вивчення студентами протягом освітнього процесу. Ці дисципліни можуть бути загальноосвітніми, спеціальними або вибірковими, відповідно до специфіки програми.

2. Вимоги до знань та компетентностей. Зміст освітньої програми містить вимоги до знань, які студенти повинні засвоїти, а також до компетентностей, які вони мають розвинути під час навчання. Ці вимоги визначаються з урахуванням академічних стандартів, потреб ринку праці та місії навчального закладу.

3. Методи навчання та оцінювання. Зміст освітньої програми включає також методи навчання, які застосовуються для передачі знань та розвитку умінь студентів. Ці методи можуть включати лекції, практичні заняття, лабораторні роботи, самостійну роботу та інше. Крім того, визначаються критерії та процедури оцінювання, які дозволяють встановити рівень засвоєння матеріалу та набуття компетентностей студентами.

4. Практична складова. Деякі освітні програми можуть включати практичну складову, такі як стажування, практика або інші форми

професійної підготовки, які допомагають студентам отримати практичний досвід та застосовувати здобуті знання у реальних ситуаціях.

5. Цінності та етичні аспекти. Зміст освітньої програми може також включати важливі цінності та етичні аспекти, які відображають місію та цілі навчального закладу. Ці аспекти сприяють формуванню відповідального та свідомого ставлення студентів до суспільства та професійної діяльності [186].

Зміст освітньої програми є ключовим фактором, що визначає якість та ефективність навчання студентів. Врахування актуальних потреб суспільства, інноваційних підходів та сучасних технологій у формуванні змісту освітньої програми допомагає забезпечити високу якість підготовки фахівців та відповідати вимогам сучасного світу.

Програмні результати навчання в контексті освітніх програм в університетах США є конкретними знаннями, вміннями, навичками, які студенти мають засвоїти та продемонструвати під час завершення певного курсу чи програми. Ці результати визначаються та формулюються на основі місії навчального закладу, академічних стандартів та потреб сучасного ринку праці [343].

Програмні результати навчання можуть бути загальними та спеціальними. Наприклад, у програмах з фізичного виховання програмні результати можуть передбачати розвиток фізичних навичок, спортивних здібностей та здорового способу життя. У той же час, у програмах інженерних наук, результати можуть стосуватися технічних знань, проектної діяльності та розвитку інженерних компетенцій.

Програмні результати навчання мають кілька важливих функцій:

1. Орієнтир для навчання. Вони служать орієнтиром для викладачів та студентів під час навчання, вказуючи, які конкретні знання та вміння слід засвоїти та досягти під час проходження програми.



2. Оцінка досягнень студентів. Програмні результати допомагають оцінити досягнення студентів і встановити, наскільки вони засвоїли необхідні знання та навички.

3. Забезпечення якості навчання. Вони є важливим елементом для забезпечення якості навчання, дозволяючи перевірити, чи відповідає програма вимогам стандартів та потребам суспільства.

4. Спрямованість на результати. Програмні результати навчання допомагають забезпечити спрямованість навчального процесу на конкретні цілі та досягнення, що відповідають місії та цілям навчального закладу [343, с. 82].

Університети в США звертають велику увагу на формулювання якісних та конкретних програмних результатів навчання, оскільки вони є важливим інструментом для забезпечення ефективності та розвитку освітнього процесу. Визначення чітких та амбітних результатів допомагає стимулювати студентів до досягнення високих стандартів та забезпечує підготовку кваліфікованих фахівців, які задовольняють потребам сучасного суспільства.

Наукові дослідження результатів навчання програм з фізичного виховання в університетах США демонструють різноманітність та широкий спектр досягнень студентів у цих програмах. Деякі приклади результатів навчання можна зазначити на основі публікованих даних та досліджень:

1. Університет Каліфорнії в Лос-Анджелесі (UCLA) в програмних результатах підкреслює необхідність покращення кардіореспіраторної виносливості, сили та гнучкості студентів у рамках своєї фізичної програми [334].

2. Університет Аризони (University of Arizona) акцентує увагу на важливості отримання базових навичок у різних видах спорту, таких як баскетбол, волейбол, футбол та інші, а також орієнтується на розвиток технічних навичок та стратегічного мислення студентів [326].

3. Університет Південної Кароліни (University of North Carolina) акцентує увагу на інтеграції здорового способу життя в повсякденний режим студентів та сприяє змінам в харчуванні, регулярній фізичній активності та відмові від шкідливих звичок [199]

4. Університет Мічиганського державного університету (Michigan State University) пропонує програму фізичного виховання, спрямовану на сприяння психологічному благополуччю студентів, зокрема зниженню рівня стресу та покращенню емоційного самопочуття [169].

5. Університет Пенсильванії (University of Pennsylvania) визначає результати навчання, що стосуються фітнесу та рухової активності, як один із основних компонентів студентського добробуту та успішності [92].

6. Університет штату Вісконсін-Медисон (University of Wisconsin-Madison) зосереджується на підвищенні рівня фізичної активності студентів та забезпеченні більш здорового способу життя [401].

7. Університет Флориди (University of Florida) акцентує увагу на розвитку фізичних та когнітивних навичок студентів шляхом впровадження інноваційних методів навчання [417].

Ці приклади ілюструють діапазон підходів до визначення результатів навчання в програмах з фізичного виховання в різних університетах США. Вони підтверджують важливість розвитку фізичної активності, здорового способу життя та психологічного благополуччя студентів для досягнення успіху у навчанні та професійній діяльності.

Формулювання програмних результатів навчання в програмах з фізичного виховання в університетах США базується на кількох основних принципах, які забезпечують конкретність, обґрунтованість, досяжність та спрямованість на досягнення місії та цілей навчального закладу. Деякі з цих принципів можуть бути представлені наступним чином:

1. Спрямованість на місію університету. Кожна програма з фізичного виховання повинна відповідати місії університету і відображати його цінності. Наприклад, Програма фізичного виховання університету

Пенсильванії (University of Pennsylvania) має забезпечувати розвиток фітнесу, здоров'я та збалансованого життя відповідно до цілей цього університету [310].

2. Орієнтація на студентські потреби. Формулювання результатів навчання повинне враховувати потреби студентів, їх інтереси, здібності та особисті цілі. Наприклад, програма фізичного виховання університету Мічиганського державного університету (Michigan State University) може ставити перед собою завдання розвивати різноманітні спортивні навички для задоволення потреб студентів у активному способі життя [357].

3. Визначення чітких та вимірюваних цілей. Програмні результати навчання повинні бути конкретними та вимірюваними. Наприклад, програма фізичного виховання університету штату Північна Кароліна (North Carolina State University) може передбачати підвищення рівня фізичної активності студентів на підставі вимірюваних параметрів [206].

4. Адаптивність в умовах змін. Програмні результати повинні бути гнучкими та здатними адаптуватись до змін у суспільстві, технологіях та потребах студентів. Університет Флориди (University of Florida) може враховувати сучасні тенденції у фізичному вихованні, щоб забезпечити актуальність та високу ефективність своєї програми [358].

5. Інтеграція зі стандартами та потребами ринку праці. Програмні результати повинні відповідати академічним стандартам та вимогам ринку праці. Університет штату Мічиган (University of Michigan) підкреслює важливість розвитку лідерських якостей та командних навичок студентів для задоволення потреб сучасного ринку праці [360].

Ці принципи стимулюють університети США формулювати програмні результати навчання в програмах з фізичного виховання, які сприяють розвитку студентів і відповідають вимогам сучасного суспільства та ринку праці.

В програмах з фізичного виховання в університетах США основні види програмних результатів навчання можуть бути наступні:

1. Розвиток фізичних навичок. Університет Каліфорнії в Лос-Анджелесі (UCLA) робить основний акцент на розвиток фізичних навичок студентів, таких як кардіореспіраторна стійкість, сила, гнучкість та координація [387].

2. Підвищення рівня здоров'я. Програма фізичного виховання університету Пенсильванії (University of Pennsylvania) ставить перед собою мету підвищення фітнес-рівня студентів та сприяння здоровому способу життя [310].

3. Розвиток спортивних навичок. Університет Аризони (University of Arizona) спрямовує зусилля на розвиток спортивних навичок студентів у різних видах спорту, таких як баскетбол, волейбол, футбол тощо [82].

4. Збалансований розвиток. Університет Мічиганського державного університету (Michigan State University) надає пріоритет інтегрованому підходу до фізичного виховання, що сприяє збалансованому розвитку різних аспектів фізичної активності та фітнесу студентів [357].

5. Підвищення когнітивних навичок. Університет Флориди (University of Florida) включає у свою програму фізичного виховання вправи та завдання, що сприяють підвищенню когнітивних навичок студентів [358].

6. Розвиток лідерських якостей. Університет штату Мічиган (University of Michigan) ставить перед собою завдання розвивати лідерські якості та командну співпрацю учасників програми з фізичного виховання [360].

Ці види програмних результатів навчання визначають цілі та спрямованість програм з фізичного виховання в різних університетах США, допомагають забезпечувати різноманітність та гнучкість підходів до навчання та розвитку студентів.

У програмах з фізичного виховання в університетах США можна виділити декілька типів дисциплін, які охоплюють різні аспекти фізичної активності та розвитку студентів. Наведемо приклади зазначених типів дисциплін у відомих університетах США:

1. Фітнес та аеробіка. Даний тип дисциплін спрямований на розвиток загальної фізичної форми студентів та покращення кардіореспіраторної стійкості. Наприклад, університет Каліфорнії в Лос-Анджелесі (UCLA) може пропонувати дисципліни «Фітнес та аеробіка»[387].

2. Спортивні навички. Цей тип дисциплін спрямований на розвиток спортивних та рухових навичок студентів у різних видах спорту. Наприклад, університет Арізони (University of Arizona) включає дисципліни «Техніка волейболу» або «Основи баскетболу»[82].

3. Здоровий спосіб життя. Дисципліни цього типу спрямовані на інтеграцію здорового способу життя у повсякденний режим студентів. Наприклад, університет Пенсильванії (University of Pennsylvania) пропонує студентам дисципліни «Здоров'я та життєві навички» або «Основи харчування та здорового харчування» [310].

4. Фізична активність та когнітивні навички. Цей тип дисциплін спрямований на розвиток когнітивних здібностей, таких як пам'ять, увага та прийняття рішень. Університет Флориди (University of Florida) включає в програму дисципліни «Техніки фізичної активності» або «Спортивний аналіз та стратегія» [358].

5. Лідерство та комунікація в спорті. Дисципліни цього типу спрямовані на розвиток лідерських якостей та командної співпраці студентів у спортивному середовищі. Наприклад, університет Мічиганського державного університету (Michigan State University) пропонує дисципліну «Лідерство та комунікація в спорті» [357].

Ці типи дисциплін представляють різноманітність фізичного виховання в університетах США, спрямовані на забезпечення комплексного розвитку студентів та їх готовності до активного способу життя. Відповідно до специфіки та місії кожного університету, програми з фізичного виховання можуть включати різні комбінації дисциплін для досягнення намічених цілей.

Інтегративні дисципліни в університетах США є цінним інструментом для сприяння фізичному вихованню студентів. Один із таких прикладів – це «Фізична культура та здоров'я» (University of Michigan). Цей курс об'єднує принципи фізичної активності, спорту та здорового способу життя з медичними знаннями та психологічними аспектами. Студенти вивчають різні аспекти фізичної активності, включаючи фізичні вправи, аеробні та силові тренування, вплив спорту на здоров'я та фізичну форму. Вони також знайомляться з різними методами вимірювання фізичної активності, сприяння здоров'ю та протидії травмам під час фізичних навантажень [82].

Ще одним прикладом інтегративної дисципліни є «Анатомія руху» (Rice University). Цей курс поєднує знання з анатомії, біомеханіки та кінезіології для розуміння структури та функції людського тіла під час руху. Студенти досліджують м'язи, суглоби, кістки та інші структури, які забезпечують рух, а також розглядають патології та порушення рухової функції. Знання, отримані в цьому курсі, допомагають студентам розуміти, як правильно виконувати рухові вправи, які використовуються в фізичному вихованні та спорті, що зменшує ризик травм та покращує результуючі спортивні досягнення [65; 221].

Інтегративна дисципліна «Психологія спорту та фітнесу» (West Virginia) також відіграє важливу роль у фізичному вихованні студентів. Цей курс поєднує психологічні аспекти тренувань, змагань та фітнесу з інтенсивною фізичною активністю. Студенти досліджують різні аспекти мотивації, концентрації, стресу та психологічної підготовленості спортсменів. Вони навчаються застосовувати психологічні стратегії для покращення спортивних результатів та досягнення максимальної ефективності у фітнесі [353].

Ці інтегративні дисципліни забезпечують глибоке розуміння фізичного виховання та спорту, сприяють покращенню фізичної активності студентів та забезпечують їхнє здоров'я та добробут. Вони розвивають аналітичні та проблемно-орієнтовані навички, необхідні для успішної кар'єри у галузі

спорту, фітнесу, медицини та інших відповідних професій. Крім того, такі інтегративні підходи сприяють підвищенню культури здорового способу життя серед студентів, що впливає на їхнє майбутнє здоров'я та довголіття.

Вивчення фізіології людини в університетах США є важливим компонентом фізичного виховання студентів і відіграє ключову роль у розумінні та покращенні фізичної активності. Фізіологія людини – це наука, що вивчає функціонування органів і систем організму, коли він знаходиться у стані руху та під час фізичних навантажень [219, с. 113]. Знання фізіології допомагає студентам розуміти, як організм реагує на фізичну активність та спорт. Вони дізнаються про фізіологічні процеси, що відбуваються під час тренувань, наприклад, які зміни відбуваються в серцево-судинній системі під час аеробної активності або як м'язи адаптуються до силових навантажень. Це розуміння допомагає студентам складати більш ефективні тренувальні програми та пристосовувати їх до своїх особистих цілей і потреб. Крім того, вивчення фізіології допомагає студентам усвідомити важливість регулярної фізичної активності для підтримання здоров'я. Вони дізнаються про позитивні впливи фізичної активності на серце, легені, імунну систему та інші органи, а також про зменшення ризику розвитку хронічних захворювань, таких як ожиріння, цукровий діабет та артеріальна гіпертензія. Це знання стимулює студентів до підтримки активного способу життя і залучення до регулярної фізичної активності, що сприяє покращенню їхнього загального здоров'я та самопочуття.

Вивчення фізіології допомагає студентам розуміти обмеження та ризику, пов'язані з фізичними навантаженнями. Вони вчать визначати безпечні межі для своєї фізичної активності та уникати можливих травм. Такий підхід допомагає студентам уникати надмірного перевантаження та підтримувати довгостроковий і стабільний прогрес у фізичному вихованні. Окрім того, знання фізіології людини сприяє розвитку наукового мислення у студентів. Вони навчаються збирати і аналізувати дані, використовуючи наукові методи, щоб зрозуміти вплив фізичної активності на організм. Цей

науковий підхід допомагає студентам розвивати критичне мислення і базувати свої вирішення на доказових даних, що підтримують оптимальне фізичне виховання та спортивну діяльність. Таким чином, вивчення фізіології людини в університетах США має істотний вплив на фізичне виховання студентів. Воно надає необхідні знання для розуміння фізіологічних аспектів фізичної активності та спорту, підтримує здоровий спосіб життя та безпеку фізичних навантажень, а також розвиває наукове мислення, що допомагає студентам стати компетентними та обізнаними фахівцями у галузі фізичного виховання та спорту.

Вивчення психології людини в університетах США має значний вплив на фізичне виховання студентів і відіграє ключову роль у розумінні та покращенні фізичної активності. Психологія – це наука, що досліджує ментальні процеси, поведінку та психічні стани людини. Коли студенти вивчають психологію, вони отримують унікальний інсайт у внутрішні мотивації, поведінку та емоційний стан, що допомагає їм краще розуміти себе та інших у контексті фізичного виховання та спорту. Психологія грає важливу роль у формуванні психологічної підготовленості студентів до зайняття фізичною активністю. Вивчення психологічних факторів, що впливають на мотивацію та волю до фізичних навантажень, допомагає студентам визначити свої цілі і наміри у сфері фізичної активності. Вони навчаються розуміти внутрішні стимули, що спонукають до активності, і техніки, які допомагають зберегти мотивацію на тривалий період часу. Такі знання роблять фізичну активність більш систематичною та приносять кращі результати в досягненні спортивних цілей [292, с. 18]. Психологічна підготовка також допомагає студентам ефективно працювати зі стресом та конкуренцією в спортивних змаганнях. Вони вивчають техніки психологічної регуляції, що допомагають зберігати спокій та контролювати емоції під час змагань. Психологічна стійкість є важливим фактором успішності у спорті, і знання психології допомагає студентам набути цей навичок.



Крім того, вивчення психології сприяє розвитку ефективної комунікації та лідерських навичок у фізичному вихованні та спорті. Студенти навчаються розуміти роль комунікації та психологічних аспектів взаємодії між спортсменами, тренерами та спортивною командою. Ці знання роблять їх більш спритними в управлінні груповими ситуаціями, співпраці та розвитку позитивних стосунків. Таким чином, вивчення психології людини в університетах США сприяє фізичному вихованню студентів, забезпечуючи розуміння внутрішніх механізмів мотивації та поведінки, допомагаючи розвивати психологічну стійкість та психологічну підготовку до спортивних змагань та активностей, і сприяючи розвитку комунікативних та лідерських навичок, необхідних для успішної взаємодії з іншими у спорті та фізичній активності.

Вивчення основ здоров'я людини в університетах США відіграє важливу роль у сприянні фізичному вихованню студентів та підготовці їх до здорового способу життя. Основи здоров'я людини охоплюють різні аспекти фізичного, психологічного та соціального благополуччя [316, с. 2]. Цей курс надає студентам знання про фізіологію, харчування, здоровий сон, управління стресом, вплив залежності та інші фактори, що впливають на здоров'я. Вивчення основ здоров'я людини допомагає студентам зрозуміти важливість фізичної активності для збереження і покращення здоров'я. Вони ознайомлюються з рекомендаціями щодо фізичної активності та впливом рухової активності на серцево-судинну систему, дихання, м'язову масу, кісткову щільність та інші аспекти фізіології. Знання про ці фізіологічні процеси допомагає студентам зрозуміти, як регулярна фізична активність покращує їхнє здоров'я та забезпечує більш ефективний результат фізичного виховання.

Крім того, вивчення основ здоров'я людини допомагає студентам освоїти навички здорового життя та прийняття відповідальних рішень стосовно свого здоров'я. Вони вчаться здійснювати інформований вибір здорового харчування, запобігати шкідливим звичкам, таким як куріння та

вживання наркотиків, та зберігати позитивний психологічний стан. Здоровий спосіб життя є основою для досягнення успіхів у фізичному вихованні та спорті, тому ці знання стають невід'ємною складовою успішної спортивної діяльності. Основи здоров'я людини також допомагають студентам розуміти вплив психологічних та соціальних факторів на їхнє здоров'я та фізичну активність. Вони вивчають методи управління стресом, психологічну підготовку до спортивних змагань та підтримання психічного здоров'я. Такі знання допомагають студентам зберігати мотивацію до фізичної активності та долати емоційні перешкоди.

Вивчення основ здоров'я людини сприяє фізичному вихованню студентів, надаючи їм необхідні знання про фізіологію та вплив фізичної активності на організм, формуючи навички здорового способу життя та прийняття відповідальних рішень стосовно здоров'я, та допомагаючи розуміти психологічні та соціальні фактори, що впливають на фізичну активність та спортивну діяльність. Ці знання роблять фізичне виховання студентів більш ефективним, сприяючи покращенню їхнього здоров'я, фізичної форми та загального благополуччя.

У процесі фізичного виховання студентів в університетах США використовуються різноманітні форми навчальних матеріалів для забезпечення ефективного навчання та покращення фізичної активності. Одна з найпоширеніших форм – це підручники та академічні посібники з фізичної культури та спорту. Ці матеріали зазвичай містять теоретичні знання з психології, фізіології, анатомії, біомеханіки та інших суміжних наук, а також методику викладання фізичних вправ та тренувань. Підручники допомагають студентам отримати систематизовану інформацію про засади фізичного виховання, розвивають їхні аналітичні та теоретичні навички [148].

Крім того, викладачі використовують лекційні матеріали, які можуть включати презентації, слайди, аудіо- та відеоматеріали. Лекції доповнюють знання, які студенти здобули з підручників, та дозволяють більш глибоко

розібратися у темах, пов'язаних з фізичною активністю, спортом та здоров'ям [412]. Ці матеріали забезпечують взаємодію між викладачем та студентами, розвивають навички активного слухання та критичного мислення.

Також, практичний підхід є важливим у процесі фізичного виховання, і для цього використовуються демонстраційні матеріали та дослідницькі компоненти. Викладачі можуть демонструвати різні фізичні вправи, техніки та стратегії, щоб показати студентам правильне виконання та ефективність тренувань [284]. Такий підхід допомагає студентам бачити приклади та отримувати практичний досвід, що сприяє покращенню їхніх фізичних навичок.

Крім того, у процесі фізичного виховання часто використовуються спеціалізовані програми та онлайн-ресурси, які дозволяють студентам збирати і аналізувати дані про свою фізичну активність, покращувати свої тренування та відстежувати свої спортивні досягнення [87]. Ці інтерактивні ресурси допомагають студентам бути більш впевненими та мотивованими у досягненні своїх спортивних цілей.

Загалом, вивчення фізичного виховання у студентів в університетах США відбувається за допомогою різноманітних навчальних матеріалів, які поєднують теоретичні знання з практичними навичками. Ці матеріали сприяють поглибленню знань про фізичну активність, розвивають критичне мислення та практичний досвід студентів, що допомагає підготувати їх до активного та здорового способу життя.

У процесі фізичного виховання студентів в університетах США використовуються різноманітні програми та онлайн-ресурси, які допомагають покращити навчання та підтримують фізичну активність. Однією з популярних програм є FitRes, що надає студентам доступ до різних фітнес-центрів та спортивних закладів на кампусі. Це дозволяє студентам займатися фізичними вправами, брати участь у групових заняттях, заняттях із йоги, плавання та інших фізичних активностей. Крім того, використовується

онлайн-платформа My Fitness Pal, яка допомагає студентам вести журнал харчування та контролювати калорії та живлення (Додаток А). Ця програма допомагає студентам зрозуміти важливість збалансованого харчування для підтримки здорового життя та досягнення спортивних цілей [289].

Деякі університети також пропонують онлайн-курси та модулі з фізичного виховання, які студенти можуть проходити за допомогою веб-платформ, таких як Canvas [112] або Blackboard [97] (Додаток Б, В). Ці онлайн-ресурси надають студентам можливість займатися навчанням у зручний для них час, виконувати завдання та спостерігати за своїм прогресом.

Для відстеження фізичної активності та досягнень у спорті студенти можуть використовувати спеціалізовані мобільні додатки, такі як Strava або Nike Training Club [293] (Додаток Г). Ці додатки дозволяють студентам записувати свої тренування, вимірювати дистанції, час, пульс та інші показники. Вони також можуть зберігати дані про свої спортивні досягнення та спілкуватися з іншими спортсменами, що стимулює їх до більш активної фізичної активності та участі у спортивних змаганнях.

Таким чином, університети в США використовують різноманітні програми та онлайн-ресурси для сприяння фізичному вихованню студентів. Ці засоби дозволяють студентам отримати доступ до фітнес-центрів та спортивних закладів на кампусі, вести журнал харчування, займатися онлайн-навчанням, вимірювати та відстежувати свої спортивні досягнення. Ці інноваційні підходи сприяють активному та здоровому способу життя студентів, роблять навчання ефективнішим та сприяють підвищенню мотивації до фізичної активності.

Використання онлайн програм та мобільних додатків в процесі фізичного виховання студентів в університетах США має численні переваги, які сприяють здоров'ю, ефективності навчання та мотивації.

По-перше, ці технологічні рішення надають студентам більшу гнучкість у заняттях фізичною активністю та навчанні. Завдяки мобільним

додаткам та онлайн-ресурсам, студенти можуть тренуватися у зручний для них час, обирати підходящий графік занять та навіть отримувати доступ до навчального матеріалу в режимі реального часу. Це особливо корисно для тих, хто має завантажений графік навчання та інших зобов'язань, а також для студентів, які знаходяться в інших місцях або країнах.

По-друге, мобільні додатки та онлайн-ресурси надають студентам зручний інструментарій для відстеження своїх спортивних досягнень та прогресу. Багато додатків забезпечують можливість вести журнал фізичних вправ, записувати тренування, вимірювати дистанції, пульс, калорії та інші параметри. Ця інформація допомагає студентам аналізувати свої досягнення, визначати сильні сторони та зони для покращення, що сприяє більш ефективному тренуванню та досягненню спортивних цілей.

По-третє, використання онлайн програм та додатків може сприяти збільшенню мотивації студентів до фізичної активності. Деякі додатки надають можливість спілкування з іншими користувачами, створення спільнот та груп для спільних тренувань та взаємної підтримки. Такі соціальні аспекти можуть підвищити інтерес та заохочення до фізичної активності, оскільки студенти відчувають підтримку та конкуренцію з боку інших учасників.

По-четверте, використання технологій може збільшити доступність та різноманітність фізичних активностей для студентів. Онлайн-платформи можуть пропонувати широкий спектр тренувань, вправ та спортивних змагань, які відповідають різним інтересам та рівням фізичної підготовленості. Це дозволяє студентам обирати найбільш підходящий для них тип фізичної активності та займатися залежно від власних переваг [87].

Загалом, використання онлайн програм та мобільних додатків в процесі фізичного виховання студентів в університетах США сприяє збільшенню гнучкості, відстеженню та аналізу спортивних досягнень, підвищенню мотивації та доступності різноманітних фізичних активностей. Ці технологічні інструменти допомагають студентам більш ефективно

займатися фізичним вихованням, підтримувати здоровий спосіб життя та досягати спортивних цілей.

У процесі фізичного виховання студентів в університетах США застосовуються різноманітні *методи навчання*, спрямовані на забезпечення ефективного засвоєння знань та розвитку фізичних навичок студентів.

Один із основних методів навчання – це активне навчання, яке сприяє більш активній участі студентів у процесі навчання. Замість пасивного слухання лекцій, студенти залучаються до діалогу, дискусій та взаємодії з викладачами та однокурсниками. Це може бути досягнуто через групові діяльності, практичні вправи, розв’язання задач та обговорення важливих аспектів фізичного виховання [346]. Активне навчання допомагає стимулювати інтерес студентів, розвивати їх критичне мислення та сприяє більшому засвоєнню матеріалу.

Другий метод – це проблемне навчання. Викладачі ставлять перед студентами практичні проблеми та ситуації, які вимагають від них застосування знань та навичок у реальних сценаріях. Це допомагає стимулювати творче мислення та вміння розв’язувати проблеми в зв’язку з фізичною активністю та спортом [77]. Проблемне навчання сприяє формуванню навичок самостійного аналізу та рішення різноманітних задач.

Третій метод – це інтерактивне навчання. Це може включати використання технологій, ігрові елементи та інші форми взаємодії між викладачем та студентами [121]. Наприклад, використання онлайн-платформ для навчання, де студенти можуть виконувати завдання, вирішувати тести та взаємодіяти з іншими учасниками курсу. Інтерактивне навчання сприяє підвищенню зацікавленості студентів, дозволяє більш ефективно відстежувати прогрес та надає зручність навчання за допомогою сучасних технологій.

До інших методів навчання в процесі фізичного виховання також можна віднести рольові ігри, демонстраційні покази, групові проекти та інші інтерактивні форми навчання, які дозволяють студентам більш активно

залучатися до процесу навчання та розвивати різні аспекти фізичного виховання [173]. Застосування різних методів навчання в процесі фізичного виховання студентів університетів США допомагає забезпечити більш ефективне засвоєння знань, розвиток фізичних навичок та сприяє активному і зацікавленому навчанню. Ці методи доповнюють один одного, забезпечуючи багатогранний підхід до фізичного виховання студентів та стимулюючи їх досягнення спортивних та здоров'язберігаючих цілей.

*Оцінювання в процесі фізичного виховання* студентів в університетах США здійснюється з метою вимірювання їхнього прогресу, досягнень та розвитку фізичних навичок. Оцінювання є важливою складовою процесу навчання, оскільки дозволяє визначити ефективність навчання та розуміння студентами матеріалу, а також надає зворотний зв'язок, який допомагає покращити якість навчання та досягнення цілей фізичного виховання [283].

Один із основних підходів до оцінювання – це традиційний метод, який передбачає проведення письмових та усних іспитів, тестів, контрольних робіт та інших видів оцінювання знань. Цей метод є стандартним для багатьох навчальних закладів і допомагає оцінити рівень засвоєння теоретичних знань, таких як поняття з фізіології, біомеханіки, теорії тренувань тощо. Традиційний підхід до оцінювання забезпечує стандартизовані результати та можливість порівняння успішності між студентами.

Для оцінювання практичних навичок та вмінь у фізичному вихованні використовуються інші методи, такі як спостереження, оцінювання виконання фізичних вправ, демонстраційні заняття, атестаційні екзамени у спортивних дисциплінах тощо. Ці методи дозволяють оцінити не тільки рівень знань, а й реальні навички та вміння студентів в практичній сфері фізичної активності та спорту.

Окрім традиційних та практичних методів, деякі університети використовують альтернативні методи оцінювання, такі як портфоліо, проекти, рефлексія та самооцінювання студентів. Портфоліо дозволяє студентам документувати свої досягнення, надавати докази своєї прогресу та

відстежувати свій розвиток у фізичній активності протягом навчального періоду. Проекти та рефлексія допомагають студентам підходити до навчання більш творчим способом, розвивати ініціативність та самостійність у вирішенні завдань.

Загалом, процес оцінювання в процесі фізичного виховання студентів в університетах США є комплексним, залучаючи традиційні, практичні та альтернативні методи. Ці підходи допомагають оцінити знання, навички та розвиток студентів у фізичному вихованні, забезпечуючи їм необхідний зворотний зв'язок для покращення навчання та досягнення спортивних та здоров'язберігаючих цілей.

Особливості традиційного письмового оцінювання в процесі фізичного виховання студентів в університетах США полягають у використанні стандартних методів тестування та іспитів для оцінки знань і розуміння теоретичних аспектів фізичної активності. Цей підхід є одним із традиційних способів оцінювання, що застосовується у багатьох навчальних закладах для забезпечення об'єктивності та стандартизації результатів. Під час письмового тестування студентам пропонуються запитання або завдання, які стосуються теоретичних аспектів фізичної активності, таких як принципи тренувань, фізіологічні аспекти фізичних вправ, біомеханіка тощо. Студентам потрібно письмово відповісти на ці запитання, демонструючи своє розуміння та знання відповідних тем.

Оцінювання за допомогою традиційних письмових методів має свої переваги та обмеження. Однією з переваг є можливість стандартизації результатів, що дозволяє зрівнювати успішність студентів, порівнювати групи та оцінювати загальний рівень засвоєння матеріалу. Крім того, письмове тестування дозволяє перевірити здатність студентів до логічного мислення, аналітичного мислення та використання знань у практичних ситуаціях.

З іншого боку, традиційне письмове оцінювання може бути обмеженим у спроможності оцінити практичні навички та вміння студентів у фізичній



активності та спорту. Воно зосереджене переважно на теоретичних аспектах та може недостатньо охоплювати практичні аспекти фізичного виховання. Також, письмове тестування може бути менш ефективним для вимірювання деяких ключових навичок, таких як комунікація, співпраця та лідерство, які є важливими в спорті та фізичній активності.

Отже, традиційне письмове оцінювання є важливим підходом для вимірювання теоретичних знань та розуміння фізичного виховання студентів в університетах США. Проте, для забезпечення більш повного оцінювання студентів і їхнього прогресу, можуть також застосовуватися інші методи оцінювання, такі як практичні демонстрації, рольові ігри, портфоліо та інші альтернативні підходи. Комбінація різних методів оцінювання допомагає забезпечити більш комплексний підхід до оцінки знань, навичок та розвитку студентів у фізичному вихованні.

Однією з переваг традиційного письмового оцінювання є його об'єктивність та стандартизованість. Завдяки використанню стандартних тестових форм, відповідей та оцінювальних критеріїв, результати оцінювання стають порівнянними між студентами та групами. Це допомагає визначити рівень знань та розуміння фізичної активності студентів і встановити чіткі показники успішності. Об'єктивність та стандартизованість робить традиційне письмове оцінювання довіреною та розповсюдженою практикою у багатьох навчальних закладах.

Крім того, традиційне письмове оцінювання може бути ефективним засобом перевірки засвоєння теоретичних знань. Воно дозволяє виміряти ступінь розуміння ключових понять, теорій, принципів та концепцій, пов'язаних із фізичною активністю. Таке оцінювання є особливо важливим для оцінки академічних успіхів студентів у зв'язку з вивченням таких дисциплін, як фізіологія, кінезіологія, спортивна наука тощо.

Однак, традиційне письмове оцінювання також має свої обмеження. Перш за все, воно не дозволяє повноцінно виміряти практичні навички та вміння студентів у фізичній активності. Таке оцінювання часто може

зосереджуватися переважно на теоретичних аспектах, не даючи можливості оцінити здатність студентів до фізичних вправ, виконання технік, технічну вправність тощо. Втілення практичних аспектів оцінювання може вимагати додаткових зусиль, наприклад, використання практичних демонстрацій, відеозаписів, атестаційних занять тощо.

Крім того, традиційне письмове оцінювання може створювати певний рівень стресу для студентів та спонукати до заучування матеріалу без розуміння. Деякі студенти можуть відчувати необхідність зосередитися на "правильних" відповідях, замість аналізу та критичного розуміння матеріалу. Це може вплинути на їх мотивацію та сприйняття фізичного виховання як процесу пізнання та розвитку.

Загалом, традиційне письмове оцінювання в процесі фізичного виховання має свої переваги, які полягають у стандартизації результатів та перевірці теоретичних знань. Однак, для більш повного оцінювання студентів та їхнього розвитку важливо комбінувати його з іншими методами оцінювання, такими як практичні демонстрації, портфоліо, проекти тощо. Такий підхід допоможе забезпечити більш комплексне оцінювання знань, навичок та прогресу студентів у фізичному вихованні та спорті.

Значення *практики* в процесі фізичного виховання студентів в університетах США важко переоцінити, оскільки вона забезпечує реалізацію теоретичних знань та навичок у практичних ситуаціях. Практична діяльність є ключовим компонентом процесу засвоєння і розвитку фізичних навичок студентів. Вона надає можливість взаємодії з реальними фізичними завданнями та сценаріями, що сприяє кращому розумінню, застосуванню та запам'ятовуванню матеріалу.

Однією з переваг практичної діяльності є розвиток фізичних навичок та компетенцій. Практичне виконання фізичних вправ, технік та інших активностей дозволяє студентам удосконалювати свої фізичні здібності, координацію, баланс та інші фізичні аспекти [337]. Така активна практика допомагає студентам стати більш впевненими та кваліфікованими у фізичній

активності, що може позитивно вплинути на їхній загальний стан здоров'я. Додатково, практика сприяє формуванню критичного мислення та розвитку проблемно-орієнтованого підходу до фізичної активності. Під час практичних ситуацій, студенти зустрічаються з різноманітними завданнями та викликами, що вимагають здійснення аналізу та прийняття обґрунтованих рішень. Це дозволяє розвивати їхні аналітичні та рефлексивні здібності, що буде корисним як для фізичної активності, так і для різних сфер життя. Навчання на практиці допомагає створити реалістичне сприйняття фізичної активності та спорту. Іноді, знання самої теорії не може повністю передати суті дійсного досвіду. Практика дозволяє студентам досягнути відчуття реальності та реальних вимог, що виникають у сфері фізичної активності, таких як спортивні змагання, фітнес тренування або інші фізичні завдання.

Однак, практика також має свої обмеження, які вимагають уваги та обґрунтування. Один із них – складність і ресурсомісткість проведення практичних занять. Організація та планування практичних занять може вимагати значних зусиль та ресурсів від університетів. Крім того, іноді можуть бути обмеження у доступі до спортивних об'єктів або спеціального обладнання, що може обмежувати можливості студентів. Також, практична діяльність може бути обмежена часовими рамками та плануванням академічних програм. Університетський розклад може обмежувати кількість часу, виділеного на практичні заняття, що може впливати на рівень практичного досвіду студентів.

Загалом, практика має вирішальне значення в процесі фізичного виховання студентів, оскільки вона дозволяє засвоювати та розвивати фізичні навички, формує критичне мислення та надає реалістичне сприйняття фізичної активності. Проте, для ефективної реалізації практики, важливо враховувати обмеження та забезпечувати належне планування та організацію практичних занять.

В процесі фізичного виховання студентів університетів США використовуються різноманітні види практики, які спрямовані на розвиток

фізичних навичок, здібностей та забезпечення практичного застосування знань. Основні види практики включають практичні демонстрації, спортивні змагання, фітнес-тренування, лабораторні роботи та інші практичні завдання.

Одним із важливих видів практики є практичні демонстрації, де студентам показують різні фізичні вправи та техніки [162]. Це дозволяє студентам бачити правильне виконання рухів, ознайомлює з особливостями фізичної активності та надає можливість спостерігати за взаємодією між теоретичними концепціями та їх практичним застосуванням. Практичні демонстрації сприяють кращому розумінню та освоєнню навчального матеріалу.

Спортивні змагання є ще одним видом практики, який дозволяє студентам застосовувати свої фізичні навички у справжніх змаганнях та турнірах [139]. Це сприяє розвитку командної роботи, лідерства, підвищенню мотивації та формуванню здорового змагального духу. Спортивні змагання допомагають студентам здобувати практичний досвід у реальних ситуаціях, що може позитивно впливати на їх розвиток.

Фітнес-тренування є важливим компонентом фізичного виховання, де студенти займаються різноманітними фізичними вправами з метою підтримання та покращення загального здоров'я та фізичної форми [343]. Фітнес-тренування може бути індивідуальним або груповим, що дозволяє задовольнити різні потреби та інтереси студентів. Цей вид практики стимулює збереження здорового способу життя, а також підвищує рівень фізичної активності учасників.

Лабораторні роботи є важливим елементом у фізичному вихованні, зокрема в галузі спортивної науки та біомеханіки [201]. Під час лабораторних робіт студенти досліджують фізичні явища, вимірюють параметри рухів, аналізують дані та роблять висновки. Цей вид практики розвиває аналітичні навички та допомагає студентам розуміти наукові аспекти фізичної активності.

Однак, практика також має свої обмеження, які потребують уваги та обґрунтування. Деякі види практики можуть бути дорогими та вимагати великих фінансових витрат на організацію спортивних змагань, спеціальне обладнання чи тренерську підтримку. Крім того, доступ до спортивних інфраструктур та засобів може бути обмеженим, особливо для невеликих навчальних закладів. Іноді студенти можуть зазнавати тиску або стресу під час практики, особливо в спортивних змаганнях, де конкуренція може бути високою. Такий стрес може впливати на їхнє емоційне становище та психологічний комфорт, що може знизити їхню мотивацію та задоволення від фізичного виховання.

Отже, різноманітні види практики є важливим елементом в процесі фізичного виховання студентів університетів США, оскільки вони дозволяють розвивати фізичні навички та забезпечують практичний досвід. Проте, для ефективного застосування практики, важливо враховувати обмеження та забезпечувати доступність та безпеку для студентів. Також, забезпечення підтримки та психологічного комфорту студентів може сприяти більш успішному та задовільному досвіду фізичного виховання.

Практичні стажування в процесі фізичного виховання студентів в університетах США – ще одна важлива частина навчального процесу, яка надає студентам можливість здобути практичний досвід та застосувати свої знання у реальних ситуаціях [364]. Особливості таких стажувань полягають у взаємодії студентів з професіоналами та експертами з галузі фізичної активності, а також в залученні до практичних завдань та професійного середовища. Однією з основних переваг практичних стажувань є можливість здобути практичний досвід та розвивати фахові навички. Під час стажувань студенти працюють у реальних умовах, здійснюють різноманітні завдання та займаються з практичними аспектами фізичної активності. Це дозволяє їм отримати цінний досвід та підвищити рівень підготовки для подальшої професійної діяльності. Крім того, практичні стажування допомагають студентам розвивати навички комунікації та взаємодії з клієнтами,

пацієнтами або спортсменами. Вони навчаються вислуховувати та розуміти потреби та бажання людей, а також працювати в команді з іншими професіоналами. Окрім того, практичні стажування дають студентам можливість спостерігати за роботою досвідчених фахівців, вивчати їх методи та підходи до роботи, а також брати участь у професійних заходах та тренінгах. Це сприяє розвитку професійних компетенцій та набуттю цінних знань у реальних умовах [37; 38; 236].

Проте, практичні стажування також мають свої обмеження. Один із них – складність забезпечення практичних місць для всіх студентів. Оскільки кількість студентів може перевищувати кількість доступних стажувань, це може вимагати додаткових зусиль від університетів для забезпечення рівних можливостей для всіх студентів. Також, стажування можуть бути дорогими для студентів, особливо якщо вони пов'язані з необхідністю переїзду або проживання в іншому місті. Це може стати додатковим обмеженням для деяких студентів, які можуть не мати достатньо коштів для такого досвіду. Додатково, практичні стажування можуть бути часовитратними та обмежуватися в часі. Це може створювати тиск на студентів та обмежувати можливість зосередитися на поглибленому дослідженні та розвитку певних аспектів фізичного виховання. Отже, практичні стажування мають значення для розвитку студентів у галузі фізичного виховання, проте їх впровадження потребує уважного планування та забезпечення рівних можливостей для всіх студентів. Застосування стажувань забезпечує набуття цінного практичного досвіду та розвиток професійних компетенцій у студентів, що підготовлені для майбутньої кар'єри в галузі фізичного виховання та спорту.

*Цінності* важливі в процесі фізичного виховання студентів в університетах США, оскільки вони визначають цілі та принципи, які ведуть студентів до досягнення певних результатів і сприяють їхньому особистісному розвитку. Цінності впливають на усвідомлення значущості фізичної активності, здорового способу життя, суспільної взаємодії та підтримки співробітництва [309]. Однією з переваг цінностей у фізичному

вихованні є стимулювання мотивації та внутрішньої напруги до досягнення успіхів. Цінності надають студентам сенсу та цілісність у їхній фізичній активності, що робить їх більш наполегливими та спрямованими на досягнення бажаних результатів. Наприклад, цінність здорового способу життя може мотивувати студентів займатися фізичною активністю для поліпшення свого здоров'я та самопочуття.

Цінності також сприяють формуванню позитивної атмосфери та корпоративної культури університетських спортивних команд і груп. Вони підтримують спільний зв'язок між студентами, тренерами та іншими учасниками фізичної активності, збудованого на співробітництві, довірі та загальних цінностях. Це сприяє ефективнішому спілкуванню та взаємодії, що може підвищити успішність спільних зусиль у досягненні спортивних цілей.

Однак, важливо зазначити, що цінності можуть мати свої обмеження та потребувати уваги та обґрунтування. Перше обмеження полягає в тому, що цінності є суб'єктивними та можуть відрізнятися від особи до особи. Одна і та ж цінність, наприклад, здорового способу життя, може мати різні інтерпретації та значення для різних студентів. Це може створювати виклик для тренерів та викладачів, які мають адаптуватися до різних цінностей та мотивацій студентів. Друге обмеження – конфлікти цінностей. Університети в США представляють різноманітне та міжкультурне середовище, де студенти можуть мати різні культурні, релігійні та етичні цінності. Конфлікти між різними цінностями можуть виникати під час організації фізичних занять або спортивних заходів, що потребує балансування інтересів та розуміння різних точок зору. Отже, цінності є важливими в фізичному вихованні студентів університетів США, оскільки вони стимулюють мотивацію, формують позитивну атмосферу та сприяють спільному співробітництву. Проте, вони також потребують уважного врахування і адаптації до індивідуальних різноманітних цінностей та можуть виникати конфлікти між різними системами цінностей у різних студентів.

Університети в США в процесі фізичного виховання студентів спрямовуються на розвиток комплексної системи цінностей, що підтримують здоровий спосіб життя, активність, спортивний дух та особистісний розвиток студентів. Однією з основних цінностей є підтримка фізичної активності та спортивної діяльності як ключового елемента здорового способу життя. Університети віддають перевагу забезпеченню студентів можливістю регулярно займатися фізичною активністю та спортом, що сприяє загальному здоров'ю та психологічному благополуччю студентської спільноти [273]. Також, університети орієнтуються на розвиток культури здорового конкурентного духу та співпраці. Під час фізичних занять та спортивних заходів стимулюється розвиток особистих лідерських якостей, співробітництва та командної роботи. Визнання важливості цих цінностей допомагає створити сприятливу атмосферу для студентів, що сприяє розкриттю їхнього потенціалу та досягненню успіхів як у спорті, так і в навчанні та інших аспектах життя.

Університети також покладають особливу роль на пріоритет здоров'я та безпеки студентів. Організація фізичних занять та спортивних заходів відбувається з дотриманням високих стандартів безпеки та врахуванням індивідуальних особливостей студентів [409]. Забезпечення безпечного середовища допомагає уникнути травм та інцидентів та підтримує позитивне сприйняття фізичного виховання серед студентів. Крім того, університети орієнтуються на розвиток стійкого інтересу до фізичної активності та спорту як довгострокової навички. Залучення студентів до різноманітних фізичних активностей та допомога у формуванні регулярної практики дозволяє побудувати підґрунтя для активного стилю життя та підтримки здоров'я у майбутньому.

Значення цінностей в процесі фізичного виховання студентів в університетах США полягає в тому, що вони визначають основні орієнтири та мету фізичної активності, забезпечують мотивацію та розвиток особистісних якостей. Пріоритетність фізичного здоров'я, спортивний дух,



лідерство та співробітництво сприяє підготовці студентів до успішної професійної та особистісної кар'єри. Однак, впровадження цінностей вимагає уваги до культурних, етичних та індивідуальних різниць серед студентської спільноти та адаптації стратегій, що відповідають потребам різноманітних студентів. Врахування цих особливостей та побудова сприятливого середовища сприяє ефективному розвитку фізичного виховання студентів університетів США.

Дослідження впливу цінності здорового образу життя на якість фізичного виховання студентів в університетах США є важливим аспектом для розвитку студентської спільноти та підвищення їхнього благополуччя. Здоровий образ життя передбачає активний підхід до фізичної активності, здорового харчування, уникнення шкідливих звичок та збереження фізичного та психологічного здоров'я.

Дослідження вказують на позитивний вплив цінності здорового образу життя на якість фізичного виховання студентів (П. МакКрорі (P. McCrory)). Студенти, які віддають перевагу здоровому способу життя, мають більше енергії та витривалості для фізичних занять, що сприяє покращенню фізичних результатів. Вони також мають більший інтерес до регулярних заняттях спортом та фітнесом, що допомагає зберегти стійкий інтерес до фізичної активності на протязі довгого періоду [270]. Здоровий образ життя також позитивно впливає на психологічний стан студентів, знижуючи рівень стресу та покращуючи настрій. Дослідження показують, що студенти, які дотримуються цінності здорового образу життя, мають менше симптомів депресії та тривоги, що сприяє покращенню психологічного благополуччя. Це, в свою чергу, може позитивно вплинути на їхній академічний успіх та соціальну взаємодію. Окрім того, здоровий образ життя впливає на соціальний аспект фізичного виховання студентів. Він сприяє зміцненню спільноти, підтримує колективний дух та сприяє розвитку лідерських якостей. Спільне заняття спортом та фізичною активністю зближує студентів, сприяючи взаєморозумінню та дружбі.

Також важливо зазначити, що існують обмеження впровадження цінностей здорового образу життя в процес фізичного виховання студентів. Не всі студенти можуть бути однаково мотивованими до прийняття здорового способу життя, що може залежати від їхніх культурних, економічних та індивідуальних особливостей. Також, існує ризик психологічного дискомфорту для деяких студентів, особливо тих, хто почуває себе відчуженим або неспроможним відповідати високим стандартам здорового образу життя.

Отже, дослідження впливу цінності здорового образу життя на якість фізичного виховання студентів в університетах США підтверджують їхню важливість та позитивний вплив на розвиток студентської спільноти. Студенти, які дотримуються цінностей здорового способу життя, мають більше мотивації до фізичної активності та покращення фізичного та психологічного благополуччя. Проте, впровадження цих цінностей вимагає розуміння та адаптації до різних індивідуальних потреб та може стикатися з обмеженнями щодо мотивації та психологічного комфорту студентів.

Дослідження впливу цінності здорової конкурентності та співпраці на якість фізичного виховання студентів в університетах США є важливою темою для вивчення, оскільки вони визначають основні аспекти взаємодії та стосунків між студентами, що впливають на їхній академічний успіх та спортивні досягнення. Цінність здорової конкурентності сприяє розвитку у студентів стимулу до досягнення кращих результатів та наданню максимальних зусиль у фізичній активності та спорті (Р. Вудс (R. Woods)) [412]. Дослідження показують, що здорова конкуренція може підтримувати мотивацію студентів до регулярної практики, самовдосконалення та покращення спортивних навичок. Вона стимулює студентів до встановлення амбітних цілей і прикладання зусиль для досягнення цих цілей, що може призвести до покращення якості їхнього фізичного здоров'я. Однак, важливо забезпечити, щоб конкурентний дух був здоровим і позитивним. Занадто інтенсивна конкуренція може призвести до

надмірного напруження, стресу та може вплинути на психологічний стан студентів. Тому, під час фізичного виховання, важливо створити сприятливе середовище, де студенти розуміють, що конкуренція є лише засобом для самовдосконалення та розвитку, а не для порівняння та деградації інших.

Цінність співпраці також грає важливу роль у фізичному вихованні студентів. Співпраця сприяє взаємодопомозі, підтримці та взаєморозумінню між студентами, що може покращити атмосферу на тренуваннях та спортивних заходах. Взаємодія між студентами допомагає підтримувати колективний дух та відчуття командної спільноти, що сприяє покращенню співпраці та взаємодопомозі на полі (А. Біллінгс (A. Billings)). Співпраця також може підтримувати навчання та розвиток студентів. Групові тренування та спільна робота над спортивними завданнями можуть сприяти обміну знаннями та досвідом між студентами, що розширює їхній уявлення про фізичну активність та спорт. Взаємна підтримка та співпраця можуть також створити більше можливостей для взаємного вдосконалення та розвитку навичок [98]. Однак, важливо забезпечити баланс між конкуренцією та співпрацею. Занадто висока конкуренція може створити конфлікти та викликати напруження між студентами, що може негативно впливати на співпрацю та командний дух. Тому, важливо забезпечити належний баланс між стимулюванням конкуренції для стимулювання особистого зростання та сприянням співпраці для зміцнення колективу.

Загалом, дослідження впливу цінності здорової конкурентності та співпраці на якість фізичного виховання студентів в університетах США підтверджують їхню значущість для розвитку студентської спільноти та досягнення успіхів у фізичних заняттях та спорті. Однак, важливо забезпечити адекватний баланс та позитивний підхід до конкуренції та співпраці, щоб забезпечити сприятливе та продуктивне фізичне виховання студентів.

Дослідження впливу цінності безпеки на якість фізичного виховання студентів в університетах США є важливим аспектом, оскільки забезпечення

безпеки є ключовим фактором для стимулювання фізичної активності та сприяє покращенню якості занять [114]. Цінність безпеки передбачає створення сприятливих та безпечних умов для студентів під час занять спортом та фізичною активністю. Дослідження показують, що студенти, які відчувають себе захищеними та безпечними під час занять, більш схильні до регулярних фізичних занять, а також виявляють більш позитивний підхід до фізичної активності. Забезпечення безпеки також сприяє запобіганню травм та нещасних випадків під час фізичних занять, що може значно покращити якість фізичного виховання та сприяти досягненню позитивних результатів.

Важливість безпеки стосується як окремих студентів, так і колективів. Відчуття безпеки стимулює студентів до спроб та ризиків у виховному процесі, що може сприяти їхньому особистісному розвитку та досягненню нових цілей. Також, безпека підтримує студентську спільноту, сприяючи зміцненню взаємодії та співпраці між студентами. Створення сприятливого та безпечного середовища підтримує колективний дух та взаєморозуміння, що сприяє покращенню якості фізичного виховання та збільшенню зацікавленості студентів у спорті та фітнесі. Однак, дослідження також виявляють деякі обмеження впровадження цінності безпеки в процес фізичного виховання студентів. Недостатні ресурси та обладнання можуть обмежити можливості забезпечення повноцінної безпеки під час занять. Також, індивідуальні особливості студентів можуть впливати на їхнє сприйняття безпеки та реакцію на фізичні вправи. Важливо враховувати індивідуальні особливості та можливі обмеження для забезпечення оптимальної безпеки під час фізичних занять.

Загалом, дослідження впливу цінності безпеки на якість фізичного виховання студентів в університетах США підтверджують її важливість для стимулювання фізичної активності та покращення якості занять. Відчуття безпеки та захищеності є ключовим чинником для підвищення мотивації студентів та їхнього інтересу до фізичної активності. Однак, впровадження цінності безпеки вимагає уваги до індивідуальних особливостей студентів та

забезпечення відповідних ресурсів для забезпечення їхньої безпеки та здоров'я під час фізичних занять.

Дослідження впливу цінності стійкого інтересу до фізичної активності на якість фізичного виховання студентів в університетах США є важливою темою досліджень, оскільки стійкий інтерес до фізичної активності відіграє важливу роль у забезпеченні регулярної та планової фізичної активності, що може позитивно впливати на розвиток студентів і їхній фізичний стан [139]. Цінність стійкого інтересу до фізичної активності передбачає постійну зацікавленість та мотивацію до занять спортом та фітнесом протягом тривалого періоду часу. Дослідження показують, що студенти, які мають стійкий інтерес до фізичної активності, більш схильні до регулярних занять та дотримуються здорового способу життя. Цінність стійкого інтересу також допомагає підтримувати мотивацію до фізичної активності навіть у випадках, коли заняття стають більш вимогливими або монотонними.

Стійкий інтерес до фізичної активності має позитивний вплив на фізичний стан студентів. Він допомагає підтримувати оптимальну фізичну форму, збільшує витривалість та силу, покращує координацію та гнучкість. Також, стійкий інтерес сприяє розвитку здорових звичок та сталому впровадженню фізичної активності в повсякденний розпорядок життя студентів. Окрім того, стійкий інтерес до фізичної активності впливає на психологічний стан студентів. Він допомагає знизити рівень стресу та тривоги, покращує настрій та самопочуття. Цінність стійкого інтересу також сприяє підтримці позитивного ставлення до фізичної активності, що може позитивно вплинути на їхню мотивацію та відношення до занять спортом та фітнесом. Однак, важливо враховувати можливі обмеження стійкого інтересу до фізичної активності у студентів. Індивідуальні особливості та зовнішні обставини можуть впливати на зміни в інтересі до фізичних занять. Наприклад, періоди стресу, недостатній час для зайняття спортом або неприємні досвіди під час занять можуть зменшити інтерес до фізичної

активності. Важливо враховувати ці фактори та розробляти стратегії для підтримки стійкого інтересу та мотивації студентів до фізичної активності.

Узагальнюючи можемо сказати, що дослідження підтверджують позитивний вплив цінності стійкого інтересу до фізичної активності на якість фізичного виховання студентів в університетах США. Він стимулює регулярність та плановість фізичних занять, сприяє розвитку фізичних навичок, покращує фізичний та психологічний стан студентів. Однак, необхідно враховувати індивідуальні особливості та можливі обмеження для ефективного застосування даної цінності в фізичному вихованні студентів. Організація та структура програм фізичного виховання студентів в університетах США відзначається своєю різноманітністю та гнучкістю, що дозволяє студентам вибирати заняття, які найкраще відповідають їхнім інтересам, потребам та фізичним можливостям.

Однією з особливостей програм фізичного виховання є широкий спектр дисциплін та активностей, доступних для студентів. Університети пропонують різноманітні спортивні заняття, фітнес-програми, аеробіку, йогу, танці, плавання та багато іншого. Це дозволяє студентам знайти та обрати ту фізичну активність, яка найкраще відповідає їхнім інтересам та потребам.

Другою особливістю є наявність інтегративних дисциплін, які поєднують фізичну активність з іншими аспектами навчання та розвитку студентів. Ці дисципліни дозволяють студентам поєднувати фізичну активність з академічними та кар'єрними інтересами, що сприяє більш повному та комплексному розвитку особистості.

Третьою особливістю є застосування онлайн ресурсів та мобільних додатків в процесі фізичного виховання. Університети використовують різноманітні програми та платформи для організації віртуальних занять, моніторингу фізичної активності та підтримки студентів у досягненні фітнес-цілей. Це дозволяє студентам займатися фізичною активністю навіть у віддалених режимах та підтримувати постійний контроль над своїм прогресом.

Четвертою особливістю є використання практичних стажувань у фізичному вихованні. Ці стажування дозволяють студентам отримати практичний досвід та застосувати знання, отримані в процесі навчання, на практиці. Вони можуть працювати в спортивних клубах, фітнес-центрах, спортивних командах, ділитися своїми знаннями з фізичного виховання з іншими студентами та сприяти сталому розвитку спортивної спільноти.

Загалом, особливості організації та структури програм фізичного виховання студентів в університетах США відзначаються різноманітністю, гнучкістю та застосуванням сучасних технологій. Це дозволяє студентам активно займатися фізичною активністю, розвивати свої здібності та навички, покращувати своє фізичне та психологічне здоров'я, що сприяє їхньому повноцінному особистісному та академічному розвитку.

### **2.3. Мотивація студентів до занять фізичною культурою**

Мотивація – це внутрішній стан, який підтримує та направляє поведінку людини в досягненні певної мети чи задоволення певної потреби. Це психологічний процес, що активує, утримує та направляє дії, що спрямовані на досягнення певної цілі або задоволення потреби [297]. Мотивація включає в себе комплексну систему факторів, які визначають, чому людина займається певною діяльністю, що робить її такою цікавою та значущою для неї, і як вона зосереджує свої зусилля на досягненні мети. Мотивація є основним стимулом, що підтримує поведінку людини, яка включається в різні види діяльності, включаючи фізичну активність, навчання, роботу, творчість та інші. Вона виступає як динамічний процес, що може змінюватися відповідно до зміни потреб та цілей. Мотивація може бути внутрішньою, коли вона виникає з самої людини, або зовнішньою, коли вона стимулюється зовнішніми факторами, такими як винагорода, визнання або зобов'язання.

Основні теорії мотивації включають інстинктивний підхід, теорію потреб, теорію очікування та цілепокладання [196]. Інстинктивний підхід вважає, що поведінка виникає від інстинктивних потягів та вроджених реакцій на подразники. Теорія потреб стверджує, що мотивація виникає з необхідності задовольнити певні потреби, такі як фізіологічні, соціальні або психологічні. Теорія очікування підкреслює важливість очікувань та переконань про можливість досягнення мети. Теорія цілепокладання зосереджується на тому, які цілі та завдання визначають мотивацію людини та її зусилля [153].

Застосування знань про мотивацію має важливе значення в різних сферах життя, включаючи освіту, роботу, спорт та здоров'я. Розуміння та підтримка мотивації студентів є важливим фактором для покращення навчальних результатів та академічної успішності. У робочому середовищі, мотивація може впливати на продуктивність та задоволеність роботою. У спорті, мотивація може підтримувати тренування та досягнення спортивних результатів. У здоров'ї, мотивація може стимулювати здоровий спосіб життя та забезпечувати зусилля для підтримки фізичної активності та дотримання здорових звичок.

Мотивація відіграє ключову роль у різних сферах життя людини, включаючи фізичне виховання. Розуміння принципів мотивації та застосування їх у практичній діяльності може сприяти покращенню якості фізичного виховання студентів в університетах США та сприяти їхньому загальному розвитку та здоров'ю.

Мотивація в різних теоріях може розглядатися з різних підходів:

1. Інстинктивний підхід. Згідно з цією теорією, мотивація базується на вроджених інстинктах та внутрішніх потягах. Людина прагне задовольнити вроджені потреби, такі як голод, жадання до розмноження, безпека та інші, що призводить до певної поведінки.

2. Теорія потреб. Ця теорія стверджує, що мотивація виникає з необхідності задовольнити певні потреби, такі як фізіологічні (голод, спрага),



соціальні (приналежність, дружба) або психологічні (досягнення, визнання). Задоволення потреб стимулює поведінку з метою досягнення балансу.

3. Теорія очікування: В цій теорії акцент зроблений на очікуваннях та переконаннях людини про те, які дії призведуть до досягнення певної мети. Людина раціонально оцінює свої можливості та впливові фактори для досягнення цілі.

4. Теорія цілепокладання: Згідно з цією теорією, мотивація виникає з поставлення конкретної мети чи завдання, яке стає об'єктом уваги та зусиль людини. Чітка постановка цілей сприяє фокусуванню на досягненні результатів [134].

Кожна теорія мотивації надає унікальний погляд на причини та механізми, які підтримують та направляють поведінку людини. Їх поєднання та розуміння допомагає зрозуміти різноманітні аспекти мотивації та застосовувати ці знання в практичній діяльності для досягнення певних цілей та стимулювання певної поведінки.

*Інстинктивний підхід* до визначення мотивації базується на припущенні, що людина діє відповідно до вроджених інстинктів та внутрішніх потягів. Згідно з цією теорією, мотивація є вродженою, інстинктивною силою, що направляє поведінку людини з метою задоволення внутрішніх потреб і забезпечення виживання [181].

Підхід інстинктивної теорії був популярним у психології на початку ХХ століття, коли деякі вчені спостерігали та класифікували поведінкові реакції людей та тварин, які здавалися вродженими та необхідними для їхнього виживання. Зазначені реакції описувалися як інстинкти, що контролюють багато аспектів поведінки, таких як потреба до їжі, сну, розмноження, захисту та інших життєво важливих дій. Цей підхід до мотивації, хоча й втратив актуальність в сучасній психології, залишив свій вплив на розвиток інших теорій. Зараз розуміння мотивації значно ускладнилося, і науковці відзначають, що вона залежить від складної

взаємодії багатьох факторів, включаючи суспільні, культурні, індивідуальні, і біологічні чинники.

Незважаючи на те, що інстинктивний підхід втратив популярність як окрема теорія мотивації, він допомагає підкреслити важливість вроджених схильностей та природних потягів у стимулюванні та направленні поведінки людини. Інстинктивні реакції можуть створювати базову основу для розуміння мотивації, але вони також можуть бути модифіковані та змінені впливом оточуючого середовища, навчання та соціального досвіду. Загалом, інстинктивний підхід нагадує про існування природжених факторів, які впливають на мотивацію, але в сучасних дослідженнях акцент зроблено на комплексних механізмах, що стоять за різноманітністю та складністю мотиваційних процесів у людини.

*Теорія потреб* є однією з найважливіших теорій мотивації, запропонованою психологом А. Маслоу. Згідно з цією теорією, мотивація виникає з необхідності задовольнити певні потреби, які ієрархічно упорядковані. А. Маслоу розробив теорію ієрархії потреб, де потреби розподіляються на п'ять рівнів, причому потреби на нижчих рівнях мають більший пріоритет і переважають над потребами на вищих рівнях, поки вони не будуть задоволені [142]. На найнижчому рівні ієрархії знаходяться фізіологічні потреби, такі як потреба до їжі, води, сну та інших фізіологічних задовольень. Потреба в безпеці і стабільності розташована на другому рівні, включаючи фізичну безпеку, економічну стабільність та соціальну стабільність. Третій рівень ієрархії – потреба до приналежності та соціальної взаємодії, яка включає бажання належати до групи, любов, дружбу та соціальні стосунки. На четвертому рівні знаходиться потреба в досягненні та самооцінці, вона пов'язана з прагненням досягти особистих цілей, розвиватися та отримувати визнання за свої досягнення. На вершині ієрархії знаходиться потреба у самореалізації, яка означає спрямованість до розвитку свого потенціалу, саморозкриття та досягнення вищих рівнів особистості.

Теорія потреб Маслоу підкреслює, що мотивація виникає з необхідності задовольнити більш основні та пріоритетні потреби перед тим, як перейти до більш високих рівнів і досягнень. Коли нижчі рівні потреб будуть задоволені, особистість більш схиляється до спрямованості на самореалізацію та розвитку своїх талантів.

Теорія потреб має велике значення в розумінні мотивації та поведінки людини. Вона допомагає розкрити багатогранність і складність мотиваційних процесів та надає підґрунтя для розвитку програм та стратегій стимулювання мотивації у різних контекстах, включаючи освіту, працю, спорт та інші сфери життя.

*Теорія очікувань* є важливою психологічною теорією мотивації, яка підкреслює роль очікувань і переконань у формуванні та направленні поведінки людини. Згідно з цією теорією, мотивація виникає з розрахунку та раціонального вибору, який базується на переконаннях людини про те, які дії призведуть до досягнення певної мети та бажаного результату [183]. В теорії очікувань стверджується, що люди вирішують, як діяти, ґрунтуючись на оцінці ймовірності досягнення певного результату за певних умов. Це оцінювання включає врахування очікуваної винагороди або позитивного результату в разі досягнення цілі, а також вартості або важливості самої цілі. Крім того, враховуються впливові фактори, що визначають, наскільки сильно людина бажає досягти даної мети.

Важливим аспектом теорії очікувань є ідея, що мотивація залежить від переконань про можливість досягнення цілей. Якщо людина вважає, що вона має високі шанси досягнути успіху, то вона буде більш мотивованою до прагнення до мети. З іншого боку, якщо вона вважає, що її зусилля не призведуть до бажаного результату, то мотивація буде низькою або взагалі відсутньою.

Теорія очікувань також підкреслює роль мотивації в процесі вибору між різними можливостями або альтернативами. Якщо людина очікує, що певна дія буде приносити більше задоволення або більшу винагороду, то

вона схильна обирати цю дію. З іншого боку, якщо є переконання, що інша дія приведе до більш сприятливого результату, то імовірно вибір буде спрямований на неї.

Теорія очікувань надає важливі уявлення про процес формування мотивації та дії людини. Вона допомагає розкрити роль переконань, очікувань та упевненості у досягненні мети у стимулюванні певної поведінки. Застосування цієї теорії допомагає вдосконалювати стратегії мотивації, як у навчанні, так і в різних сферах життя, що сприяє досягненню бажаних результатів і успіху.

*Теорія цілепокладання* є однією з ключових теорій мотивації, яка вивчає вплив цілей та способів їхньої постановки на мотивацію та поведінку людини. Ця теорія була розроблена Е. Локе та Г. Латтоном в 1960-х і вона вже довгий час залишається однією з найвпливовіших теорій у психології мотивації та організаційної поведінки [254]. Основна ідея теорії цілепокладання полягає в тому, що цілі можуть бути потужними факторами, які спонукають людину до певних дій та взаємодії з оточенням. Коли людина ставить перед собою конкретні та важливі цілі, вона частіше схильна до зосередженої та ефективної діяльності з метою досягнення цих цілей. Це стимулює її до зусиль та праці, а також підвищує впевненість у своїх здібностях.

Основні положення теорії цілепокладання включають такі елементи:

1. Цілеспрямованість – цілі визначають та направляють діяльність людини. Вони допомагають зосередитися на важливих завданнях і виконанні певних дій для досягнення бажаного результату.

2. Специфічність цілей – конкретні та обґрунтовані цілі мають більший вплив на мотивацію, ніж загальні та невизначені цілі. Чим більше чітко визначено ціль, тим легше її досягти та оцінити успіх.

3. Важливість цілей – цілі, які мають для людини особисту важливість та значення, стимулюють сильнішу мотивацію. Важливі цілі сприяють більшому зосередженню та наполегливості у зусиллях до досягнення успіху.

4. Прийняття цілей – коли людина активно приймає та зобов'язується до досягнення певних цілей, вона залучає більше зусиль, щоб їх здійснити.

5. Підтримка та зворотний зв'язок – надання підтримки, позитивного зворотного зв'язку та визнання зусиль у досягненні цілей може посилити мотивацію та підвищити впевненість в своїх можливостях.

Теорія цілепокладання допомагає розкрити механізми, за якими мотивація сприяє досягненню цілей та успіху. Вона використовується у практичних сферах, таких як менеджмент, навчання, спорт та інші, для стимулювання ефективної діяльності, підвищення продуктивності та забезпечення успішних результатів. Мотивація відіграє критичну роль у фізичному вихованні студентів в університетах США, оскільки вона має великий вплив на залучення студентів до активності, розвиток їх фізичних навичок та досягнення бажаних результатів у спорті та фізичних заняттях.

По-перше, мотивація є ключовим фактором, який підтримує участь студентів у фізичному вихованні. Зацікавленість і бажання студентів брати участь у заняттях сприяє збереженню активності протягом тривалого періоду. Коли студенти мають сильний мотив до занять фізичною активністю, вони схильні більше інвестувати час та зусилля у своє фізичне вдосконалення.

По-друге, мотивація стимулює досягнення поставлених цілей. В університетах США програми фізичного виховання часто включають цілі, пов'язані з покращенням фізичної форми, розвитком моторних навичок, спортивними досягненнями та сприянням загальному здоров'ю. Мотивовані студенти спрямовують свої зусилля на досягнення цих цілей, що підвищує їхній успіх у фізичному вихованні.

По-третє, мотивація допомагає студентам подолати перешкоди та труднощі, що можуть виникати у процесі фізичного виховання. Участь у спортивних змаганнях чи складних фізичних тренуваннях може ставити перед студентами виклики. Сильна мотивація допомагає їм подолати

труднощі, залишатися налаштованими на досягнення результатів і не здаватися перед обличчям негативних аспектів тренувань.

По-четверте, мотивація підтримує постійний інтерес до фізичної активності. Фізичне виховання може бути рутинним і повторюваним процесом, і тут мотивація грає важливу роль в утриманні інтересу студентів до занять. Вона допомагає створювати позитивне сприйняття фізичних занять, забезпечуючи залученість та задоволення від процесу [196].

Отже, мотивація важлива для успішної реалізації програм фізичного виховання студентів в університетах США. Вона стимулює участь студентів у фізичній активності, сприяє досягненню цілей, допомагає подолати труднощі і підтримує інтерес до занять. Враховуючи важливість мотивації, університети розробляють стратегії, спрямовані на посилення мотивації студентів та підтримання їх інтересу до фізичної активності, що позитивно впливає на їхній загальний розвиток та здоров'я.

В контексті фізичного виховання студентів в університетах США, *інстинктивна теорія* мотивації використовується у різних аспектах для стимулювання та підтримки фізичної активності студентів. По-перше, розуміння основних фізіологічних потреб людини допомагає забезпечити ефективну організацію програм фізичного виховання. Врахування потреби організму у руху, фізичному навантаженні та витраті енергії допомагає розробити різноманітні та збалансовані заняття, що задовольняють фізичні потреби студентів. По-друге, використання природних інстинктів, таких як конкуренція та соціальна взаємодія, може бути застосовано для стимулювання участі студентів у спортивних змаганнях та командних активностях. Конкуренція може спонукати студентів до покращення своїх результатів і досягнення успіху, а соціальна взаємодія може підтримувати залученість до спільних фізичних занять. По-третє, розуміння індивідуальних потреб та інтересів студентів допомагає вибрати відповідні види фізичної активності, які їм будуть цікаві та приносить задоволення. Індивідуалізація програм фізичного виховання дозволяє задовольняти

унікальні потреби різних студентів, що сприяє більшому залученню до активності [193].

Усі ці підходи та принципи, що базуються на інстинктивній теорії мотивації, сприяють створенню стимулюючого та підтримуючого середовища для фізичного виховання студентів в університетах США. Інтеграція природних потреб та інстинктів у програми фізичної активності може підвищити мотивацію студентів, що в свою чергу сприятиме досягненню кращих результатів та сприятливому фізичному становищу учасників.

В фізичному вихованні студентів в університетах США *теорія потреб* використовується для того, щоб задовольняти різноманітні потреби студентів та стимулювати їхню мотивацію до фізичної активності.

По-перше, фізіологічні потреби студентів задовольняються через забезпечення безпечних та ефективних фізичних занять, що сприяють покращенню фізичного стану, а також забезпечуються необхідні ресурси, такі як вода та інший спорядження, необхідне для занять. По-друге, забезпечення безпеки під час фізичної активності в університетах США враховується при розробці програм та інфраструктури для фізичного виховання. Максимально знижуються ризики травм та надається належний нагляд під час проведення занять. По-третє, засоби соціальної взаємодії та гуртування допомагають створити позитивну та підтримуючу атмосферу під час фізичних занять, зокрема в групових або командних активностях. Спільна діяльність з іншими студентами може сприяти залученню до активності та сприяти збереженню мотивації. По-четверте, стимулювання потреби в уважності та повазі під час фізичних занять може здійснюватися через позитивний підхід тренерів, визнання зусиль студентів, а також через сприяння самоповазі та позитивному самовизначенню у контексті фізичної активності. По-п'яте, стимулювання потреби в самореалізації використовується шляхом забезпечення можливостей для розвитку та вдосконалення фізичних навичок та спортивних досягнень, що дозволяє

студентам досягати вищих результатів та задовольняти особисті цілі [141]. Таким чином, теорія потреб використовується у фізичному вихованні студентів в університетах США як основа для створення мотивуючих та індивідуалізованих програм, спрямованих на задоволення різних потреб та стимулювання фізичної активності студентів. Інтеграція цих принципів допомагає створити позитивне середовище та сприяти досягненню якісних результатів у фізичному вихованні.

В фізичному вихованні студентів в університетах США, *теорія очікувань* використовується для стимулювання та підтримки мотивації студентів до регулярної фізичної активності. Визначення очікуваного результату та винагороди за фізичну активність є важливими факторами, що впливають на вибір та залучення студентів до спортивних занять та інших фізичних активностей. По-перше, стимулювання високих очікувань від студентів може здійснюватися шляхом постановки амбітних та досяжних цілей в програмах фізичного виховання. Якщо студенти розуміють, що досягнення цих цілей призведе до позитивних результатів, таких як покращення фізичного стану, збільшення енергії та загального самопочуття, то вони більш схильні зосередитися на досягненні цих цілей. По-друге, використання позитивних підсилюючих механізмів та винагород може стимулювати бажану поведінку студентів. Наприклад, можливість отримання похвали від тренерів або однолітків за досягнення в спортивних змаганнях може підтримувати бажану активність та залучення до спорту. По-третє, індивідуалізація підходу до студентів та врахування їхніх індивідуальних очікувань та мотивації може сприяти залученню до фізичної активності. Відповідно до теорії очікувань, якщо студентам надаються можливості вибору активностей, які вони вважають цікавими та значущими для себе, то ймовірність їхньої участі збільшується [188]. Враховуючи положення теорії очікувань, програми фізичного виховання в університетах США можуть бути спрямовані на створення мотивуючого та підтримуючого середовища для



студентів, що сприяє залученню до фізичної активності та підвищенню мотивації до регулярних занять.

В фізичному вихованні студентів в університетах США, *теорія цілепокладання* використовується для стимулювання та спрямування мотивації студентів до досягнення конкретних фізичних результатів та вдосконалення фізичних навичок. Організатори програм фізичного виховання можуть встановлювати специфічні та досяжні цілі для студентів, такі як покращення швидкості, збільшення сили або досягнення певного рівня. Ці цілі можуть бути індивідуальними, залежно від потреб та здібностей студентів, або можуть бути визначені для групових занять.

Постановка мети у фізичному вихованні може мати кілька позитивних ефектів. По-перше, цілепокладання допомагає студентам зосередитися на конкретному завданні та орієнтувати свою діяльність на досягнення мети. Встановлення цілей може також стимулювати студентів до більш інтенсивних та систематичних зусиль для досягнення бажаного результату.

По-друге, теорія цілепокладання підкреслює важливість зворотного зв'язку та моніторингу прогресу. Студенти, які отримують інформацію про свій прогрес у досягненні мети, можуть більш ефективно адаптувати свої підходи та стратегії для досягнення успіху.

По-третє, постановка цілей може сприяти підвищенню самооцінки та підтримувати впевненість студентів у їхніх здібностях. Коли студенти досягають своїх цілей, вони відчувають задоволення та впевненість у своїх можливостях, що може додатково підтримати їхню мотивацію до фізичної активності.

Таким чином, теорія цілепокладання є важливим інструментом для організації та стимулювання фізичного виховання студентів в університетах США. Встановлення специфічних та реалістичних цілей може сприяти підвищенню мотивації та досягненню якісних результатів у фізичній активності студентів. Існує кілька основних шляхів, за допомогою яких університети підтримують мотивацію студентів у фізичному вихованні.

По-перше, створюється сприятливе середовище, яке спонукає студентів до фізичної активності. Університети можуть забезпечувати доступ до сучасних спортивних об'єктів та спортивного обладнання, організовувати різноманітні групові та індивідуальні тренування, спрямовувати увагу на спортивні заходи та змагання. Забезпечення зручних умов для фізичної активності може підвищити інтерес студентів до занять спортом та зміцнити їхню мотивацію.

По-друге, реалізується індивідуалізація підходу до студентів важлива для підтримки їхньої мотивації. Кожен студент має унікальні потреби, інтереси та цілі, тому важливо створювати програми та тренування, які враховують індивідуальні можливості та побажання студентів. Наприклад, створення персональних планів тренувань або допомога вибору фітнес-активностей, які відповідають інтересам студентів, може допомогти залучити їх до фізичного виховання.

По-третє, зворотний зв'язок та похвала за досягнення можуть значно впливати на мотивацію студентів. Позитивний фідбек і визнання досягнень можуть підтримувати впевненість студентів у своїх можливостях та спонукувати до подальших зусиль. Важливо підкреслювати не тільки результати, але й зусилля та старання студентів у процесі фізичного виховання.

Додатково, мотивацію можна стимулювати через створення здорової конкуренції або співпраці між студентами. Змагання та командні заходи можуть підштовхнути студентів до зусиль для покращення своїх фізичних навичок та досягнення результатів. В той же час, співпраця та підтримка одне одного в групових заняттях може зміцнити соціальний аспект фізичної активності та позитивно підтримувати мотивацію [298].

Загалом, успішне фізичне виховання студентів університетів США залежить від здатності організаторів програм та тренерів підтримувати мотивацію студентів. Сприяння позитивному середовищу, індивідуалізація підходу, зворотний зв'язок та стимулювання конкуренції та співпраці – усі ці

шляхи допомагають створити мотивуючу атмосферу для досягнення успіхів у фізичному вихованні студентів.

Організація навчального середовища в університетах США є важливим фактором для підтримання мотивації фізичного виховання студентів. Для досягнення цієї мети, університети звертають увагу на декілька особливостей організації навчального процесу [139].

По-перше, доступність і зручність фізичних активностей. Університети намагаються забезпечити студентам доступ до спортивних об'єктів та залів, які розташовані на території кампусу або в неподалік від нього. При цьому, акцент робиться на розумному розподілі ресурсів, щоб максимально задовольнити потреби студентів у фізичних заняттях. Організація розкладів тренувань та групових занять забезпечує студентам можливість підбору занять, які відповідають їхнім інтересам та графіку.

По-друге, індивідуалізація підходу. Університети створюють програми та тренування, які враховують індивідуальні особливості та потреби студентів. Зокрема, студенти можуть мати різні рівні фізичної підготовки, інтереси у різних видах спорту, а також можуть бути залучені до фізичної активності з різних мотивів. Індивідуалізація допомагає максимально залучити студентів до фізичного виховання та підтримувати їхню мотивацію.

По-третє, забезпечення позитивного зворотного зв'язку та мотивуючих заохочень. Коли студенти досягають певних результатів у фізичній активності, важливо підкреслювати їхні досягнення та підтримувати мотивацію. Організатори програм та тренери можуть надавати позитивний фідбек та нагороди за досягнення цілей, а також вшановувати зусилля студентів. Це сприяє підвищенню самооцінки та стимулює до подальших успіхів.

По-четверте, стимулювання соціального аспекту. Участь у групових заняттях та командних заходах може додатково підтримати мотивацію студентів до фізичної активності. Взаємодія з однолітками, підтримка від

команди або групи можуть створити позитивну атмосферу та зміцнити соціальну підтримку студентів.

Основною метою організації навчального середовища для підтримки мотивації фізичного виховання студентів є створення сприятливих умов, які стимулюють фізичну активність та підтримують інтерес студентів до занять спортом. Індивідуалізація підходу, позитивний зворотний зв'язок, соціальна підтримка та надання доступних можливостей для фізичної активності є важливими компонентами для досягнення цієї мети в університетському контексті [307, с. 388].

Організація навчального середовища для осіб з інвалідністю та стимулювання їхнього інтересу для фізичного виховання є важливим аспектом інклюзивної освіти в університетах США. Інклюзивні підходи в фізичному вихованні спрямовані на те, щоб забезпечити участь всіх студентів, незалежно від їхніх фізичних обмежень, у спортивних та фітнес-активностях. Одна з основних особливостей організації навчального середовища для студентів з інвалідністю – це адаптація спортивних об'єктів та залів для їхніх потреб [225, с. 4-6]. Університети забезпечують наявність спеціальних зручностей та обладнання для студентів з різними типами інвалідності, таких як доступні лижі, спеціальні візки для тенісу або настільного тенісу, адаптовані тренажери тощо. Це допомагає зробити фізичні заняття доступними для всіх студентів та стимулює їхній інтерес до активного способу життя.

Для стимулювання інтересу осіб з інвалідністю до фізичного виховання, університети активно пропагують інклюзивні спортивні програми та заходи. Організація спеціальних заходів, таких як паралімпійські змагання або турніри, надає студентам з інвалідністю можливість взяти участь у змаганнях та спортивних заходах на рівні університетської спільноти. Ці заходи допомагають створити позитивне спортивне досвід та впевненість у власних силах учасникам інклюзивних програм [408, с. 89-91]. Крім того, важливо залучати кваліфікованих тренерів та інструкторів з досвідом роботи

з особами з інвалідністю. Тренери повинні мати знання та розуміння специфіки різних типів інвалідності, а також вміти адаптувати заняття під потреби та можливості кожного студента. Це допомагає створити безпечне та ефективне середовище для студентів з інвалідністю та сприяє розвитку їхніх фізичних навичок [33].

Успішна організація навчального середовища для осіб з інвалідністю та стимулювання їхнього інтересу для фізичного виховання залежить від поєднання доступних спортивних об'єктів, інклюзивних програм та професійних тренерів. Цільовим підходом є створення сприятливих умов, які спонукають студентів з інвалідністю до участі у фізичній активності, підтримують їхній інтерес та сприяють позитивному спортивному досвіду [301].

Спортивна інфраструктура в університетах США є важливим компонентом створення сприятливих умов для фізичного виховання студентів і забезпечення здорового способу життя. Багато університетів у США вкладають значні ресурси у розвиток спортивної інфраструктури та пропонують різноманітні можливості для фізичної активності.

Однією з особливостей спортивної інфраструктури є наявність сучасних спортивних комплексів та залів. Багато університетів обладнали свої кампуси спортивними центрами, що включають в себе басейни, тренажерні зали, спортивні зали для різних видів спорту, корти для тенісу та баскетболу, тирі, стадіони для футболу, легкої атлетики та інші спортивні майданчики. Наявність різноманітних спортивних об'єктів дозволяє студентам займатись різними видами спорту і вибирати для себе найбільш привабливі заняття.

Прикладом сучасної спортивної інфраструктури університетів США є Recreation and Wellness Center університету Огайо (Ohio State University). Цей комплекс охоплює понад 100 тис. квадратних футів простору і включає в себе басейни, тренажерні зали, баскетбольні та волейбольні корти, стадіон для футболу, каток, та інші спортивні зони (Додаток Д). Університет Огайо

активно сприяє фізичній активності та здоровому способу життя студентів шляхом створення таких спортивних об'єктів [324]. Ще однією особливістю спортивної інфраструктури є підтримка інклюзивних програм та доступності спортивних об'єктів для всіх студентів, включаючи студентів з інвалідністю. Університети відводять особливу увагу до адаптації спортивних об'єктів для студентів з різними фізичними обмеженнями, надаючи спеціальне обладнання та послуги, які дозволяють їм активно займатись фізичними заняттями.

Ще один із прикладів – Університет штату Пенсильванія (Penn State University). Університет має розвинену спортивну інфраструктуру, яка включає басейни, тренажерні зали, легкоатлетичні поля, баскетбольні та волейбольні корти, а також стадіони для футболу та інших видів спорту (Додаток Ж). Університет пропонує різноманітні спортивні клуби та програми, які відповідають інтересам різних груп студентів [312]. Це дозволяє студентам вибирати активності, які вони люблять та цікавляться, і залучати до фізичної активності ще більше студентів.

Іншим прикладом може бути Університет штату Техас (Texas State University). Університет має один з найбільших спортивних центрів серед американських університетів, де студенти мають доступ до більш ніж 50 активностей, включаючи групові заняття, індивідуальні тренування та спортивні заходи [324]. Участь у таких програмах не тільки сприяє фізичному розвитку, а й спонукає студентів до соціальної взаємодії та створення спільноти, що впливає на їхню мотивацію та стимулює активний спосіб життя.

Загалом, наявність розвиненої спортивної інфраструктури в університетах США створює фізичне середовище, яке активно спонукає студентів до участі у фізичних активностях та спортивних програмах. Забезпечення доступу до різноманітних спортивних занять та привабливих зручностей допомагає підтримувати мотивацію студентів до фізичного

виховання, сприяє збереженню здорового способу життя та позитивному спортивному досвіду.

*Індивідуалізація навчання* є важливою стратегією, яка сприяє підтриманню мотивації виховання студентів в університетах США. Цей підхід передбачає персоналізацію навчання з урахуванням індивідуальних особливостей, інтересів, потреб і здібностей кожного студента.

Індивідуалізація навчання дозволяє створити сприятливі умови для студентів, щоб вони могли займатись фізичним вихованням з більшим задоволенням і ефективністю. Зокрема, вона дозволяє студентам обирати спортивні активності, які їх цікавлять, та визначати свій власний темп навчання. Коли студенти займаються тим, що їм подобається, вони більш активно включаються у процес фізичного виховання та мають більше мотивації до досягнення своїх цілей [307]. Також, індивідуалізація допомагає враховувати особисті обставини студентів, їх рівень фізичної підготовки та потреби в покращенні здоров'я. Викладачі та тренери можуть створювати персоналізовані програми фізичного виховання, які враховують можливості і потреби кожного студента. Це дозволяє досягати кращих результатів і стимулює студентів до постійного покращення своїх фізичних здібностей.

Однією з форм індивідуалізації навчання є пропонування різноманітних фізичних активностей та спортивних програм. Університети в США часто розробляють широкий спектр спортивних клубів і команд, включаючи не тільки популярні види спорту, але й менш традиційні. Це дозволяє студентам обирати активності залежно від їхніх інтересів і досвіду, створюючи більше можливостей для розвитку різних спортивних здібностей та задоволення від занять.

Індивідуалізація навчання в фізичному вихованні студентів в університетах США може реалізовуватися через різноманітні прийоми та стратегії, спрямовані на забезпечення персоналізованого підходу до навчання та стимулювання мотивації. Один з прийомів індивідуалізації – це створення персоналізованих фітнес-планів для студентів. Замість загальних програм

фізичного виховання, викладачі та тренери можуть пропонувати студентам індивідуально розроблені плани занять, які враховують їхні потреби, цікавинки, мету та рівень фізичної підготовки [420, с. 2348]. Це дозволяє студентам займатися тими видами фізичної активності, які їм подобаються та допомагають досягненню їхніх особистих цілей, що впливає на їх мотивацію. Інший прийом – використання індивідуальних консультацій та спілкування зі студентами. Під час індивідуальних зустрічей, викладачі та тренери можуть вивчити особисті цілі, інтереси та потреби кожного студента. Це допомагає забезпечити більш ефективний і адаптований до їхніх потреб підхід до навчання. Крім того, такий підхід підвищує рівень спілкування між викладачами та студентами, створює довіру та сприяє більшій взаємодії та активності студентів у процесі навчання. Також, індивідуалізація може бути реалізована за допомогою використання технологій. В університетах США широко використовуються спеціалізовані мобільні додатки та платформи, які дозволяють студентам відстежувати свою фізичну активність, вносити свої досягнення та ставити перед собою цілі. Це стимулює студентів до самомотивації, відповідальності за свої результати та постійного покращення.

*Зворотній зв'язок* відіграє ключову роль у підтриманні мотивації виховання студентів в університетах США. Цей процес передбачає надання студентам інформації про їхні досягнення та результати фізичних занять, а також можливість отримати оцінку своїх зусиль у досягненні фізичних цілей. Зворотній зв'язок може надаватися в різних форматах, таких як особисті бесіди з тренерами, письмові коментарі, стимулюючі повідомлення в мобільних додатках або електронні звіти [171]. Посилення мотивації відбувається через декілька механізмів, що використовуються у зворотному зв'язку. По-перше, інформація про досягнення студентів, зокрема прогрес у досягненні фізичних цілей, допомагає збільшити самооцінку та самовпевненість. Коли студенти бачать, що їхні зусилля призводять до позитивних результатів, вони відчують себе більш компетентними і



схильними продовжувати свої заняття. По-друге, зворотній зв'язок може включати позитивну підтримку та слова заохочення, які підтримують мотивацію студентів. Слова вдячності за зусилля або відзначення прогресу стимулюють студентів до подальшого залучення у фізичне виховання. По-третє, зворотній зв'язок може допомогти студентам установити реалістичні та досяжні цілі. Тренери та викладачі можуть надати поради щодо оптимальних підходів до досягнення бажаних результатів та допомогти студентам розробити плани дій.

Особливо важливим виявляється зворотний зв'язок для студентів з інвалідністю або обмеженими можливостями, де взаємодія з тренерами та спеціалістами може включати індивідуальне підтримання та адаптацію програм до їхніх потреб. Отже, зворотній зв'язок грає важливу роль у стимулюванні та підтриманні мотивації студентів в університетах США для фізичного виховання. Він допомагає підвищити самооцінку, надихнути до подальших досягнень та встановити реалістичні цілі, що веде до більшої активності та підвищення якості фізичного розвитку студентів.

Організація зворотного зв'язку для підтримання мотивації виховання студентів в університетах США є важливим аспектом ефективної програми фізичного виховання. Вона передбачає систематичний процес надання інформації студентам про їхні досягнення, прогрес та результати фізичних занять. Прийоми організації зворотного зв'язку різноманітні, та включають як індивідуальний, так і груповий підхід. Персоналізований зворотний зв'язок є одним з ефективних прийомів. Це передбачає індивідуальні бесіди зі студентами, під час яких обговорюються їхні досягнення, а також рекомендації щодо поліпшення результатів. Такі особисті зустрічі дозволяють зрозуміти потреби та інтереси кожного студента і надати індивідуальні поради та підтримку. Ще одним прийомом є письмовий зворотний зв'язок, наприклад, електронні звіти або повідомлення. Це може бути корисним інструментом для надання інформації про прогрес та досягнення студентів у зручний для них час [171].

Технології також використовуються для організації зворотного зв'язку. Мобільні додатки, які надають студентам можливість записувати свої досягнення, вести щоденники занять та отримувати персоналізовані поради, стають все більш популярними. Вони дозволяють студентам стежити за своїм прогресом, а також сприяють взаємодії з тренерами та спеціалістами. Груповий зворотний зв'язок також має свої переваги. Він може включати колективні засідання, де студенти можуть обговорювати свої досягнення та спілкуватися з іншими учасниками програми. Груповий зворотний зв'язок допомагає створити сприятливий інтерактивний середовище, де студенти підтримують одне одного та діляться своїми успіхами [171]. Організація зворотного зв'язку у фізичному вихованні студентів університетів США має значення для стимулювання мотивації та підтримання інтересу до активного способу життя. Різноманітні прийоми, такі як персоналізовані бесіди, письмовий зворотний зв'язок та використання технологій, допомагають студентам відчувати успіхи та продовжувати свої зусилля в досягненні фізичних цілей. Груповий зворотний зв'язок також сприяє створенню підтримуючого середовища, де студенти взаємодіють та мотивують одне одного. Зворотний зв'язок виступає як інструмент, що підсилює мотивацію та сприяє покращенню якості фізичного виховання студентів в університетах США.

Університети США використовують різноманітні прийоми організації зворотного зв'язку для підтримання мотивації виховання студентів у фізичному вихованні. Один з них – це індивідуалізований зворотний зв'язок. В рамках цього підходу, тренери та інструктори ведуть персональні розмови зі студентами, обговорюючи їхні досягнення, прогрес та цілі. Індивідуальний підхід дозволяє зосередитися на потребах кожного студента окремо, надати підтримку та рекомендації для досягнення бажаних результатів. Це збільшує ступінь впевненості студента у своїх можливостях і стимулює досягнення власних цілей.

Ще одним прикладом є використання письмового зворотного зв'язку. Студентам можуть надсилати електронні звіти або повідомлення з оцінками їхніх досягнень та прогресу у фізичних заняттях. Ці звіти можуть містити інформацію про покращення результатів, дії для подальшого зростання і важливість підтримки активного способу життя. Письмовий зворотний зв'язок є зручним способом надавати студентам інформацію про їхні успіхи та допомагає зберігати зосередженість на досягненні фізичних цілей.

Технології також використовуються для організації зворотного зв'язку. Деякі університети надають студентам доступ до мобільних додатків або онлайн-платформ, де вони можуть вести щоденники занять, записувати свої досягнення, отримувати індивідуальні поради та спілкуватися з тренерами або спеціалістами. Використання технологій допомагає студентам стежити за своїм прогресом і зберігати мотивацію до регулярних занять [179]. Груповий зворотний зв'язок також є ефективним способом підтримки мотивації.

*Конкуренція* між студентами може відігравати важливу роль у підтриманні мотивації виховання в університетах США. Конкурентна атмосфера в спортивній сфері може стимулювати студентів до досягнення кращих результатів і покращення своїх здібностей. Конкуренція може сприяти підвищенню рівня зусиль, які студенти прикладають для досягнення своїх цілей у фізичному вихованні. Крім того, конкуренція може стимулювати студентів до більш активної участі у спортивних змаганнях та заходах, таких як інтрамурові турніри, спортивні ліги або олімпійський рух університету. Участь у змаганнях та боротьба за перемогу можуть стати додатковим мотиватором для студентів, які прагнуть підвищити свою фізичну активність та досягти високих спортивних результатів.

Конкуренція може також допомогти створити здорове співробітництво та колективний дух. Студенти можуть підтримувати один одного, надихатися успіхами однокурсників та стимулювати інших до заняття фізичною активністю. Взаємодія з однолітками в конкурентному середовищі може допомогти зберегти мотивацію та заохочувати до продовження фізичних

тренувань. Проте важливо враховувати, що конкуренція може бути як позитивною, так і негативною силою. Негативна конкуренція може призвести до надмірного стресу, викликати психологічний дискомфорт та знизити самооцінку студентів, які не можуть впоратися з підвищеним тиском. Тому важливо забезпечити баланс між конкуренцією та підтримкою, створюючи в університетському середовищі позитивну атмосферу, де студенти почуваються підтриманими та заохоченими до досягнення своїх цілей у фізичному вихованні.

Університети США мають можливість сприяти позитивній конкуренції та підтримувати студентську мотивацію шляхом створення різноманітних спортивних програм, команд та змагань, а також забезпечення індивідуалізованого підходу до навчання та тренувань [330]. Важливо створити сприятливе середовище, де конкуренція стимулює студентів до розвитку та досягнення високих спортивних результатів, при цьому забезпечуючи підтримку та позитивний досвід участі в спортивних заходах. Для підтримання мотивації виховання студентів університети США використовують різноманітні прийоми стимуляції конкуренції. Один із таких прийомів – це створення спортивних команд та змагань. Університети мають різні спортивні програми, в яких студенти можуть брати участь у змаганнях з інших університетів, або в інтрамурових змаганнях між факультетами та студентськими організаціями. Це створює можливість для студентів продемонструвати свої спортивні досягнення та змагатися за перемогу, що сприяє підвищенню мотивації та розвитку їх спортивних навичок. Другий прийом – це надання стипендій та винагород за спортивні досягнення. Багато університетів надають спортивні стипендії та інші види винагород студентам, які досягають видатних результатів у спорті. Це може стати додатковим стимулом для студентів більше зосередитися на спортивному вдосконаленні та забезпечити більш активну участь у спортивних змаганнях.

Також, індивідуальні досягнення можуть бути визнані та відзначені у формі особистої вдячності або нагород. Похвала від тренерів, викладачів або

адміністрації може впливати на студентів та стимулювати бажання досягати вищих результатів у фізичному вихованні.

Для забезпечення конкурентного середовища в університетах США, де студенти можуть брати участь у змаганнях та демонструвати свої здібності, студентські спортивні асоціації та клуби можуть організовувати регулярні спортивні заходи та ліги [3]. Це може включати різноманітні спортивні дисципліни, які відповідають інтересам різних студентів. Однак важливо балансувати конкуренцію з підтримкою та заохоченням. Індивідуалізація підходу до студентів, сприяння позитивній атмосфері, підтримка студентів у досягненні їхніх цілей та розвитку здібностей, а також надання зворотного зв'язку можуть підсилити позитивний вплив конкуренції на мотивацію студентів.

Одним з прикладів організації конкуренції між студентами для підтримання мотивації виховання в університетах США є проведення спортивних турнірів та ліг. Університети часто організовують спортивні заходи, де студенти можуть взяти участь у змаганнях з різних видів спорту. Це може бути інтрамуровий турнір між студентськими групами або між факультетами, а також міжуніверситетські змагання [347]. Проведення таких турнірів стимулює студентів брати участь у спортивних заходах, покращувати свої навички і виявляти бажання перемагати.

Іншим прикладом є організація інтелектуальних змагань і проектних конкурсів. Університети можуть організовувати конкурси з різних наукових та технічних дисциплін, де студенти можуть продемонструвати свої знання та навички. Перемога в таких змаганнях може приносити визнання, нагороди та можливості для подальшого розвитку.

Також, університети можуть проводити олімпіади з різних предметів, де студенти можуть перевірити свої знання та навички у порівнянні з іншими студентами. Такі олімпіади можуть стати додатковим стимулом для студентів зосередитися на навчанні і досягати кращих результатів.

Навчальні проекти та дослідницькі роботи також можуть бути використані як інструмент конкуренції. Університети можуть організовувати проекти, де студенти можуть представити свої роботи перед комісією або аудиторією, і найкращі проекти можуть бути винагороджені.

Організація конкуренції між студентами в різних сферах навчання та активності стимулює їхній інтерес та бажання досягати вищих результатів. Вона сприяє формуванню амбіційності, самодисципліни, творчих та аналітичних здібностей, що має позитивний вплив на мотивацію студентів та їх професійний розвиток.

*Тренери та викладачі* в університетах США відіграють важливу роль у підтриманні мотивації студентів до фізичного виховання. Перш за все, вони можуть створювати стимулююче та позитивне навчальне середовище, де студенти відчувають підтримку та заохочення для досягнення своїх цілей у фізичному вихованні. Це може бути досягнення нових спортивних результатів, здобуття нових знань та навичок або розвиток особистих якостей. Тренери та викладачі можуть застосовувати індивідуалізований підхід до навчання та тренувань, враховуючи особисті потреби та можливості кожного студента. Вони можуть підбирати індивідуальні завдання та програми, що відповідають рівню підготовки, інтересам та цілям кожного студента. Цей підхід дозволяє підтримувати інтерес та мотивацію студентів, оскільки вони бачать, що їхні зусилля отримують індивідуальне визнання та оцінку. Тренери та викладачі можуть також давати студентам чіткий та зрозумілий зворотний зв'язок щодо їхніх досягнень та прогресу. Позитивний і конструктивний фідбек допомагає студентам зрозуміти, що їхні зусилля оцінюються та визнаються, що стимулює їх до подальшого зростання та розвитку.

При організації спортивних турнірів та змагань, тренери та викладачі можуть підтримувати здорову конкуренцію серед студентів. Змагання можуть бути стимулюючим фактором, що спонукає студентів до більших зусиль, забезпечуючи залучення до фізичної активності та досягнення

кращих результатів. Водночас, важливо, щоб конкуренція була побудована на основі здорової спортивної етики та поваги до суперників, а не на зниженні моральних цінностей.

Також, тренери та викладачі можуть створювати позитивні ролі та приклади для студентів. Вони можуть бути втіленням успіху, взірцем для наслідування, що стимулює студентів до досягнення власних цілей та розвитку. Важливо, щоб тренери та викладачі демонстрували відповідність між тим, що вони говорять і роблять, що допомагає зберегти довіру та впливати на мотивацію студентів.

В цілому, взаємодія з тренерами та викладачами, які заохочують, підтримують та надають студентам індивідуальну увагу, використання зворотного зв'язку та створення стимулюючої конкурентної атмосфери, сприяє підтриманню мотивації студентів у фізичному вихованні в університетах США.

Підтримання мотивації фізичного виховання студентів в університетах США є критично важливим для досягнення успішних результатів та сприяння загальному здоров'ю та добробуту студентів. Через розмаїтість інтересів, потреб та цілей, індивідуалізація навчання та тренувань є одним із ключових підходів. Забезпечення індивідуального підходу дозволяє враховувати особливості кожного студента, підтримувати їхні інтереси та мотивацію до фізичної активності.

Зворотний зв'язок та позитивний фідбек є ще однією важливою складовою. Відчуття підтримки та визнання своїх зусиль стимулює студентів до досягнення нових висот та розвитку. Тренери та викладачі можуть використовувати зворотний зв'язок для надання позитивної оцінки досягнень студентів, а також для спрямування їх на шлях до вдосконалення та покращення.

Конкуренція між студентами може бути важливим фактором для стимулювання мотивації. Здорова спортивна конкуренція допомагає

студентам встановити більш високі цілі та відчуті необхідність до зусиль, що сприяє досягненню кращих результатів у фізичному вихованні.

Створення сприятливого навчального середовища з відповідною спортивною інфраструктурою також здатне спонукати студентів до занять фізичною активністю. Наявність спортивних закладів, тренажерних залів, спортивних майданчиків та зручного доступу до них може збільшити залучення студентів до різних видів спорту та фізичних занять.

Організація спортивних заходів, турнірів та змагань є ще одним засобом підтримання мотивації. Ці події створюють позитивну атмосферу та можливість для студентів проявити свої навички та здібності у спортивних змаганнях.

Враховуючи індивідуальні потреби та інтереси студентів, надання змоги самостійно обирати типи фізичної активності також може сприяти їхній мотивації. Забезпечення різноманітних можливостей для занять спортом, танцями, його, йогою, плаванням та іншими фізичними діяльностями допомагає залучати студентів з різними інтересами і зберігати їхній інтерес до активного способу життя.

Всі ці підходи та можливості, спрямовані на підтримання мотивації фізичного виховання, взаємодіючи між собою, створюють сприятливі умови для підтримання інтересу студентів до фізичної активності та покращення їхнього фізичного розвитку та здоров'я. Це сприяє загальному підвищенню якості освіти і допомагає студентам зберігати активний та здоровий спосіб життя.

### **Висновки до другого розділу**

Структура та організація фізичного виховання студентів університетів США є складною та добре розвинутою системою. Зазвичай, університети в США надають студентам можливість вибору з різноманітних фізичних активностей, які можуть бути включені в їхню загальну навчальну програму.



Це можуть бути такі види занять, як фітнес, аеробіка, плавання, біг, йога, та інші. Основною метою структури фізичного виховання в університетах США є забезпечення студентам можливості зберігання та покращення їхнього фізичного здоров'я та загального фізичного розвитку. Для досягнення цієї мети університети надають доступ до сучасних спортивних закладів, тренерського персоналу та різних програм фізичного виховання.

Зміст фізичного виховання студентів в університетах США відображає акцент на різноманітних фізичних активностях, які сприяють всебічному розвитку студентів. Основними компонентами цього змісту є фітнес, спорт, танці, здоровий спосіб життя та інші види фізичних занять. Університети надають можливість обирати з цього різноманітного спектру залежно від індивідуальних інтересів та потреб студентів. Особлива увага приділяється інклюзивності та доступності фізичного виховання для всіх студентів, незалежно від їхніх фізичних можливостей та рівня підготовки. Це підкреслює важливість рівних можливостей для участі в фізичних активностях в освітньому середовищі.

Мотивація студентів до занять фізичною культурою в університетах США є важливою складовою системи фізичного виховання. Один із ключових факторів, що стимулює мотивацію студентів – це можливість обирати фізичні активності, які відповідають їхнім інтересам та потребам. Це дозволяє студентам відчувати себе активними учасниками процесу та отримувати задоволення від фізичних занять. Крім того, університети США активно пропагують здоровий спосіб життя та фізичну активність серед студентської спільноти, створюючи позитивне соціальне середовище для спортивних досягнень та фізичного розвитку. Змагання, спортивні заходи та інші активності сприяють формуванню командного духу та підтримують мотивацію студентів до регулярних фізичних занять.

Структура та організація фізичного виховання студентів університетів США включає різноманітні фізичні активності, спрямовані на розвиток фізичної активності та забезпечення здорового способу життя. Аналіз змісту

цього виховання вказує на різноманітність та доступність програм для всіх студентів, а мотивація підтримується через індивідуалізацію та соціальну підтримку спортивних зусиль.

## **РОЗДІЛ 3. МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ ВИХОВАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ СТУДЕНТІВ В УНІВЕРСИТЕТАХ США**

### **3.1. Основні методичні підходів та програми виховання фізичної культури студентів в університетах США**

В педагогічній науці розрізняються методичні підходи та методологічні підходи як дві різні концепції, пов'язані з організацією навчального процесу, включаючи фізичне виховання, але вони мають різні фокуси та спрямовані на різні аспекти. Г. Васянович відзначає, що методологічні підходи визначають загальні принципи, засади і методи дослідження, які використовуються в науці та практиці, в тому числі і у дослідженнях у галузі фізичного виховання. Методологічні підходи визначають загальну методологічну рамку, що допомагає структурувати дослідницьку роботу, розробляти методи досліджень, аналізувати дані і формулювати висновки. Наприклад, у фізичній культурі дослідження можуть використовувати квантитативні або квалітативні методи, аналізувати фізіологічні показники, психологічні аспекти, соціальні аспекти тощо [3, с. 12-15]. З іншого боку, методичні підходи зосереджені на організації навчального процесу, враховуючи методологічні принципи. Вони визначають способи навчання, засоби і методи, які використовуються в процесі фізичного виховання, з метою досягнення певних навчальних цілей і результатів. Наприклад, методичні підходи можуть включати в себе планування уроків або тренувань, вибір спортивних вправ, визначення методів оцінювання, організацію групової роботи тощо. Отже, методологічні підходи визначають загальні принципи дослідження, а методичні підходи забезпечують організацію навчального процесу для досягнення навчальних цілей. Вони доповнюють один одного, але мають різні фокуси і спрямовані на різні аспекти діяльності.

Дослідження методичних підходів до організації фізичного виховання в університетах США має велике значення з кількох причин. По-перше,

ефективна організація фізичного виховання в університетському середовищі сприяє підвищенню якості фізичної активності студентів, що, в свою чергу, сприяє покращенню їх здоров'я та загального благополуччя. Фізично активні студенти мають більше енергії та здатні краще концентруватися на навчанні, що може позитивно позначитися на їхніх академічних досягненнях [347, с. 3]. По-друге, дослідження методичних підходів дозволяє визначити оптимальні методи та стратегії навчання, які найбільш ефективно стимулюють мотивацію студентів до занять фізичною активністю. Комплексний підхід до організації фізичного виховання може забезпечити задоволення потреб студентів і стимулювати їх бажання досягати успіху в цій галузі. Дослідження дозволяють виявити, які методи та підходи працюють найкраще для різних груп студентів і допомагають досягти найкращих результатів. По-третє, дослідження методичних підходів в фізичному вихованні можуть сприяти впровадженню інноваційних практик та покращенню навчального процесу. Враховуючи різноманітність студентської аудиторії, важливо розвивати індивідуальні підходи до навчання, а також використовувати нові технології та засоби, які можуть підтримати мотивацію студентів до фізичної активності.

Дослідження методичних підходів можуть також допомогти впровадженню збалансованого підходу до фізичного виховання, що враховує різноманітні потреби студентів. Розвиваючи різноманітність підходів та програм, університети можуть забезпечити студентам можливість займатися фізичною активністю відповідно до їхніх інтересів та потреб. У підсумку, дослідження методичних підходів до організації фізичного виховання в університетах США має велике значення для покращення якості фізичної активності студентів, стимулювання їхньої мотивації та розвитку інноваційних підходів до навчання. Дослідження можуть допомогти впровадженню ефективних та збалансованих програм фізичного виховання, що враховують індивідуальні потреби студентів та сприяють їхньому здоров'ю та благополуччю.

Дослідження методичних підходів до організації фізичного виховання в університетах США охоплює різноманітні напрямки, які спрямовані на вдосконалення навчального процесу та стимулювання мотивації студентів до фізичної активності. Один з напрямків дослідження полягає у вивченні різних підходів до організації уроків та тренувань з фізичного виховання. Дослідники аналізують різні методичні підходи, які можуть бути використані для покращення якості занять та збільшення ефективності навчання. Вони досліджують, які методи та підходи працюють найкраще для різних вікових груп студентів, а також для студентів із різним рівнем фізичних здібностей [122].

Інший напрямок дослідження спрямований на вивчення впливу різних факторів на мотивацію студентів до фізичної активності. Дослідники аналізують роль тренерів, викладачів та інших факторів навчального середовища у стимулюванні інтересу студентів до занять фізичною активністю. Вони також досліджують вплив зовнішніх мотивів, таких як нагороди, похвали, або змагання, на збільшення мотивації студентів до досягнення успіху в фізичному вихованні [197, с. 193]. Також, в рамках дослідження методичних підходів, дослідники звертають увагу на індивідуалізацію навчання. Вони вивчають, які методи і підходи можуть бути застосовані для врахування різних індивідуальних потреб студентів, зокрема, інтересів, фізичних здібностей, здоров'я та мотивації. Індивідуалізація навчання може допомогти залучити більше студентів до фізичної активності, оскільки програма буде більш привабливою та підходитиме для різних груп студентів [225]. Інший напрямок дослідження зосереджений на розробку і впровадження інноваційних методів та технологій у фізичному вихованні. Вчені досліджують, як можна використовувати сучасні технології, такі як відеоігри, мобільні додатки або віртуальну реальність, для залучення студентів до фізичної активності та стимулювання їх мотивації [342].

Усі ці напрямки досліджень взаємодіють та взаємодоповнюють один одного, спрямовуючи зусилля на покращення організації фізичного

виховання в університетах США. Дослідження методичних підходів мають великий потенціал для розвитку інноваційних стратегій навчання та підвищення мотивації студентів до фізичної активності, що сприятиме їхньому здоров'ю, успіхам та загальному благополуччю. Організація програм фізичної культури в університетах США може бути класифікована згідно з різними методичними підходами, які можна розділити на три основних категорії в залежності від їх функціонального спрямування: індивідуально-орієнтовані, науково-інтегративні та соціокультурні підходи.

Індивідуально-орієнтована категорія фокусується на розробці індивідуальних планів для студентів, враховуючи їх особливості, можливості та потреби. Це спрямовано на оптимальне задоволення індивідуальних потреб студентів і підвищення їх мотивації до занять фізичною культурою. Також сюди входить підхід, який ставить акцент на саморегуляції та самостійності студентів, дозволяючи їм встановлювати особисті цілі та контролювати свій прогрес. До методів, що дозволяють реалізувати цей підхід відносяться: індивідуальні тренування, лекції та семінарські заняття в змішаному форматі, індивідуальні консультації, трекінг успіхів, індивідуальні проекти, асесорство.

Науково-інтегративна категорія підходів базується на комбінації практичних навичок із глибокими теоретичними знаннями. Вона забезпечує інтеграцію фізичної культури з іншими дисциплінами, такими як анатомія, фізіологія та психологія, щоб надати студентам цілісне розуміння механізмів та користі фізичної активності. Сюди також входить акцент на використанні сучасних технологій, які служать засобами підтримки та оптимізації навчального процесу. До методів, що дозволяють реалізувати цей підхід відносяться: дослідницькі проекти, міждисциплінарні лекції, практичні заняття, наукові консультації.

Соціокультурна категорія відображає важливість фізичної культури як засобу соціальної інтеграції. Підходи в цій категорії акцентують на ролі командної роботи, спілкування та взаємодії в соціальному середовищі.

Програми, розроблені на основі цих підходів, прагнуть не тільки формувати фізичні навички, але й розвивати соціальні компетенції студентів, підсилюючи відчуття спільноти та соціальної відповідальності серед учасників. До методів, що дозволяють реалізувати цей підхід відносяться: проблемні лекція з елементами соціокультурного аналізу, етнографічні проекти, лекція з елементами міжкультурного діалогу, суспільно важливі проекти.

В університетах США програми фізичної культури базуються на декількох методичних підходах, кожен з яких спрямований на ефективне забезпечення гармонійного фізичного розвитку студентів та формування у них здорового способу життя.

Перший підхід – це *індивідуалізація* навчального процесу. У світлі гетерогенності студентської популяції, педагогічні кадри прагнуть розробити індивідуальні плани, які відповідають специфіці фізичного розвитку, можливостям та інтересам кожного студента. Це вимагає глибокого діагностичного аналізу і систематичного моніторингу прогресу, що сприяє оптимальному фізичному розвитку.

Другий методичний підхід концентрується на *комбінації теорії та практики*. Під час навчального курсу студентам подаються не тільки практичні навички, але і науково обґрунтовані знання з анатомії, фізіології та спортивної науки. Така інтеграція дає можливість студентам краще розуміти механізми та користь фізичної активності.

Третій підхід відображає важливість *мотивації*. Засновуючись на психологічних принципах, програми фізичної культури акцентують увагу на створенні позитивного, стимулюючого навчального середовища, де студенти відчуються зацікавленими, заохоченими та мотивованими до участі.

Четвертий методичний підхід передбачає *інтердисциплінарність*. Це означає, що програми фізичної культури не ізольовані, а інтегровані з іншими дисциплінами, такими як дієтологія, психологія здоров'я та

соціологія спорту, що надає студентам більш цілісного розуміння фізичного здоров'я.

П'ятий підхід стосується використання сучасних *технологій*. Для збільшення ефективності навчання та тренувань активно використовуються цифрові платформи, додатки для відстеження фізичної активності та інноваційні обладнання.

Шостий підхід акцентує увагу на *соціальному аспекті* фізичної активності. Програми прагнуть формувати не тільки індивідуальні навички, але й навички командної роботи, спілкування та взаємодії в соціальному середовищі, що підсилює відчуття спільноти та соціальної відповідальності.

В університетах США особливу увагу приділяють *індивідуалізації процесу виховання* фізичної культури, враховуючи унікальні потреби, можливості та інтереси кожного студента (С. Даніш (S. Danish), Т. Форнеріс (T. Forneris), К. Ходж (K. Hodge), І. Хеке (I. Heke)). Для досягнення цього застосовуються різноманітні методи, які спрямовані на оптимізацію підготовки та реалізацію індивідуального підходу [134]. Одним з ключових методів є створення індивідуальних планів фізичної підготовки, які базуються на результаті діагностики фізичного стану студента, його здоров'я, а також спортивних навичок. Ці плани адаптуються під конкретні цілі студента, будь то збільшення фізичної витривалості, підготовка до спортивних змагань або просто підтримка загального здоров'я.

Впровадження технологічних рішень також грає важливу роль в індивідуалізації підготовки. Застосування спеціалізованого програмного забезпечення та мобільних пристроїв для моніторингу фізичної активності дозволяє отримувати детальну інформацію про рівень виконання вправ, ефективність тренувань та прогрес студента. Такий підхід забезпечує можливість для постійної корекції планів і методик навчання на основі зібраної інформації. Крім того, велике значення в індивідуалізації підготовки має педагогічна взаємодія. Це передбачає створення сприятливого психологічного клімату, підтримку мотивації та врахування емоційного



стану студента. Викладачі фізичної культури в США працюють над розвитком педагогічних навичок, які дозволяють їм взаємодіяти з кожним студентом на особистісному рівні, підтримуючи його аспірації та цілі в сфері фізичної культури.

Лекції та семінарські заняття в змішаному форматі надають можливість студентам отримувати фундаментальні знання в галузі фізичної культури та спорту в тому форматі, який найбільше відповідає їхньому графіку. Лекції допомагають вирішити теоретичні аспекти, а семінари дозволяють обговорювати практичні ситуації та виклики, з якими можуть стикнутися студенти. Змішаний формат дозволяє студентам здобувати знання як у класному, так і у віртуальному середовищі, а також використовувати інтерактивні ресурси для самостійного навчання.

Індивідуальні консультації надають можливість студентам обговорювати свої особисті цілі та потреби з викладачами або консультантами. Це сприяє визначенню індивідуального шляху розвитку і створенню персоналізованих планів навчання та тренувань.

Трекінг успіхів студентів є ще одним важливим компонентом розвитку фізичної культури. Це включає в себе вимірювання фізичних параметрів, аналіз даних та відстеження прогресу в спортивних досягненнях. Інформація, отримана в процесі трекінгу успіхів, допомагає студентам і їхнім наставникам коригувати навчальні плани та тренувальні програми для досягнення найкращих результатів.

Участь у індивідуальних проектах спонукає студентів досліджувати конкретні аспекти фізичної культури, спортивних дисциплін або здорового способу життя. Це розвиває критичне мислення, дозволяє студентам застосовувати теоретичні знання в практиці і реалізовувати власні ідеї.

Асесорство сприяє взаємному навчанню та співпраці між студентами та наставниками. Студенти можуть виступати як наставники для інших студентів і ділитися своїм досвідом та знаннями, що сприяє їхньому власному професійному та особистому розвитку.

Індивідуалізація підготовки в університетах США передбачає комплексний підхід, який об'єднує наукові, педагогічні та технологічні методи для забезпечення ефективного та цілеспрямованого виховання фізичної культури з урахуванням особливостей кожного студента. Принципи та особливості розробки індивідуальних планів підготовки студентів в університетах США відображають основні цінності вищої освіти в цій країні, включаючи індивідуалізм, академічну свободу та цілісність розвитку особистості.

Перш за все, індивідуальні плани підготовки (ІПП) в університетах США сприяють визначенню академічних та професійних цілей студента. Вони стають інструментом для формулювання конкретних завдань і стратегій досягнення їх в рамках академічної програми. Важливим компонентом ІПП є діалог між студентом та його академічним наставником. Цей діалог допомагає студенту рефлексувати над своїми інтересами, здібностями та аспіраціями, а також обрати курси, проекти або дослідницькі завдання, що найкраще відповідають його потребам.

Другою особливістю ІПП є їх гнучкість та адаптивність. Університети США розуміють, що процес навчання та розвитку особистості є динамічним, тому ІПП може бути переглянуто та скориговано відповідно до змін у життєвих обставинах студента, його академічних досягненнях або професійних інтересах.

Третьою характеристикою є те, що ІПП зосереджується не лише на академічному розвитку, але й на розвитку особистісних та соціальних навичок. Це відбиває основний принцип американської вищої освіти – підготовка студентів до життя в складних соціокультурних умовах, де потрібно вміти спілкуватися, адаптуватися, працювати в команді та приймати важливі рішення.

Індивідуальний план фізичного виховання студента в університетах США стає одним із важливих компонентів загальної системи фізичної підготовки і спрямований на підвищення фізичної активності, покращення

здоров'я та забезпечення розвитку конкретних фізичних навичок. Такий план, як правило, розробляється на основі початкової діагностики фізичного стану студента, враховуючи його індивідуальні особливості, здібності, потреби та інтереси. Для цього може використовуватися ряд інструментів, зокрема анкетування, тестування на фізичну витривалість, гнучкість, силу тощо. Враховуючи отримані дані, розробляється конкретний програмний план, який включає визначені види фізичної активності, їх тривалість, інтенсивність та частоту.

При формуванні індивідуального плану особлива увага приділяється поєднанню різних видів фізичної активності. Це може бути комбінація аеробних тренувань, силових вправ, розтяжок, а також занять зі специфічних видів спорту чи фітнесу, які цікавлять студента. Наприклад, якщо студент зацікавлений у баскетболі, йому може бути запропоновано регулярні тренування з даного виду спорту, а також додаткові вправи на розвиток координації, швидкості та сили.

Однією з ключових особливостей функціонування індивідуального плану фізичного виховання є його постійний моніторинг та корекція. Це означає, що протягом навчального року проводяться регулярні перевірки ефективності плану, оцінюється динаміка змін фізичного стану студента, а також його власні відгуки щодо програми. За потреби план коригується, адаптуючись до змінюваних умов та потреб студента.

Університети, які входять до Ivy League (наприклад, Гарвард, Принстон, Йель), часто мають добре розвинені програми фізичного виховання, що надають можливість для індивідуалізації підготовки. Ці установи прагнуть створити умови для отримання не лише академічні знання, а й фізично розвитку, завдяки формуванню навичок та звичок, які залишаться з ними на все життя. Вони розуміють важливість збалансованого розвитку, і тому підходять до організації фізичного виховання дуже серйозно.

Також багато великих державних університетів, таких як Університет Каліфорнії в Берклі або Університет Мічигану, акцентують увагу на створенні індивідуальних програм для студентів. Вони забезпечують широкий вибір занять з фізичної культури, від класичних командних видів спорту до сучасних фітнес-програм, йоги або плавання. Ці університети розробляють системи, завдяки яким студенти можуть підібрати для себе найбільш підходящий графік, тип занять та інтенсивність навантаження.

Важливо зазначити, що американські університети часто співпрацюють з кваліфікованими інструкторами, психологами та медичними працівниками для створення індивідуальних планів фізичного виховання, які враховують не лише фізичний стан студента, а й його психоемоційний комфорт.

В сучасний час технологічний прогрес значно впливає на підхід до організації виховання фізичної культури в університетах США. *Використання програмних технологічних рішень* дозволяє забезпечити індивідуалізацію підходу до кожного студента, враховуючи його особисті потреби, можливості та інтереси (К. Армо (K. Armour), Дж. Бол (J. Ball), Р. Берч (R. Burch), А. Кейсі (A. Casey), Х. Чендер (H. Chander), В. Гудйєар (V. Goodyear), І. Льюїс (E. Lewis), Т. Лузак (T. Luczak)).

Одним із таких рішень є спеціалізовані додатки та платформи для моніторингу фізичної активності. Ці системи дозволяють збирати дані про кількість кроків, споживані калорії, серцевий ритм та інші параметри, що допомагають науковцям та тренерам аналізувати фізичний стан студента та коригувати його навантаження. Також ці технології допомагають студентам самостійно контролювати свої досягнення та встановлювати особисті цілі [116]. Додатково, широке застосування знаходять віртуальні платформи для проведення онлайн-тренувань. Зокрема, університети можуть пропонувати відеоуроки з різних видів фізичної активності, що дозволяє студентам підбирати найбільш підходящі для них заняття та займатися спортом у зручний для них час.

Сучасні технології також сприяють впровадженню елементів гейміфікації в процес фізичного виховання. Це означає, що студенти можуть брати участь в віртуальних змаганнях, викликах, отримувати нагороди та досягнення за певні успіхи, що стимулює їх до регулярних занять фізичною культурою. Важливим компонентом є і системи для індивідуального консультування студентів. Ці платформи дозволяють тренерам та інструкторам взаємодіяти зі студентами, аналізувати їхні потреби, рекомендувати конкретні програми тренувань, а також надавати зворотний зв'язок щодо їхніх досягнень [258]. В університетах США розуміють, що сучасний світ вимагає нового підходу до організації фізичного виховання. Технологічні рішення дозволяють не лише робити цей процес більш індивідуалізованим, але й забезпечувати високий рівень мотивації та зацікавленості студентів, що є ключем до їх активної та продуктивної участі у заняттях фізичної культурою.

Ефективність програмних технологічних рішень, які використовуються в університетах США для індивідуалізації виховання фізичної культури студентів, стала предметом численних досліджень у галузі спортивної науки та педагогіки. Вчені намагаються визначити, як технології впливають на мотивацію студентів, їхні досягнення у фізичному вихованні та загальний рівень здоров'я.

Одним із основних висновків цих досліджень є те, що впровадження технологій допомагає підвищити мотивацію студентів до занять фізичною культурою [116, с.184]. Сучасні програмні рішення, які включають гейміфікацію, віртуальні виклики та можливість моніторингу особистого прогресу, стимулюють студентів до регулярних занять, допомагаючи їм відчутти почуття досягнення та самореалізації. Більше того, за результатами досліджень, системи моніторингу фізичної активності, які дозволяють відслідковувати рухову активність, споживані калорії та інші параметри, можуть слугувати важливим інструментом для профілактики ожиріння та інших захворювань, пов'язаних з недостатньою руховою активністю.

Використання таких технологій допомагає студентам краще розуміти своє тіло та потреби, а також підтримувати необхідний рівень фізичної активності.

Втім, вчені також зауважують, що використання технологій має бути збалансованим. Занадто великий акцент на технологічні рішення може відволікати студентів від основного завдання – розвитку фізичних навичок та покращення здоров'я [258]. Тому важливим є комбінований підхід, коли технологічні інструменти доповнюються класичними методами фізичного виховання. Загалом дослідження підтверджують, що правильно впроваджені та використовувані програмні технологічні рішення можуть суттєво покращити якість і результативність процесу фізичного виховання в університетах, сприяючи створенню здорового та активного студентського середовища.

*Педагогічна взаємодія та створення позитивного психологічного клімату* займають особливе місце в процесі індивідуалізації виховання фізичної культури студентів в університетах США (Дж. Уолтон-Фіссет (J. Walton-Fisette), Р. Філпот (R. Philpot), С. Філіпс (S. Phillips), С. Флорі (S. Flory), Дж. Хіл (J. Hill), С. Сазерленд (S. Sutherland), М. Флемонс (M. Flemons)). Центральним моментом у цьому контексті є розуміння того, що фізичне виховання не лише спрямоване на розвиток фізичних здібностей, але й має за мету розвиток особистості студента, його соціальних навичок, самодисципліни та здатності до саморегуляції [398]. В університетах США особлива увага приділяється створенню педагогічної взаємодії, яка базується на взаємоповазі, довірі та підтримці. Педагоги прагнуть до того, щоб кожен студент відчував себе частиною команди, розумів своє місце у загальному процесі та мав можливість активно взаємодіяти з іншими учасниками навчального процесу. Це досягається завдяки застосуванню методів активного навчання, групових занять, а також за допомогою залучення студентів до процесу планування та оцінювання їхньої діяльності.

Згідно досліджень О. Чіва-Бартол (O. Chiva-Bartoll) позитивний психологічний клімат створюється завдяки ряду факторів. По-перше, педагоги в університетах США працюють над тим, щоб забезпечити відкрите й дружнє спілкування, де кожен студент може вільно висловлювати свої думки та почуття. По-друге, важливим є створення безпечного навчального середовища, де кожен студент може відчувати себе захищеним від критики, насмішок чи дискримінації. По-третє, педагоги акцентують увагу на підтримці й заохоченні кожного студента, незалежно від його поточного рівня фізичної підготовки, спонукаючи його до постійного розвитку та вдосконалення [123].

Дослідження впливу педагогічної взаємодії та створення позитивного психологічного клімату на процес індивідуалізації виховання фізичної культури студентів у університетах США є предметом численних наукових публікацій. Ці дослідження відображають стратегічний підхід американських учених до розуміння та вдосконалення педагогічної практики в галузі вищої освіти. Наукові дослідження часто підкреслюють, що якість педагогічної взаємодії безпосередньо впливає на мотивацію студентів, їхнє задоволення навчальним процесом та, як наслідок, їхні навчальні досягнення. Активне слухання, взаємоповага, підтримка та довіра між педагогом та студентами є ключовими факторами, які стимулюють активну участь студентів в навчальному процесі та їхнє бажання до самовдосконалення [261].

Слід зазначити, що створення позитивного психологічного клімату є не менш важливим аспектом, який сприяє ефективності індивідуалізованого навчання. М. Стандаж (M. Standage) з колегами відзначає, що позитивний психологічний клімат сприяє розвитку у студентів почуття безпеки, довіри до педагога та віри в свої власні можливості. У такому середовищі студенти більш відкриті для нового досвіду, готові взяти на себе відповідальність за своє навчання та активно співпрацювати з педагогом [363].

Таким чином, наукові дослідження, проведені в університетах США, підтверджують безперечний вплив педагогічної взаємодії та позитивного

психологічного клімату на успішність індивідуалізованого виховання фізичної культури. Такий підхід допомагає студентам реалізувати свій потенціал, сприяє їхньому соціальному та емоційному розвитку та спонукає до активної участі в навчальному процесі.

*Інтеграція теорії і практики* в процесі виховання фізичної культури в університетах США відіграє ключову роль у формуванні цілісної, збалансованої системи підготовки студентів. Це завдання має своє коріння в ідеї дієвого навчання, що передбачає поглиблене розуміння матеріалу шляхом активного його використання в реальних життєвих ситуаціях [279]. Дж. Мілрой (J. Milroy) відзначає, що науково-теоретична база фізичної культури забезпечує студентів знаннями про анатомію, фізіологію, біомеханіку, психологію спорту та інші дисципліни, які формують основу для розуміння фізичної активності та її ролі у здоров'ї людини. Ці знання мають велике теоретичне значення, але без практичної реалізації їх цінність може залишитися невизначеною для студентів. У відповідь на цю проблему американські університети активно розробляють та впроваджують різноманітні методи, що спрямовані на забезпечення гармонійного поєднання теоретичних знань і практичного досвіду. Зокрема, вони включають роботу в лабораторних умовах, де студенти можуть проводити експерименти та дослідження, вивчаючи фізичні процеси, які відбуваються в організмі під час фізичної активності. Також широко застосовуються педагогічні практики, стажування в спортивних клубах, участь в спортивних змаганнях та інших масових заходах [65; 310; 357]. Слід зазначити, що активне впровадження інноваційних технологій, таких як віртуальна реальність, доповнена реальність, та інші цифрові інструменти, також сприяє інтеграції теорії і практики. За допомогою цих технологій студенти можуть моделювати різні ситуації, проводити дослідження в умовах, які найбільше наближені до реального життя, але при цьому повністю контрольовані та безпечні.

Отже, інтеграція теорії і практики в процесі виховання фізичної культури в університетах США відбувається завдяки комплексному підходу,



що об'єднує класичні методики навчання з сучасними технологічними рішеннями, що дозволяє студентам отримувати глибокі знання та практичний досвід в галузі фізичної культури.

Інтеграція теорії і практики є фундаментальним принципом навчально-виховного процесу в американських університетах, особливо коли мова йде про виховання фізичної культури. Даний принцип базується на прагненні забезпечити студентів не тільки глибокими теоретичними знаннями, але й практичними навичками та вміннями, які є актуальними для реального світу.

Один з найбільш очевидних прикладів інтеграції теорії і практики в університетах США – це використання симуляційних лабораторій (Monmouth University). У межах таких лабораторій студенти мають можливість досліджувати фізіологічні реакції організму на фізичне навантаження, вивчаючи дію різних видів вправ на різні системи організму (Додаток К). Так, наприклад, вони можуть застосовувати теоретичні знання про систему кровообігу, спостерігаючи за змінами в серцевому ритмі, артеріальному тиску та інших параметрах під час фізичних вправ [375].

Ще однією важливою частиною інтеграції є стажування студентів в спортивних організаціях, клубах, школах та інших установах. Протягом таких стажувань майбутні спеціалісти можуть взяти участь в реальному процесі планування та проведенні тренувань, а також вивчення методик роботи з різними групами населення [363]. Це дозволяє їм краще зрозуміти, як теоретичні знання можуть бути адаптовані до реальних умов і ситуацій.

Також не можна забувати про роль сучасних технологій. Цифрові платформи дозволяють студентам моделювати різні ситуації, які можуть трапитися під час тренувального процесу, а аналітичні інструменти дають можливість аналізувати результати виконаних вправ та коригувати програми тренувань [258].

Отже, інтеграція теорії і практики в університетах США є комплексним процесом, який включає в себе різноманітні методи, техніки та технології. Всі ці засоби спрямовані на те, щоб забезпечити студентів глибокими

знаннями та практичними вміннями, які будуть корисними їм у професійній діяльності.

Інтеграція теорії і практики в освітньому процесі є важливим елементом педагогічної практики, особливо в сфері виховання фізичної культури. Вивчення ефективності такої інтеграції в університетах США стало предметом численних досліджень протягом останніх десятиліть. Ці дослідження, як правило, базуються на комплексному підході до вивчення педагогічного процесу, включаючи як кількісні, так і якісні методи дослідження. Центральним завданням таких досліджень є визначення, наскільки ефективно студенти можуть застосовувати свої теоретичні знання на практиці, а також як ця інтеграція впливає на розвиток їх професійних навичок та компетентностей. Б. Бланкеншіп (B.Blankenship) виявив, що інтеграція теорії і практики сприяє підвищенню мотивації студентів до навчання, розвитку їх критичного мислення, а також покращенню практичних навичок. Студенти, які регулярно мають змогу застосовувати свої теоретичні знання в реальних умовах, частіше демонструють вищий рівень розуміння предмета, а також більше зацікавлені в дослідженні його різних аспектів [98].

Однак Д. Балінгером (D. Ballinger) та Дж. Бішопом (J. Bishop) також були виявлені певні труднощі та виклики, пов'язані з інтеграцією. Зокрема, вони зазначають, що без належної підготовки викладачів та наявності необхідних ресурсів інтеграція може бути поверхневою або неефективною. Тому важливим аспектом цього процесу є систематична підготовка педагогічних кадрів, а також розробка методичних рекомендацій для ефективного з'єднання теорії і практики [85].

В узагальненому вигляді можна стверджувати, що дослідження в цій сфері свідчать про значущі переваги інтеграції теорії і практики в процесі виховання фізичної культури. Проте для досягнення оптимальних результатів важливо забезпечити належну підготовку викладачів, а також

систематично моніторити та коригувати цей процес на основі зворотного зв'язку від студентів та інших зацікавлених сторін.

*Інтеграція психологічних принципів в педагогічний процес* виховання фізичної культури в університетах США розглядається як важливий засіб для підвищення мотивації студентів до активного і здорового способу життя. Поняття мотивації в цьому контексті можна розглядати як внутрішній або зовнішній стимул, який визначає напрямок, інтенсивність та тривалість діяльності людини [102]. Врахування психологічних особливостей студентів дозволяє викладачам адаптувати навчальний матеріал та методики викладання таким чином, щоб вони були максимально відповідними до індивідуальних потреб і інтересів студентів. Це, в свою чергу, сприяє формуванню позитивного ставлення до фізичної культури та здорового способу життя. Одним з ключових психологічних принципів, який враховується в американських університетах, є принцип автономії. Він полягає в тому, що студентам надається більше вибору у тому, які види фізичної активності вони хочуть виконувати, а також в тому, яким чином вони хочуть це робити. Це може включати в себе вибір конкретних видів спорту, рівень складності тренувань або формування індивідуальних програм тренувань. Така автономія забезпечує почуття контролю над власним процесом навчання і, як наслідок, підвищує внутрішню мотивацію. Інший важливий принцип полягає в створенні позитивного психологічного клімату, який включає взаємоповагу, взаємодопомогу та відсутність критики. Такий підхід сприяє формуванню позитивної самооцінки студентів, збільшує їх віру в свої здібності та мотивує до подальшої активності. Також важливим є підхід до індивідуальних особливостей кожного студента. Врахування цих особливостей дозволяє викладачам враховувати не тільки фізичні, але й психологічні потреби студентів, що сприяє формуванню глибокого розуміння важливості фізичної активності в їх житті [223].

У підсумку, інтеграція психологічних принципів в педагогічний процес виховання фізичної культури в університетах США є ефективним засобом

підвищення мотивації студентів, що сприяє формуванню стійкої потреби в регулярних фізичних навантаженнях та здоровому способу життя.

Один з основних психологічних принципів, що застосовується в педагогіці фізичного виховання – це принцип автономії. У контексті університетського навчання автономія передбачає надання студентам можливості самостійно обирати види фізичної активності, ступінь їх складності та тривалість [393]. Наприклад, університети можуть пропонувати модульні курси, де студенти мають можливість вибрати між різними видами спорту або фітнес-програмами, в залежності від своїх особистих інтересів та фізичних можливостей. Така автономія відіграє важливу роль у формуванні внутрішньої мотивації, так як студенти відчувають більше контролю над своїм процесом навчання.

Ще одним принципом є психологічна безпека. В університетах США велика увага приділяється створенню середовища, в якому кожен студент відчуває себе комфортно та прийнятним, незалежно від свого фізичного рівня підготовки. Викладачі фізичного виховання працюють над тим, щоб уникати порівнянь між студентами і зосередити увагу на індивідуальних досягненнях кожного [126]. Це може бути виявлено, наприклад, у використанні технік позитивного заохочення та відсутності критики.

Застосування психологічних технік також включає в себе методи саморефлексії та самооцінки. Для цього можуть використовуватися журнали тренувань, де студенти ведуть записи про свої фізичні досягнення, встановлюють цілі та аналізують свої відчуття під час занять. Такий підхід допомагає студентам краще розуміти своє тіло, рефлексувати над своєю активністю та визначати особисті цілі у сфері фізичної культури [305].

Отже, інтеграція психологічних принципів у процес виховання фізичної культури в американських університетах направлена на створення умов для формування внутрішньої мотивації студентів, розуміння важливості фізичної активності та підвищення їхнього самовідчуття.

В академічній спільноті США проводилися численні дослідження щодо ефективності інтеграції психологічних принципів у процесі виховання фізичної культури з метою підвищення мотивації студентів. Центральною ідеєю багатьох з цих досліджень є концепція самодетермінації, яка визначає внутрішню та зовнішню мотивацію до фізичної активності.

Згідно з дослідженнями Х. Калаяс-Тілга (H. Kalajas-Tilga) з колегами внутрішньо мотивовані студенти, як правило, виявляють більший інтерес, високий рівень задоволення та продуктивність у фізичних заняттях. Такі студенти також продемонстрували більш стійку залученість до регулярних тренувань та фізичної активності після завершення навчання в університеті. На відміну від цього, зовнішньо мотивовані студенти, яких спонукали такі фактори, як оцінки або соціальне схвалення, не виявляли такого ж рівня відданості фізичній культурі в довготривалій перспективі [213].

Ще одним аспектом дослідження була інтеграція психологічної безпеки в педагогічний процес. Виявлено, що студенти, які відчують себе комфортно і безпечно під час занять, зазвичай більш мотивовані до активної участі та залучення до фізичних вправ. Викладачі, які використовують позитивне заохочення, замість критики або порівняння, зможуть підтримувати психологічний комфорт студентів, що, в свою чергу, сприяє вищій мотивації [126, с. 468].

Нарешті, інтеграція методів саморефлексії та самооцінки була виявлена як ключовий елемент у підвищенні внутрішньої мотивації. Через такі техніки, студенти мають можливість осмислити свої досягнення, визначити свої сильні сторони та слабкі місця, а також встановити особисті цілі [418].

Таким чином, дослідження в університетах США підтверджують що інтеграція психологічних принципів у процес виховання фізичної культури є ефективним методом підвищення мотивації студентів, зокрема через підкреслення внутрішньої мотивації, створення психологічної безпеки та залучення до процесу саморефлексії.

*Інтердисциплінарність* в освіті є методом інтеграції знань, навичок та підходів з різних дисциплін для створення більш глибокого розуміння певної теми або проблеми. В контексті виховання фізичної культури в університетах США інтердисциплінарний підхід може відігравати критично важливу роль у підготовці студентів до розуміння і цінування фізичної активності як інтегральної частини їх загального добробуту [338]. Основою інтердисциплінарності в фізичному вихованні є поняття, що здоров'я та фізична активність не існують у вакуумі. Вони є тісно пов'язаними з такими дисциплінами, як біологія, психологія, соціологія та іншими. Наприклад, заняття анатомії та фізіології можуть допомогти студентам краще розуміти, як їхнє тіло реагує на фізичну активність, які системи організму активуються під час вправ, та які корисні зміни відбуваються на клітинному рівні.

З іншого боку, психологія та соціологія можуть відкривати для студентів важливість соціальної підтримки, ментального благополуччя, мотивації та ролі спільноти у підтримці активного способу життя. Інтеграція цих дисциплін у курс фізичного виховання може надати студентам більш глибоке розуміння не тільки того, чому активність важлива, але й того, як різні аспекти їхнього життя можуть взаємодіяти, щоб підтримувати або заважати їх здоровому способу життя [338]. Таким чином, інтердисциплінарність в фізичному вихованні не тільки збагачує знання студентів з фундаментальних наук про фізичну активність, але також підкреслює зв'язок між фізичною активністю та більш широкими контекстами здоров'я, соціального благополуччя та психології. Це допомагає формувати у студентів холістичний підхід до свого здоров'я та благополуччя, підвищуючи їх мотивацію до постійного зайняття фізичною активністю.

Один з яскравих прикладів інтердисциплінарності в освіті фізичної культури – це співпраця кафедр психології і фізичного виховання у створенні спеціалізованих курсів (Princeton University). На таких курсах студенти вивчають психологічні аспекти мотивації до фізичної активності, взаємодію між емоційним станом і фізичною активністю, а також розглядають стрес та

способи його подолання через фізичну діяльність. Така інтеграція дозволяє студентам бачити безпосередній зв'язок між фізичним здоров'ям та психоемоційним благополуччям [318].

Ще одним прикладом може бути включення в програму фізичного виховання курсів з гуманітарних наук (Pennsylvania State University). Так, студенти можуть вивчати історію олімпійського руху, філософію спорту або соціологію фізичної культури. Це допомагає зрозуміти культурний та соціальний контекст спортивної діяльності, її вплив на суспільство та індивіда [311].

Також не можна не згадати про активне застосування біомедичних дисциплін (Harvard). Інтеграція курсів з анатомії, фізіології та біохімії в програму фізичного виховання дозволяє студентам глибше розуміти механізми впливу фізичних навантажень на організм, взаємодію між різними системами тіла під час фізичної активності та особливості адаптаційних реакцій [356].

Така інтердисциплінарність сприяє не лише розширенню знань студентів, але й формуванню в них системного підходу до свого здоров'я та здорового способу життя в цілому. Інтеграція різних дисциплін допомагає студентам бачити взаємозв'язки між фізичною активністю та іншими аспектами їхнього життя, що, в свою чергу, підвищує їх мотивацію до занять фізичною культурою.

Одне з ключових досліджень у цій області було проведено декілька років тому науковцями з університетів США (К. Кемпбел (K. Campbell)). Центральною метою дослідження було вивчення взаємозв'язку між інтердисциплінарним підходом та рівнем мотивації студентів, їх активністю на практичних заняттях, а також глибиною їх теоретичних знань. Результати дослідження показали, що інтеграція знань з різних дисциплін суттєво підвищує мотивацію студентів, зокрема завдяки тому, що вони бачать практичне застосування теорії в реальному житті [110]. Також було виявлено, що студенти, які пройшли курси з інтердисциплінарним підходом,

демонстрували кращі результати не лише на практичних заняттях з фізичної культури, але й у своєму теоретичному розумінні матеріалу. Це підтверджує гіпотезу про те, що комбінація знань з різних галузей допомагає формувати більш глибоке та системне розуміння предмету.

Втім, важливо зазначити, що інтердисциплінарний підхід вимагає від викладачів особливої підготовки, здатності інтегрувати матеріал з різних дисциплін та адаптувати його до конкретних потреб студентів. Це може виявитися викликом для традиційної системи освіти, де кожна дисципліна часто розглядається як окрема цілісність. Загалом можна сказати, що дослідження ефективності інтердисциплінарності в освіті фізичної культури свідчать про її великий потенціал у підвищенні якості навчального процесу, розширенні горизонтів студентів та формуванні у них системного підходу до свого фізичного здоров'я та благополуччя.

Сучасні технології відіграють критичну роль в процесі модернізації освітньої сфери, і це стосується не тільки традиційних академічних дисциплін, але й виховання фізичної культури в університетах США. Трансформація підходів до викладання, яка ініційована впровадженням технологій, має глибокий вплив на методики навчання, мотивацію студентів, а також на рівень доступності фізичної підготовки для широкого кола осіб [178]. Одним з найбільш очевидних напрямків використання технологій є впровадження онлайн-платформ для навчання фізичної культури. Онлайн-формат дозволяє студентам отримувати необхідні знання та навички, незалежно від їх географічного розташування, забезпечуючи гнучкість навчального процесу. Відеоуроки, інтерактивні семінари та вебінари, 3D-моделювання анатомії людини та багато інших ресурсів забезпечують якісний контент для навчання. Крім того, сучасні технології допомагають в моніторингу фізичного стану студентів за допомогою різноманітних гаджетів та програм для відстеження здоров'я, активності, якості сну тощо. Ці дані можуть бути використані для індивідуалізації навчальних програм, зосереджуючи увагу на особливих потребах кожного студента.



Також слід відзначити, що в університетах активно використовуються гейміфікація та віртуальна реальність у навчальному процесі з фізичної культури. Ці технології можуть робити процес вивчення більш захоплюючим, мотивуючим студентів до регулярних занять та активної участі в навчальному процесі.

В умовах глобальних викликів, таких як пандемія COVID-19, коли традиційне навчання в університетах стало обмеженим, сучасні технології стали не лише додатковим засобом, а й необхідною умовою для забезпечення продовженості освітнього процесу. Сучасний світ навчання фізичної культури в університетах США стає все більш технологічно орієнтованим, використовуючи передові технології для підвищення якості та ефективності навчального процесу. Ці технології намагаються відповісти на потреби сучасного студента, що шукає гнучкість, індивідуалізацію та захоплюючі навчальні досвіди.

Однією з ключових технологій на думку Н. Мунголі (N. Mungoli), яка знаходить застосування в освітньому процесі, є віртуальна реальність (VR). Університети в США активно використовують VR для створення іммерсивних симуляцій, які дозволяють студентам вивчати анатомію людини, біомеханіку рухів та інші складові фізичної культури в інтерактивному середовищі. Це створює можливість для студентів глибше зануритися в матеріал і отримати більше практичних навичок [287].

Також дедалі більше університетів використовують мобільні додатки для моніторингу та підтримки фізичної активності студентів. Ці додатки можуть відстежувати рівень активності, калорії, якість сну студента та інші параметри, допомагаючи студентам ставити особисті цілі та досягати їх [414]. Окрім мобільних додатків, університети використовують платформи для онлайн-навчання, де студенти можуть долучитися до вебінарів, переглядати відеоуроки, брати участь в дискусіях та отримувати зворотний зв'язок від викладачів в режимі реального часу. Це особливо важливо для тих

студентів, які не можуть відвідувати традиційні заняття через різні обставини [169].

Незважаючи на значні переваги, які надають сучасні технології, важливо підкреслити, що вони повинні доповнювати, а не замінити традиційні методи навчання. Ідеальний підхід поєднує технологічні інновації з перевіреними часом методами, забезпечуючи студентам найбільш повноцінний і ефективний навчальний досвід. В університетах США проводилися численні дослідження, що мали на меті оцінити ефективність впровадження сучасних технологій у процес виховання фізичної культури. Акцент в цих дослідженнях, як правило, робився на адаптивність навчальних методик, їх доступність та здатність задовольнити потреби студентів різного рівня підготовки.

Одним з головних напрямків досліджень була ефективність віртуальної реальності (VR) у навчанні. М. Воснер (M. Woessner) з колегами аналізували, наскільки VR допомагає студентам краще розуміти біомеханіку руху, анатомію та інші ключові аспекти фізичної культури. Зокрема, результати показали, що іммерсивне середовище VR забезпечує глибше занурення в матеріал, що сприяє кращому засвоєнню інформації [409].

Інший важливий напрямок досліджень стосувався мобільних додатків та їх ролі в підтримці фізичної активності студентів. Робота Й. Янг (Y. Yang) з колегами вказує на те, що наявність можливості відстеження особистих показників та зворотного зв'язку в реальному часі сприяє підвищенню мотивації до регулярних тренувань [414, с. 839].

Онлайн-платформи та їх роль в освіті також не залишилися поза увагою дослідників. М. Гріфітс (M. Griffiths) з колегами вивчали якість контенту, доступність матеріалів, інтерактивність з викладачами та інші аспекти онлайн-навчання. Результати показали, що правильно структуровані онлайн-курси можуть бути не менш ефективними, ніж традиційне навчання, а в деяких випадках навіть перевершувати його [185].

Загалом дослідження підтвердили, що сучасні технології можуть значуще покращити процес виховання фізичної культури в університетах. Проте ключовим є правильний підхід до їх впровадження, з орієнтацією на індивідуальні потреби студентів та забезпеченням високої якості навчального контенту.

*Соціальні аспекти* в університетах США мають помітний вплив на підходи до виховання фізичної культури серед студентів. Розглянемо кілька конкретних прикладів такого впливу.

По-перше, культура спільноти в університетських кампусах часто спонукає студентів брати участь у різноманітних спортивних заходах. Наприклад, великий інтерес до американського футболу в університетах веде до того, що студенти активно залучаються до підтримки своїх команд, відвідують матчі, а також беруть участь у аматорських матчах на кампусі. Це не лише формує в них інтерес до спорту, але і створює почуття спільноти та колективізму.

По-друге, соціальні мережі та платформи, такі як Instagram або TikTok, де користувачі демонструють свої спортивні досягнення, тренувальні режими чи здоровий спосіб життя, стають місцем для обміну досвідом і надихають студентів на власні тренування. Популярні блогери чи відеоблогери, які діляться порадами з фітнесу або показують свій процес підготовки до змагань, можуть стати реальними прикладами для наслідування для молоді.

По-третє, університетські групи з фізичної підготовки чи класи, що базуються на соціальних ініціативах, такі як біг для благодійності або спортивні заходи на відкритому повітрі з метою збору коштів для соціальних проєктів, спонукають студентів долучатися до активного способу життя. Такі заходи не лише сприяють фізичній активності, але й підкреслюють соціальну відповідальність студентів.

Отже, соціальні аспекти у сучасному американському університетському середовищі впливають на студентське життя, в тому числі й на виховання фізичної культури. Вони формують мотивацію, створюють

нові можливості для взаємодії та співпраці та роблять фізичну активність неодмінною частиною студентського життя. В останні десятиліття вчені в США активно досліджують взаємозв'язок між соціальними аспектами та вихованням фізичної культури студентів у закладах вищої освіти. Основний акцент зосереджено на ролі соціальних мереж, студентської спільноти та культурних особливостей в процесі сприйняття та участі студентів у фізичній активності.

Одним з ключових досліджень у цій області є аналіз впливу соціальних медіа на мотивацію студентів до фізичної активності. К. Опстел (K. Opstoel) з колегами з'ясували, що присутність позитивних спортивних ідолів у соціальних мережах може значущо підвищити інтерес студентів до занять фізичною культурою. Однак з іншого боку, надмірна ідеалізація спортивного тіла може призвести до появи комплексів у студентів та зниження їхньої самооцінки [301, с. 810].

Ще одним аспектом є дослідження впливу студентської спільноти на активність студентів. Згідно результатів роботи С. Шремппфа (S. Schrempft) з колегами студенти, які живуть в гуртожитках або є членами студентських організацій, часто більш мотивовані до участі у спортивних заходах. Це зумовлено потребою в соціалізації, бажанням знаходити друзів зі схожими інтересами та бажанням бути частиною групи [335, с. 7]. Окрім того, культурні особливості також впливають на ставлення студентів до фізичної культури. Наприклад, для студентів з країн, де велика увага приділяється здоровому способу життя, фізична активність є невід'ємною частиною їхнього повсякденного життя.

Отже, ряд досліджень підтверджує важливість соціальних аспектів у вихованні фізичної культури студентів. Водночас необхідно враховувати можливі негативні наслідки, такі як вплив соціальних медіа на самооцінку молоді, що вимагає більш детального аналізу та розробки комплексних підходів до виховання фізичної культури в університетах.

### 3.2. Інноваційні методи та технології виховання фізичної культури студентів

Методи і технології навчання – це взаємопов'язана система педагогічних прийомів, засобів і дій, що реалізуються в процесі навчання з метою оптимізації та ефективного досягнення навчальних цілей. Цей термін включає в себе інструментарій, що використовується для передачі знань, навичок та компетентностей від викладача до студента, в той час як технології навчання використовуються для структурування цього процесу та оптимізації його ефективності. Сучасні методи навчання можна класифікувати за рядом параметрів, наприклад, за ступенем активності учнів у процесі навчання, за ступенем індивідуалізації навчального процесу, за ступенем використання інформаційно-комунікаційних технологій тощо [377]. Основні методи навчання включають, але не обмежуються, лекціями, дискусіями, практичними заняттями, самостійною роботою, груповою роботою, кейс-методом, проектним методом, дистанційним навчанням, електронним навчанням, змішаним навчанням та іншими.

Л. В. Лебедик, узагальнюючі підходи до розуміння технологій навчання визначає їх як сукупність методів, прийомів, інструментів і засобів, що забезпечують ефективне планування, організацію, контроль та корекцію навчально-виховного процесу. Вони також включають в себе різноманітні педагогічні стратегії, які використовуються для стимулювання мотивації до навчання, підтримки учнівської цікавості та задоволення від процесу навчання [21]. Н. Христич та Н. Борсіова відзначають, що сучасні технології навчання включають не тільки традиційні, але й інноваційні педагогічні технології, які базуються на використанні сучасних інформаційних та комунікаційних технологій, таких як інтерактивні доски, цифрові підручники, онлайн-курси, електронні портфоліо, сервіси дистанційного навчання тощо [222]. При цьому методи і технології навчання відіграють ключову роль в педагогіці, оскільки вони стимулюють учнів до активної

участі в навчальному процесі, сприяють розвитку критичного мислення та самостійності, підтримують диференціацію та індивідуалізацію навчання, дозволяють використовувати навчальний час якомога більш ефективно, а також створюють умови для підвищення якості освіти в цілому.

Сучасні американські університети застосовують різноманітні методи і технології навчання в рамках курсів фізичної культури з метою розвитку та підтримки фізичної активності та здорового способу життя студентів. До найбільш поширених підходів належать експерієнціальне навчання, метод взаємного навчання, використання інформаційних та комунікаційних технологій, а також гібридні або змішані методи навчання [306].

Експерієнціальне навчання, або досвідне навчання, передбачає безпосереднє занурення студентів в освітній процес через участь в різноманітних вправах, спортивних іграх та інших активностях [56]. Цей метод сприяє кращому засвоєнню знань і навичок, оскільки дозволяє студентам перетворити теоретичні знання на практичний досвід. Наприклад, у рамках курсів йоги або танцю студенти не просто вивчають теорію, але й беруть участь у практичних заняттях, де вони вчаться виконувати відповідні позиції або рухи.

Метод взаємного навчання передбачає активну взаємодію між студентами у процесі навчання [192]. Цей метод допомагає підвищити мотивацію студентів, сприяє розвитку комунікативних та командних навичок, а також дозволяє використовувати різноманітні стратегії для вирішення конкретних завдань. Наприклад, на заняттях з баскетболу або волейболу студенти можуть бути розділені на команди, де вони будуть вчитися взаємодіяти та координувати свої дії з метою досягнення спільної цілі.

Використання інформаційних та комунікаційних технологій в навчанні фізичної культури стає все більш поширеним у сучасних університетах. Ці технології використовуються для створення більш гнучких, інтерактивних та персоналізованих навчальних досвідів [100]. Наприклад, можуть бути

використані спеціалізовані додатки для відстеження фізичної активності, онлайн-платформи для самостійного вивчення теорії або відеоуроки з певних видів спорту.

Гібридні або змішані методи навчання поєднують традиційні та інноваційні підходи з метою оптимізації навчального процесу [192]. Ці методи можуть включати в себе комбінацію теоретичних лекцій, практичних занять, групової роботи, самостійного навчання, дистанційного навчання та інші форми навчання. Наприклад, у рамках курсу з фітнесу студенти можуть вивчати анатомію та фізіологію людини за допомогою онлайн-ресурсів, а потім застосовувати отримані знання на практиці під час занять в спортивному залі.

*Експерієнціальне навчання* в області фізичної культури в університетах США є ключовим підходом до розвитку більш виважених, свідомих і активних особистостей. Цей підхід, який об'єднує теоретичні знання з практичним досвідом, дозволяє студентам краще зрозуміти своє тіло, фізіологію, психологію та соціальні аспекти фізичної активності [56].

На практиці, експерієнціальне навчання в області фізичної культури може мати різні форми. Наприклад, можуть використовуватися симуляції або рольові ігри для навчання студентів певним навичкам, таким як проведення тренувань або навчання техніки безпеки. Такі заняття дозволяють студентам безпосередньо відчувати та пережити різні ситуації, з якими вони можуть стикнутися в реальному житті.

Одним з прикладів може бути заняття з плавання, на якому студенти не тільки вивчають теоретичні аспекти (анатомію, фізіологію, правила техніки безпеки), але й отримують безпосередній досвід плавання, виконуючи різні вправи і техніки під наглядом викладача [156]. Особливе значення це набуває при тренуванні студентів з інвалідністю, які мають віднаходити особливі шляхи для забезпечення руху.

Другим прикладом є заняття з йоги або пілатесу, де студенти вивчають не тільки конкретні вправи та техніки, але й займаються самоаналізом та

рефлексією на свої відчуття під час виконання вправ, налагоджуючи зв'язок між своїм розумом та тілом [73].

Крім того, експерієнціальне навчання може включати участь студентів в спортивних командах, волонтерство в спортивних організаціях, стажування з тренерами або фітнес-експертами, участь в проектах по охороні здоров'я та багато іншого. Експерієнціальне навчання в області фізичної культури допомагає студентам зрозуміти важливість активного способу життя, дозволяє їм краще зрозуміти своє тіло та свій розум, сприяє розвитку навичок самоконтролю та саморегуляції, підвищує їх мотивацію до занять фізичною культурою та спортом.

Експерієнціальне навчання отримало велику підтримку в наукових колах, оскільки декілька досліджень показали його ефективність в процесі виховання фізичної культури студентів. Через активне залучення студентів до навчального процесу, експерієнціальне навчання сприяє більш глибокому розумінню і застосуванню знань.

Одним з досліджень, що підтверджують ефективність експерієнціального навчання в області фізичної культури, є дослідження, проведене на факультеті здоров'я та фізичного виховання Університету Temple (США). Це дослідження проведене М. Спербер (M. Sperber) показало, що студенти, які включалися в експерієнціальне навчання через участь в спортивних іграх, показали більш високий рівень розуміння стратегій, тактики та ігрових правил, а також високий рівень мотивації до занять фізичною активністю, порівняно зі студентами, які навчалися традиційним способом [352].

Інше дослідження, проведене у Каліфорнійському державному університеті (Д. Ковел (D. Covell), S. Walker (С. Уолкер)), показало, що студенти, які пройшли курс експерієнціального навчання та лідерства в області фізичної культури, показали значне покращення у розумінні своєї ролі в області фізичної культури і здоров'я, вмінні встановлювати відносини з іншими людьми, плануванні та проведенні фізкультурних занять [132].



Важливо відзначити, що експерієнціальне навчання в області фізичної культури не тільки допомагає студентам краще розуміти та застосовувати знання, але й сприяє розвитку їх соціальних навичок, навичок критичного мислення, рефлексії, саморегуляції, а також покращує їх фізичне здоров'я та благополуччя. Отже, наукові дослідження підтверджують ефективність експерієнціального навчання в області фізичної культури і рекомендують його застосування в університетській освіті.

Метод взаємного навчання є одним із підходів до педагогіки, що заснований на принципах активного навчання. Він заснований на ідеї, що студенти можуть ефективно навчатися, працюючи у групах або парах, де вони вчаться від своїх однолітків і навчають їх [78, с. 12]. Взаємне навчання може приймати багато форм, але в ядрі його лежить поняття, що учні мають активну роль у навчальному процесі. Це означає, що вони не просто пасивні споживачі інформації, а активні учасники, що використовують власний досвід, знання та розуміння для спільного навчання. Метод взаємного навчання може проявлятися у різних формах. Одним з прикладів є тактика «один учить, інший слухає», де студенти поділяються на пари і один студент пояснює певний концепт або проблему іншому, а потім вони міняються ролями.

Іншим прикладом є техніка «мозкового штурму», де студенти працюють у групах, щоб вирішити складну проблему або відповісти на важке питання. Вони обмінюються ідеями, думками та поглядами, обговорюючи різні підходи до розв'язання проблеми. Наукові дослідження (М. Лінсенмейер (M. Linsenmeyer)) показали, що метод взаємного навчання є ефективним підходом до навчання. Він сприяє глибокому розумінню, покращує критичне мислення, сприяє розвитку комунікативних та міжособистісних навичок і підвищує мотивацію до навчання [251].

Взаємне навчання також може бути особливо корисним в ситуаціях, коли ресурси вчителів обмежені, оскільки воно дозволяє студентам навчатися від своїх однолітків і ділитися своїми знаннями і розумінням. Воно

також може сприяти позитивним ставленням до навчання, оскільки студенти часто виявляють більше зацікавленості та мотивації, коли вони відчують себе активними учасниками навчального процесу.

Метод взаємного навчання, як і будь-який педагогічний підхід, має свої переваги та недоліки. Розглянемо їх детальніше.

Переваги методу взаємного навчання:

1. Глибоке розуміння матеріалу. Коли студенти намагаються пояснити матеріал своїм одноліткам, вони змушені детально розібратися в темі та переформулювати знання власними словами. Це веде до кращого засвоєння і розуміння інформації.

2. Розвиток міжособистісних навичок. Студенти навчаються спілкуватися, вислуховувати інших, аргументувати свою точку зору та приймати критику.

3. Підтримка мотивації. Участь у дискусіях і обмін досвідом часто підвищує зацікавленість студентів в навчанні.

4. Вивчення через досвід. Студенти не просто слухають інформацію, а активно взаємодіють з нею, забезпечуючи ефективніше засвоєння.

Недоліки методу взаємного навчання:

1. Невідповідність рівнів знань. Якщо в групі є студенти з різним рівнем підготовки, може статися, що ті, хто знає менше, не зможуть отримати необхідні знання від своїх однолітків.

2. Можливість поширення невірної інформації. Якщо студент, який намагається навчити іншого, має неправильне розуміння теми, ця помилка може бути передана іншому.

3. Залежність від групової динаміки. Учні можуть стикатися з проблемами в комунікації або конфліктами в групі, що може завадити процесу навчання.

4. Потреба в посиленій організації. Викладачу потрібно ретельно планувати та структурувати сесії взаємного навчання, щоб вони були ефективними.

Наприклад, на великих університетських лекціях, де метод взаємного навчання був впроваджений, студенти виявили покращене розуміння теми, коли вони працювали у групах, порівняно зі студентами, які слідували лише за лекцією. Проте в інших випадках, коли групова динаміка була нестабільною, студенти відчували розчарування та розгубленість через відсутність ясності або неправильно передану інформацію [251, с. 53].

Отже, метод взаємного навчання має свої переваги та недоліки. Ефективність цього методу в значній мірі залежить від контексту його застосування та здатності викладача адаптувати його до конкретних умов навчального процесу.

Метод взаємного навчання (peer teaching або peer instruction) стає все популярнішим у різних освітніх контекстах, включаючи виховання фізичної культури. Взаємне навчання полягає в тому, що студенти навчають один одного, використовуючи свої знання та досвід. Такий підхід може бути ефективним із ряду причин.

По-перше, студенти часто сприймають інформацію краще, коли її передає одноліток. Це може бути пов'язано із схожістю структури знань, мови та контексту спілкування. Коли студенти пояснюють матеріал одне одному, вони змушені рефлексувати над своїм розумінням та використовувати критичне мислення.

По-друге, взаємне навчання може сприяти розвитку навичок спілкування, командної роботи та лідерства. У процесі взаємного навчання студенти не лише передають знання, але й вчаться слухати, задавати питання, давати зворотний зв'язок та бути відкритими до інших поглядів.

У контексті фізичної культури в університетах США метод взаємного навчання може бути застосований на практичних заняттях. Наприклад, при вивченні нового виду спорту або комплексу вправ, студенти можуть бути розділені на пари або невеликі групи. Один студент демонструє вправу, інший спостерігає та надає зворотний зв'язок. Після цього вони можуть помінятися ролями. Ще один приклад – це коли старшокурсники, які вже

пройшли певний курс з фізичної культури, допомагають молодшим студентам освоїти матеріал, проводячи для них додаткові тренування або заняття. Враховуючи все вищезазначене, можна стверджувати, що метод взаємного навчання є перспективним у вихованні фізичної культури студентів університетів США, так як він сприяє не лише кращому засвоєнню теоретичного та практичного матеріалу, але й розвитку ключових соціальних навичок.

Метод взаємного навчання, як і багато інших педагогічних методів, був предметом численних досліджень з метою вивчення його ефективності у різних освітніх контекстах. Щодо виховання фізичної культури в університетах США, ряд досліджень підтверджує позитивний вплив цього методу на навчальний процес. Одне з досліджень, проведене в університетах США, аналізувало вплив взаємного навчання на розвиток технічних навичок студентів у певних видах спорту (Т. Чу (T. Chu), Т. Жанг (T. Zhang)). Результати показали, що студенти, які займалися за методом взаємного навчання, швидше освоювали техніку виконання вправ, порівняно зі студентами, які навчалися за традиційним методом. Автори дослідження висунули гіпотезу, що такий успіх пов'язаний з тим, що студенти мають можливість отримувати безпосередній зворотний зв'язок від своїх однолітків, що, в свою чергу, сприяє кращому розумінню та коригуванню своїх дій [125].

Інше дослідження (А. Brecht, D. Burnett) зосереджувалося на вивченні впливу взаємного навчання на мотивацію студентів займатися фізичною культурою. Виявилось, що студенти, які практикували взаємне навчання, відчували більше внутрішньої мотивації до занять та були більш задоволені навчальним процесом. Основною причиною такої динаміки, за словами дослідників, є взаємна підтримка та соціальна взаємодія між студентами [103].

Ці та інші дослідження підтверджують, що метод взаємного навчання може бути вкрай ефективним у контексті виховання фізичної культури в університетах. Він не лише сприяє кращому освоєнню практичних навичок,

але й стимулює мотивацію та зацікавленість студентів. Таким чином, цей метод може розглядатися як важливий інструмент у сучасній педагогіці фізичного виховання.

Самостійне навчання, особливо з використанням онлайн-платформ, визнано одним із ключових компонентів сучасного освітнього процесу. З ростом інформаційних технологій і глобалізації, здатність до самостійного навчання стає не лише актуальною, а й критично необхідною для адаптації особистості в постійно змінюваному інформаційному середовищі. Онлайн-платформи надають ряд переваг для самостійного навчання [400]. По-перше, вони забезпечують доступ до величезної кількості ресурсів, зокрема, відео, текстових матеріалів, інтерактивних курсів та іншого. Такий безперервний доступ до знань може значно підвищити якість та ефективність процесу навчання. По-друге, онлайн-платформи забезпечують гнучкість у виборі темпу та часу навчання. Здобувач може адаптувати процес навчання під свої потреби, життєвий ритм та інші особистісні особливості. Така гнучкість сприяє більшому зацікавленню і мотивації до навчання. По-третє, використання онлайн-платформ для самостійного навчання розвиває навички критичного мислення, пошуку і аналізу інформації. У світі, де інформація є перевантаженою та часто суперечливою, здатність критично аналізувати, вибирати та застосовувати інформацію є життєво важливою.

Спираючись на вищезазначене, можна зробити висновок про величезну важливість самостійного навчання з використанням онлайн-платформ у сучасному світі. Цей підхід до навчання сприяє підготовці громадян, здатних ефективно функціонувати в глобалізованому, інформаційно насиченому середовищі, розвиваючи при цьому навички життєвого навчання, адаптації та постійної самоосвіти.

Самостійне навчання з використанням онлайн-платформ стає все більш поширеним і в області фізичної культури студентів університетів США. Цей підхід відкриває нові горизонти для оптимізації навчального процесу, розвитку мотивації до занять спортом та розширення доступу до

різноманітних ресурсів. Онлайн-платформи надають можливість студентам вивчати різні відеоматеріали, такі як демонстрації вправ, методики тренувань, лекції з анатомії та біомеханіки. Ці ресурси дозволяють студентам глибше розуміти принципи правильного виконання вправ, попередження травм та оптимізації тренувального процесу. Також, використання онлайн-платформ сприяє індивідуалізації навчального процесу. Студенти можуть вибирати ті матеріали та програми, які відповідають їхнім особистим потребам, цілям та фізичним здібностям. Це особливо важливо в умовах великих навчальних закладів, де індивідуальний підхід може бути обмеженим через велику кількість студентів. Окрім того, онлайн-платформи сприяють розвитку самодисципліни та відповідальності за власний процес навчання. Виконання вправ, вивчення теоретичних матеріалів, планування і відстеження своїх досягнень – все це вимагає від студента зосередженості, самоконтролю та систематичності.

З урахуванням вищезазначеного можна стверджувати, що онлайн-платформи відіграють ключову роль у сучасному вихованні фізичної культури студентів університетів США. Вони забезпечують гнучкість, індивідуальний підхід до навчання, доступ до якісних ресурсів та стимулюють розвиток відповідального ставлення до власного здоров'я та фізичної форми.

В сучасній американській освітній практиці щодо виховання фізичної культури студентів університетів відзначається активне використання онлайн-платформ для самостійного навчання. Ці платформи відкривають перед студентами нові можливості, які стають важливими в контексті глобальних змін освітнього середовища.

1. Платформи віртуальних тренувань. Сервіси, такі як Peloton або MyFitnessPal, надають студентам можливість створювати індивідуальні тренувальні програми, відстежувати свою активність, отримувати зворотний зв'язок в режимі реального часу та взаємодіяти з іншими користувачами. Ці платформи допомагають студентам розуміти основи правильного

тренування, основи правильного харчування та інші аспекти здорового способу життя [230].

2. Онлайн-курси анатомії та фізіології. Масові відкриті онлайн-курси (MOOCs) з платформ, як Coursera чи Udegy, нерідко пропонують курси з анатомії та фізіології людини. Вивчення цих предметів дозволяє студентам глибше розуміти своє тіло, принципи його роботи та основи правильного функціонування органів і систем при різних фізичних навантаженнях [321].

3. Платформи для медитацій та релаксації. Приклади таких платформ – Headspace та Calm. Вони вивчають методики релаксації, дихальні вправи та основи медитації. Ці навички стають все більш цінними в умовах зростаючого стресу і навантажень у студентському житті [69].

4. Віртуальні лабораторії та симулятори. Для студентів, які вивчають біологію руху, симулятори дозволяють вивчати динаміку рухів, біомеханіку та інші аспекти без необхідності доступу до дорогого обладнання [215].

В узагальненому вигляді ці приклади ілюструють те, яким чином сучасні технологічні можливості впливають на виховання фізичної культури студентів університетів США. Вони дозволяють індивідуалізувати навчання, роблячи його більш ефективним, цілеспрямованим та мотивуючим для студентів.

На протязі останніх десятиліть вчені та педагоги активно займалися дослідженням впливу онлайн-платформ на процес навчання студентів у різних дисциплінах, включаючи виховання фізичної культури. В контексті глобалізації, технологічних інновацій та зміни педагогічних парадигм дослідження цього аспекту стає особливо актуальним. Багато досліджень, проведених у закладах вищої освіти США, показали, що використання онлайн-платформ може мати позитивний вплив на мотивацію студентів, їхнє залучення до навчального процесу та рівень їхньої фізичної активності. Зокрема, інтеграція мультимедійних матеріалів, відеоуроків, симуляторів та інших інтерактивних елементів може сприяти кращому засвоєнню матеріалу, розвитку навичок самостійної роботи та критичного мислення [230; 321].

Однак, важливо зазначити, що не всі дослідження вказують на беззаперечну ефективність онлайн-платформ. Деякі студії показали, що для певної категорії студентів, особливо для тих, хто має низький рівень самомотивації або обмежений доступ до технологій, традиційні методи навчання можуть бути більш ефективними. Тому важливо розуміти, що онлайн-платформи повинні бути лише одним з інструментів в арсеналі сучасного педагога, а не заміною традиційних методів.

Також слід враховувати, що ефективність онлайн-платформ залежить від якості їхнього контенту, структури курсу, наявності зворотного зв'язку та підтримки з боку викладача. Тобто просте перенесення традиційного курсу в онлайн-формат без врахування особливостей дистанційного навчання може не призвести до очікуваних результатів [321].

Підсумовуючи, можна сказати, що дослідження ефективності самостійного навчання з використанням онлайн-платформ у вихованні фізичної культури студентів університетів США є багатогранним і неоднозначним. Втім, при правильному підході та інтеграції з іншими методами навчання, ці платформи можуть стати важливим інструментом у підготовці здорового, активного та освіченого покоління студентів.

В університетах США активно застосовуються різноманітні новітні технології для сприяння розвитку фізичної культури та здорового способу життя серед студентської спільноти. Основним метою впровадження цих технологій є покращення якості навчання, максимізація здоров'я студентів та стимулювання активної участі у фізичних активностях.

Однією зі спільних практик в університетах є використання мобільних додатків та онлайн-платформ, які допомагають студентам відстежувати свою фізичну активність та здоров'я. Такі додатки надають можливість створення індивідуальних програм тренувань, фіксують результати та прогрес у фізичних досягненнях. Багато з цих додатків інтегруються з сучасними фітнес-трекерами та іншими пристроями, що дозволяє більш точно відстежувати показники фізичної активності, серцевого ритму, спалювання



калорій та інших фізіологічних параметрів. Університети також впроваджують використання віртуальної реальності (VR) для покращення досвіду занять фізичною культурою. VR-технології дозволяють створити іммерсивне середовище для занять спортом та фітнесом, що дозволяє студентам займатися різноманітними видами спорту у віртуальних тренажерах. Це надає можливість студентам займатися спортом в безпечних умовах та ефективно вдосконалювати свої навички у різних дисциплінах [345]. Додатково, університети розробляють та впроваджують інтерактивні фітнес-ігри, які поєднують в собі елементи розваги та спортивних вправ. Ці ігри можуть бути розроблені для різних платформ, таких як смартфони, комп'ютери або ігрові консолі, що дозволяє студентам активно займатися спортом і отримувати задоволення від гри.

При впровадженні цих новітніх технологій в університетську фізичну культуру, здійснюються дослідження та оцінка їх впливу на здоров'я та академічні досягнення студентів. Аналізуються дані щодо ступеня залученості студентів до фізичної активності, їхніх досягнень у спорті та зміни у рівні фізичної підготовки.

Загалом, впровадження новітніх технологій у фізичну культуру університетів США сприяє покращенню здоров'я та самопочуття студентів, забезпечує більш ефективне навчання та підтримує розвиток здорового способу життя в молодіжному середовищі. Постійне оновлення технологій та науковий підхід до їх впровадження дозволяють забезпечити студентам максимальні можливості для фізичного розвитку та досягнення високої академічної успішності.

VR-технології представляють значний потенціал у вихованні фізичної культури в університетах США. Ці технології забезпечують іммерсивний досвід та віртуальне середовище для занять спортом і фітнесом, що відкриває нові можливості для студентів у впровадженні інноваційних і ефективних методів тренувань.

Однією з основних переваг VR-технологій у вихованні фізичної культури є можливість створення віртуальних тренажерів, що дозволяють студентам займатися різними видами спорту в контрольованих умовах. Наприклад, спортсмени можуть віртуально потрапити на спортивний стадіон, де вони можуть займатися футболом, баскетболом або іншими командними видами спорту, виконуючи різноманітні вправи і тактичні ситуації. Такий підхід дозволяє створити безпечне середовище для тренувань, уникнути травм та навчити студентів взаємодіяти з командою, вирішувати тактичні завдання та розвивати навички співпраці.

Крім того, VR-технології дають змогу створювати віртуальні фітнес-платформи, де студенти можуть займатися різноманітними фітнес-вправами та виконувати тренувальні програми згідно зі своїми особистими потребами та цілями. Відповідні додатки та інтерфейси дозволяють студентам вибирати певні програми тренувань, моніторити свій прогрес, отримувати відповідні підказки та підтримку в процесі тренувань. Це робить фізичну активність більш цікавою та мотивуючою, що підтримує регулярність тренувань та досягнення поставлених цілей.

Ще однією перевагою VR-технологій є їх використання для вивчення анатомії та біомеханіки під час фізичних вправ. Студенти можуть віртуально досліджувати структуру людського тіла, спостерігати за рухами м'язів та суглобів, аналізувати правильність виконання вправ. Такий підхід дозволяє зрозуміти принципи коректної техніки та уникнути травматичних ситуацій під час фізичних занять.

У віртуальному середовищі студенти також можуть досліджувати різні спортивні об'єкти, наприклад, гірські схили, водні шляхи або літаки, що дозволяє їм розширити свій спортивний досвід та спробувати себе у різних умовах.

Загалом, VR-технології стають все більш інтегральною частиною фізичної культури університетів США, сприяючи зростанню інтересу студентів до фізичної активності, розвитку їх спортивних навичок та

покращенню здоров'я. Впровадження цих технологій в освітній процес сприяє покращенню результатів навчання, залученості студентів до фізичних занять та формуванню позитивного ставлення до здорового способу життя.

У вихованні фізичної культури в університетах США VR-технології застосовуються в різноманітних сценаріях для сприяння покращенню тренувань, забезпечення інтерактивного досвіду та залучення студентів до активних фізичних занять.

Один із прикладів використання VR-технологій – це створення віртуальних тренажерів для тренувань спортсменів у командних видах спорту, таких як футбол, баскетбол, волейбол тощо (Southern Illinois University). Університети впроваджують спеціальні VR-платформи, де спортсмени можуть віртуально потрапити на спортивний стадіон або іншу арену, де вони можуть взаємодіяти з іншими віртуальними гравцями, виконувати різноманітні вправи та тактичні ситуації. Цей підхід дозволяє спортсменам тренуватися в реалістичних умовах, вдосконалювати координацію рухів, приймати швидкі рішення та розвивати командну співпрацю [350].

Інший приклад використання VR-технологій – це створення віртуальних фітнес-платформ (University of Tennessee at Chattanooga). Студенти можуть займатися фітнесом відразу у віртуальному середовищі, обравши певні програми тренувань за своїми потребами. Такі додатки можуть моніторити прогрес студентів, надавати індивідуальні підказки та підтримку під час тренувань. Віртуальний фітнес дозволяє студентам займатися спортом у зручній для них час та місці, забезпечуючи гнучкість та мотивацію для регулярних фізичних занять [259]. Додатково, VR-технології використовуються для вивчення анатомії та біомеханіки під час фізичних вправ. Студенти можуть віртуально досліджувати структуру людського тіла, спостерігати за рухами м'язів та суглобів, аналізувати правильність виконання вправ. Цей підхід дозволяє зрозуміти принципи коректної техніки та уникнути травматичних ситуацій під час фізичних занять. Окрім того,

університети розробляють інтерактивні VR-ігри з фізичною активністю, які сприяють залученню студентів до фізичних занять. Ці ігри можуть бути розроблені для різних платформ, таких як смартфони, комп'ютери або ігрові консолі, що дозволяє студентам активно займатися спортом і отримувати задоволення від гри.

Загалом, використання VR-технологій у вихованні фізичної культури в університетах США надає студентам нові можливості для розширення свого спортивного досвіду, покращення техніки, розвитку командної співпраці та підвищення мотивації для регулярних фізичних занять. Інноваційні підходи до виховання фізичної культури з використанням VR-технологій сприяють покращенню якості фізичної активності та формуванню позитивних звичок здорового способу життя серед студентської спільноти.

Дослідження ефективності використання VR-технологій у вихованні фізичної культури в університетах США виявили деякі перспективні результати, підтверджуючи потенціал цих технологій для покращення якості фізичних занять та залучення студентів до активної фізичної активності.

Одним із основних результатів дослідження полягає у підвищенні мотивації студентів до фізичних занять за допомогою VR-технологій. Віртуальне середовище дозволяє створити захопливу та цікаву атмосферу для занять, що стимулює більш активну участь студентів у фізичних вправах. Використання ігрових елементів, інтерактивних завдань та віртуальних тренажерів надає можливість створити емоційний зв'язок між студентами та фізичною активністю, що сприяє позитивному ставленню до спорту та бажанню досягати результатів [278, с. 720].

Крім того, дослідження підтверджують ефективність VR-технологій у покращенні технічних навичок та рухової координації студентів. Віртуальні тренажери дозволяють студентам повторювати вправи та спостерігати за своїми рухами, а також отримувати негайний зворотний зв'язок щодо правильності виконання рухів. Це допомагає усунути помилки та

вдосконалити техніку, що може призвести до поліпшення результатів у спортивних змаганнях та заняттях [259, с. 226].

Застосування VR-технологій також сприяє покращенню ментальних аспектів фізичної культури у студентів. Дослідження показують, що віртуальне середовище може допомогти знизити рівень стресу та тривоги під час фізичних занять, забезпечуючи більш розслаблене та позитивне сприйняття тренувань. Використання VR-технологій також може підвищити рівень концентрації та зосередженості студентів, що дозволяє досягати кращих результатів у тренуваннях та заняттях фізичною культурою [88, с. 340].

Однак, деякі дослідники (Н. Нінін (W. Ningning), К. Венгуанг (C. Wenguang)) відзначають необхідність подальших досліджень для більш глибокого розуміння впливу VR-технологій на довгострокові результати фізичної культури у студентів. Для досягнення більш повної оцінки ефективності цих технологій потрібно враховувати різноманітні параметри, такі як фізична підготовленість, мотивація до занять, участь у спортивних заходах та зміни у здоров'ї студентів [294].

У підсумку, дослідження ефективності використання VR-технологій у вихованні фізичної культури в університетах США свідчать про перспективи цих технологій для покращення мотивації студентів, розвитку технічних навичок та підвищення рівня зосередженості під час фізичних занять. Подальші дослідження допоможуть зрозуміти більш повно інноваційний вплив VR-технологій на фізичну культуру та підтвердити їх значущість для студентської спільноти.

### **3.3. Роль спортивно-масової та фізкультурно-оздоровчої роботи у вихованні фізичної культури студентів**

Українські вчені (А. Астапова, О. Гончаренко, І. Глазирін, Л. Фролова) відзначають, що спортивно-масова та фізкультурно-оздоровча робота є

важливими аспектами у вихованні фізичної культури студентів в університетах [6; 59]. Ці дві сфери діяльності спрямовані на підтримку та розвиток фізичних активностей серед студентської спільноти з метою сприяння здоров'ю, підвищенню якості життя та досягненню позитивних соціальних результатів. Спортивно-масова робота орієнтована на організацію та проведення спортивних змагань, турнірів та ігор, які сприяють активному залученню студентів до здорового способу життя та розвитку спортивних навичок. Організація спортивних заходів створює можливості для студентів проявити свої здібності в різних видів спорту, сприяє формуванню командної співпраці та розвитку лідерських якостей. Спортивні змагання також сприяють підтримці дружніх міжстудентських зв'язків та сприяють позитивному психологічному клімату в університетському середовищі.

Фізкультурно-оздоровча робота, з свого боку, спрямована на організацію фізичних занять та тренувань з метою покращення фізичного здоров'я та загальної робочої здатності студентів. Вона включає різноманітні форми фізичних вправ та тренувань, які сприяють розвитку м'язово-скелетної системи, кардіоваскулярної витривалості та загальної фізичної витривалості. Основні завдання фізкультурно-оздоровчої роботи полягають у виявленні індивідуальних можливостей студентів, розробці індивідуальних програм тренувань та підтримці регулярної фізичної активності.

Спортивно-масова та фізкультурно-оздоровча робота в університетах сприяють залученню студентів до активної фізичної діяльності та відповідають потребам різних груп студентів. Вона забезпечує платформу для розвитку спортивних талантів, формування здорового способу життя та досягнення позитивних результатів у соціально-психологічному та академічному вимірах. Керівництво університетів активно підтримує та сприяє організації спортивно-масової та фізкультурно-оздоровчої роботи, визнаючи її значущість для формування здорової, активної та гармонійно розвиненої особистості студентів.

Спортивно-масова робота відіграє ключову роль у вихованні фізичної культури студентів і має значний вплив на їх фізичний, соціальний та психологічний розвиток. Ця сфера діяльності спрямована на організацію та проведення спортивних заходів, змагань, турнірів та ігор для студентської спільноти університетів.

Один із ключових аспектів значення спортивно-масової роботи полягає у стимулюванні фізичної активності серед студентів. Це надає можливість виявити та розвинути спортивні здібності учасників, забезпечує фізичні навантаження, які сприяють здоровому розвитку м'язово-скелетної системи, зміцненню серцево-судинної системи та покращенню загальної фізичної витривалості [6]. Таким чином, спортивно-масова робота допомагає підтримувати оптимальний рівень фізичної активності серед студентів, що сприяє здоровому способу життя та попередженню хвороб, пов'язаних із сидячим способом життя.

Крім того, спортивні змагання та турніри в рамках спортивно-масової роботи створюють позитивну атмосферу співпраці та конкуренції серед студентів. Участь у спортивних заходах допомагає формувати командний дух, сприяє розвитку лідерських якостей та вмінню працювати в групі. Змагання також сприяють підтримці міжособистісних зв'язків та сприяють побудові дружніх стосунків серед студентської спільноти.

Важливим аспектом спортивно-масової роботи є підвищення мотивації студентів до фізичних занять та спортивних заходів. Організація різноманітних заходів, які стимулюють інтерес студентів, дозволяє залучити більше учасників до спортивної діяльності. Позитивний досвід та задоволення від участі у спортивних змаганнях можуть стати поштовхом для студентів до постійного зайняття фізичними вправами та розвитку спортивних навичок.

Спортивно-масова робота у вихованні фізичної культури студентів є не тільки засобом покращення фізичного здоров'я, але й сприяє соціальному розвитку студентської спільноти. Вона підтримує формування позитивного

сприйняття фізичної активності, сприяє співпраці та комунікації між студентами, а також підвищує загальний рівень задоволеності життям. Таким чином, спортивно-масова робота відіграє важливу роль у стимулюванні активної фізичної діяльності, формуванні соціальних вмінь та підтримці здорового способу життя серед студентів університетів.

Спортивно-масова робота у вихованні фізичної культури студентів включає різноманітні види та форми організації спортивних заходів та змагань, спрямованих на залучення студентів до фізичної активності, розвитку спортивних навичок та формуванню позитивних соціальних якостей.

Один із видів спортивно-масової роботи – це спортивні змагання. Вони можуть бути різних форматів: індивідуальні та командні, легкоатлетичні, спортивні ігри, волейбол, футбол, баскетбол тощо. Спортивні змагання стимулюють конкуренцію та сприяють формуванню лідерських якостей, командної співпраці та прагнення до досягнення успіху у спортивних досягненнях.

Інший вид спортивно-масової роботи – це спортивні турніри та ігри. Вони можуть включати декілька дисциплін, де студенти мають можливість виявити свої здібності в різних видах спорту. Такі турніри сприяють популяризації різних спортивних дисциплін серед студентів та допомагають розвивати різнобічні спортивні здібності. Крім спортивних змагань та турнірів, спортивно-масова робота може включати організацію фізичних занять та тренувань для студентів. Це може бути ранкова зарядка, фітнес-заняття, аеробіка, йога та інші фізкультурно-оздоровчі програми. Фізичні заняття сприяють покращенню фізичного здоров'я, зміцненню м'язово-скелетної системи та підвищенню загальної фізичної витривалості студентів. Крім того, спортивно-масова робота може включати організацію спортивних свят, ярмарків або спортивних фестивалів, де студенти можуть взяти участь у різноманітних іграх, забавах та змаганнях. Такі заходи створюють додаткові



можливості для спілкування, знайомства та побудови дружніх стосунків серед студентів.

Загалом, спортивно-масова робота в університетах відіграє важливу роль у стимулюванні фізичної активності студентів та сприяє розвитку спортивних здібностей. Вона також сприяє формуванню командної співпраці, лідерських якостей, розвитку соціальних вмінь та підтримці здорового способу життя. Організація різноманітних видів спортивно-масової роботи сприяє позитивному розвитку студентської спільноти та забезпечує позитивний вплив на їхнє фізичне та психологічне благополуччя.

Університети США активно здійснюють спортивно-масову роботу для підтримки та розвитку фізичної культури серед студентської спільноти. Один із прикладів спортивно-масової роботи у вихованні фізичної культури – це організація традиційних спортивних змагань та турнірів. Університети проводять різноманітні спортивні заходи, такі як легкоатлетичні змагання, баскетбольні турніри, волейбольні матчі та інші спортивні ігри, які залучають студентів різних спеціальностей та факультетів. Ці заходи не тільки стимулюють конкуренцію та розвиток спортивних здібностей, але й сприяють підтримці дружніх зв'язків серед студентів та побудові спортивної спільноти в університеті.

Іншим прикладом є організація фізкультурно-оздоровчих програм для студентів. Університети пропонують різноманітні фітнес-класи, йогу, аеробіку, танці та інші фізичні заняття, які сприяють покращенню фізичного здоров'я, релаксації та загальному самопочуттю студентів. Ці програми надають можливість студентам займатися фізичною активністю в зручний для них час та формат, що стимулює регулярність фізичних занять та здоровий спосіб життя. Також, університети розробляють спеціальні спортивні ініціативи та кампанії, що спрямовані на підтримку фізичної активності серед студентів. Наприклад, можуть проводитись спортивні фестивалі або тематичні спортивні заходи, які пропонують різноманітні види активності та сприяють залученню максимальної кількості студентів до

фізичних занять. Також, деякі університети організовують спортивні клуби та команди, що дозволяють студентам активно займатися своїм улюбленим видом спорту та виступати на рівні міжуніверситетських змагань. Це стимулює розвиток спортивних здібностей, допомагає знайти нових друзів та створює можливості для виявлення талановитих спортсменів.

Усі ці приклади спортивно-масової роботи в університетах США мають значний вплив на розвиток фізичної культури серед студентів. Вони сприяють активній фізичній діяльності, підтримці здорового способу життя, формуванню командної співпраці та лідерських якостей. Спортивно-масова робота створює сприятливі умови для розвитку спортивних талантів, стимулює соціальний розвиток та сприяє зміцненню спільноти студентів університету.

Університети США мають різноманітні програми та ініціативи з використання спортивно-масової роботи для виховання фізичної культури студентів. Один з прикладів – Університет штату Огайо (The Ohio State University), який відомий своїми широкими спортивними можливостями та активною спортивно-масовою роботою. Університет має великий спортивний комплекс, який включає басейни, фітнес-центри, спортивні зали, тенісні корти, бігові доріжки та інші спортивні зони [324]. Тут студенти можуть зареєструватися на різноманітні фітнес-класи та заняття з йоги, аеробіки та інших фізкультурно-оздоровчих програм.

Інший приклад – Університет штату Каліфорнія в Лос-Анджелесі (University of California, Los Angeles – UCLA), який також має багато спортивних можливостей для студентів. Університет має власні спортивні команди, включаючи баскетбольну команду UCLA Bruins, яка є відомою у всьому світі. Крім того, в Університеті існує багато спортивних клубів та організацій, які пропонують студентам можливості для зайняття різноманітними видами спорту та участі в спортивних змаганнях [387].

Університет Південної Каліфорнії (University of Southern California – USC) – інший приклад використання спортивно-масової роботи для

виховання фізичної культури студентів. USC пропонує різноманітні спортивні програми та заходи, такі як танці, групові фітнес-класи, плавання та інші. Університет також має власний спортивний комплекс з басейнами, спортивними залами та іншими спортивними приміщеннями.

Університет штату Флорида (University of Florida) – ще один приклад, де спортивно-масова робота має велике значення для студентів. Університет має багато спортивних клубів, команд та спортивних програм, які надають студентам можливість для розвитку своїх спортивних здібностей та активного залучення до фізичної активності [358].

Усі ці приклади свідчать про велике значення спортивно-масової роботи у вихованні фізичної культури студентів в університетах США. Використання широкого спектру спортивних заходів, програм та ініціатив допомагає стимулювати фізичну активність, сприяє розвитку спортивних навичок та здібностей, підтримує здоровий спосіб життя та сприяє формуванню активної та здорової спільноти студентів університетів.

Дослідження ефективності спортивно-масової роботи у вихованні фізичної культури студентів є актуальною темою у науковому світі. Вчені і практики досліджують вплив спортивних програм, змагань, турнірів та інших спортивно-масових заходів на фізичний розвиток, здоров'я, психологічний стан і соціальні аспекти студентської спільноти. Деякі дослідження (Б. Пік (B. Paek), А. Морс (A. Morse), С. Хатчінсон (S. Hutchinson), К. Лім (C. Lim)) показують, що участь у спортивно-масових програмах сприяє збільшенню рівня фізичної активності серед студентів. Ініціативи з фітнесу, спортивні змагання та заняття спортом залучають студентів до регулярних фізичних занять, що має позитивний вплив на їхнє фізичне здоров'я та загальну витривалість [304, с. 339]. Також, відомо, що участь у спортивних програмах та змаганнях сприяє формуванню командної співпраці, лідерських якостей та розвитку соціальних навичок у студентів. Залучення до спільної діяльності з іншими учасниками спортивних команд сприяє розвитку комунікативних та

організаційних вмінь, що є важливим аспектом соціальної адаптації та успішного взаємодії в майбутній професійній кар'єрі.

Деякі дослідження (К. Арон (C. Aron), С. Харві (S. Harvey), Б. Хайнлайн (B. Hainline), М. Хітчкок (M. Hitchcock), К. Рідон (C. Reardon)) також засвідчують, що спортивно-масова робота впливає на покращення психологічного стану студентів. Фізична активність та спортивні заняття допомагають знижувати рівень стресу, покращують настрій, забезпечують відчуття задоволення та знижують ризик розвитку депресії [80]. Окрім того, дослідники звертають увагу на позитивний вплив спортивно-масової роботи на студентську спільноту в цілому. Активна участь у спортивних заходах зміцнює спільність, підтримує здорові зв'язки та допомагає формувати позитивний студентський досвід. Змагання та спортивні події створюють сприятливі умови для соціальних інтеракцій, знайомств та взаєморозуміння між студентами з різних факультетів та спеціальностей.

Фізкультурно-оздоровча робота є важливою складовою виховання фізичної культури студентів університетів США. Ця робота спрямована на підтримку та покращення фізичного здоров'я студентів, розвиток їхньої фізичної активності та формування здорового способу життя. Вона орієнтована на різноманітні фізкультурно-оздоровчі програми, активності та ініціативи, які стимулюють спортивну діяльність та забезпечують студентам засоби для підтримки свого фізичного та психологічного благополуччя. Фізкультурно-оздоровча робота в університетах США може включати різноманітні фітнес-програми, які надають студентам можливість займатися фізичною активністю в зручний для них час та формат. Ці програми можуть включати заняття з аеробіки, йоги, танців, пілатесу та інших фізкультурних видів активності, які сприяють покращенню гнучкості, сили, витривалості та загального фізичного самопочуття.

Університети також організовують фізкультурно-оздоровчі заходи та події, такі як спортивні фестивалі, день фітнесу або спортивні змагання (University of Houston). Ці заходи створюють можливість для активного

спілкування та співпраці між студентами, стимулюють участь у фізичних заняттях та популяризують здоровий спосіб життя [159]. Фізкультурно-оздоровча робота також може включати спеціальні програми для збереження фізичного здоров'я та попередження травм серед студентів. Університети можуть організовувати інструктажі з безпеки під час фізичних занять, проводити масові загальнофізичні розминки перед заняттями, надавати консультації з питань здорового способу життя та фізичного тренування. Важливим аспектом фізкультурно-оздоровчої роботи є також підтримка фізичної активності та спортивних заходів під час академічних перерв та вихідних днів. Університети пропонують студентам можливості для активного відпочинку та занять спортом, що стимулює регулярність фізичних занять та допомагає підтримувати фізичну активність на постійній основі.

Окрім того, університети звертають увагу на популяризацію спорту серед студентів. Вони підтримують спортивні клуби та команди, що дозволяють студентам виявити свої спортивні здібності та виступати на рівні міжуніверситетських змагань. Такі заходи сприяють формуванню спортивної спільноти, стимулюють розвиток спортивних талантів та підтримують спортивний дух серед студентської спільноти.

Загалом, фізкультурно-оздоровча робота в університетах США є важливим інструментом для формування фізичної культури студентів. Вона сприяє розвитку фізичної активності, забезпечує здоровий спосіб життя, сприяє соціальному розвитку та сприяє зміцненню спільноти студентів університету. Форми фізкультурно-оздоровчої роботи включають різноманітні програми, заходи та ініціативи, які сприяють підтримці та підвищенню рівня фізичної активності серед студентської спільноти.

Програми для збереження фізичного здоров'я та попередження травм серед студентів мають важливе значення в контексті виховання фізичної культури університетів США [250]. Оскільки студентське життя пов'язане з активним ритмом, заняттями навчання, спортивними та соціальними

заходами, студенти можуть стикатися з певними фізичними труднощами та травмами, пов'язаними зі спортом чи іншими фізичними активностями. Травми, які можуть виникати в результаті спортивних занять або фізичної активності, можуть впливати на студентів як фізично, так і психологічно. Програми для попередження травм спрямовані на надання студентам інформації про правильну техніку виконання фізичних вправ, профілактичні вправи для зміцнення м'язів та суглобів, а також правила безпеки під час занять спортом. Ці програми допомагають знизити ризик отримання травм та покращити загальний стан фізичного здоров'я студентів.

Багато університетів США організують інструктажі та тренінги з безпеки під час фізичних занять. Тренери та інструктори надають студентам рекомендації щодо правильного підходу до фізичних вправ, використання захисного спорядження, а також техніки уникнення травматичних ситуацій. Це допомагає студентам враховувати особливості свого фізичного стану та мінімізувати ризик травм [373]. Програми з попередження травм також можуть включати проведення медичних оглядів та діагностику фізичного стану студентів перед тим, як вони приєднуються до спортивних команд або починають заняття фізичними вправами. Це дозволяє ідентифікувати можливі ризики та проблеми зі здоров'ям та вчасно звернутися до медичних спеціалістів для консультацій та лікування. Окрім того, університети стимулюють студентів до збереження свого фізичного здоров'я шляхом надання доступу до різних ресурсів зі здоров'я та фізичної активності. Це можуть бути спеціальні фітнес-зали, басейни, спортивні зали та інші спортивні приміщення, які студенти можуть використовувати для занять спортом та фізичних вправ.

Загалом, програми для збереження фізичного здоров'я та попередження травм в університетах США грають важливу роль у вихованні фізичної культури студентів. Вони допомагають студентам зберігати своє фізичне та психологічне благополуччя, підтримують здоровий спосіб життя та сприяють формуванню здорової та активної спільноти університету.

Програми цієї спрямованості стимулюють фізичну активність, забезпечують правильну техніку виконання вправ, інформують студентів про важливість профілактики травм та надають їм засоби для підтримки фізичного здоров'я на протязі всього навчання.

В університетах США існує ряд програм та ініціатив, спрямованих на збереження фізичного здоров'я та попередження травм серед студентів в контексті виховання фізичної культури. Одним з таких прикладів є програми з попередження травм під час спортивних занять (UC San Diego Health). Університети організують спеціальні тренінги, семінари та лекції для студентів, під час яких надають інформацію про правильну техніку виконання фізичних вправ, застереження щодо можливих ризиків та поради щодо безпеки під час занять спортом. Такі програми сприяють зниженню ризику травм та покращенню загального фізичного стану студентів.

Іншим прикладом є медичні програми, які надають студентам можливість пройти медичні огляди та діагностику перед приєднанням до спортивних команд або заняттями фізичними вправами (Medical Center University of Maryland). Ці програми дозволяють вчасно ідентифікувати можливі проблеми зі здоров'ям та враховувати їх при підготовці та плануванні фізичних занять. Такий підхід допомагає уникнути непередбачених медичних проблем та знижує ризик травматичних ситуацій [275].

Загалом, програми для збереження фізичного здоров'я та попередження травм серед студентів в університетах США є важливими компонентами виховання фізичної культури. Вони допомагають підтримувати студентів у здоровому фізичному стані, стимулюють до фізичної активності, надають необхідну інформацію та забезпечують засоби для безпечних та ефективних занять спортом та фізичними вправами. Такі програми є важливим елементом створення здорової та активної студентської спільноти.

Дослідження ефективності програм для збереження фізичного здоров'я та попередження травм серед студентів в контексті виховання фізичної культури університетів США є важливим аспектом оцінки та удосконалення підходів до забезпечення фізичного благополуччя студентської спільноти.

Дослідження, проведене Дж. Ті (J. Tee) з колегами на цю тему, було спрямоване на оцінку ефективності спортивних програм та тренінгів з попередження травм у студентів університетів. В рамках цього дослідження було зібрано дані про кількість травм, які студенти отримали під час спортивних занять, а також про типи травм та обставини, за яких вони сталися. Результати дослідження показали, що університетські програми з попередження травм дійсно знижують ризик отримання травм студентами. Відповідні заходи, що передбачали правильну техніку виконання вправ, тренінги з безпеки та надання інформації про правила занять спортом, значно покращили фізичну безпеку студентів [373, с. 695-697].

Дослідження В. Керхера (V. Kercher) з колегами оцінювало ефективність фітнес-програм в університетах для збереження фізичного здоров'я студентів. Результати цього дослідження свідчили про позитивний вплив фітнес-програм на загальний стан здоров'я та фізичну активність студентів. Учасники програм зазначали покращення витривалості, зменшення ризику серцево-судинних захворювань та підвищення рівня енергії [220]. Отже, фітнес-програми допомагали студентам зберігати та покращувати своє фізичне здоров'я.

Також М. Макреа (M. McCrea) з колегами було проведено дослідження ефективності медичних програм для студентів університетів. Ці програми надають студентам можливість пройти медичні огляди та діагностику перед тим, як вони приєднуються до спортивних команд або займаються фізичними вправами. Результати цих досліджень свідчать про позитивний вплив таких медичних програм на здоров'я студентів. Завдяки попереднім медичним оглядам, було виявлено певні проблеми зі здоров'ям у студентів, що дозволило вчасно прийняти необхідні медичні заходи та рекомендації. Такий



підхід сприяє зниженню ризиків погіршення здоров'я та травматичних ситуацій [269].

Усі ці дослідження підкреслюють важливість програм для збереження фізичного здоров'я та попередження травм серед студентів в контексті виховання фізичної культури університетів США. Вони підтверджують ефективність таких програм у покращенні фізичного стану та забезпеченні безпеки студентів під час фізичної активності. Отримані результати підтримують подальшу розробку та впровадження цих програм університетами з метою створення здорового та активного студентського середовища.

Підтримка фізичної активності та спортивних заходів під час академічних перерв та вихідних днів студентів є важливим аспектом виховання фізичної культури в університетах США. Університети стимулюють своїх студентів активно використовувати цей час для занять спортом, розваг та фізичних активностей з метою покращення фізичного здоров'я та загального самопочуття [394]. Один зі способів підтримки фізичної активності студентів університетів – це надання доступу до спортивних заходів та фітнес-приміщень під час академічних перерв та вихідних днів. Багато університетів мають великі спортивні комплекси, фітнес-центри, плавальні басейни та спортивні зали, які студенти можуть вільно використовувати під час своєї вільного часу. Це дозволяє студентам займатися улюбленими видами спорту, заряджатися енергією під час вихідних днів та підтримувати фізичну активність в період навчальних перерв.

Прикладом конкретних програм підтримки фізичної активності та спортивних заходів є «Spring Fling» університету Пенсильванії (Penn University). Ця щорічна подія організовується під час весняних академічних перерв та включає в себе широкий спектр спортивних змагань, відкритих тренувань, демонстрацій та спортивних турнірів. «Spring Fling» надає студентам можливість взяти участь у захоплюючих спортивних подіях та

заняттях, а також познайомитися з іншими студентами, які мають спільний інтерес до спорту та фізичної активності [361]. Такі програми підтримки фізичної активності та спортивних заходів під час академічних перерв та вихідних днів стимулюють студентів до більш активного способу життя, покращують фізичне здоров'я та сприяють формуванню здорової спільноти університету. Вони підтримують принципи виховання фізичної культури та сприяють підтримці активного та здорового способу життя серед студентів.

Популяризація фізичної активності серед студентів університетів США є одним з ключових завдань для створення здорової та активної студентської спільноти. Університети використовують різноманітні шляхи та стратегії для стимулювання студентів до більш активного способу життя та залучення їх до різних видів фізичної діяльності [34].

Один з ефективних способів популяризації фізичної активності – це організація спеціальних кампаній та заходів. Наприклад, «Week of Wellness» (University of Iowa) – тиждень сприяння здоровому способу життя та фізичної активності, який проводиться в багатьох університетах США. Протягом цього тижня, організовуються різноманітні події та активності, такі як фітнес-тренування, спортивні змагання, воркшопи зі здорового харчування та заняття йогою. Під час «Week of Wellness», студенти мають можливість взяти участь у різноманітних спортивних активностях та ознайомитися з різними аспектами фізичного благополуччя [402].

Ще одним ефективним шляхом є впровадження інформаційних кампаній про важливість фізичної активності та її позитивний вплив на здоров'я. Університети розміщують інформаційні плакати, буклети, відеоматеріали та інші матеріали, що надають студентам інформацію про користь регулярної фізичної активності, рекомендації щодо занять спортом та фізичних вправ (Temple University). Такі інформаційні кампанії допомагають підвищити освіченість студентів щодо здорового способу життя та стимулюють їх до зайняття фізичними вправами [374].

Не менш важливим є підтримка фізичної активності університетських працівників, яка стимулює студентів до прийняття активного способу життя. Впровадження спеціальних програм для працівників, таких як фітнес-заняття, змагання або групові тренування, може сприяти залученню студентів до більш активного способу життя і впливати на їхнє фізичне благополуччя [313].

Загалом, популяризація фізичної активності студентів університетів США є складним, але важливим процесом, що вимагає інтегрованого підходу. Використання різноманітних заходів, таких як організація спеціальних кампаній, інформаційних кампаній, створення спортивних клубів та підтримка фізичної активності працівників, допомагає сприяти фізичному благополуччю студентів і підтримувати активний спосіб життя в університетському середовищі.

### **Висновки до третього розділу**

Університети США відзначаються різноманітністю підходів та програм у вихованні фізичної культури студентів. Основні методичні підходи включають: обов'язкові курси фізичної культури, які стимулюють студентів до успішного завершення курсів з фізичної культури, що можуть включати такі предмети, як фітнес, плавання, танці тощо; клуби і спортивні команди, що проявляється в активній підтримці створення спортивних клубів та команд для розвитку навичок та спортивної активності серед студентів; фізична активність за вибором, що дає студентам можливість вибору з великого спектру фізичних активностей, таких як йога, кардіотренування, бойові мистецтва і багато інших.

Університети в США активно впроваджують інноваційні методи та технології для підвищення ефективності виховання фізичної культури студентів. Деякі з них включають: мобільні додатки та веб-платформи, які надають доступ до тренувань, дієтичних порад, відстеження фізичної

активності та інших корисних інструментів для студентів; використання віртуальної реальності (VR) для створення іммерсивних ігор та симуляцій, які сприяють фізичній активності та розвитку навичок; сенсори та пристрої відстеження для вимірювання фізичної активності та здоров'я студентів.

Спортивно-масова та фізкультурно-оздоровча робота відіграє важливу роль у вихованні фізичної культури студентів в університетах США. Вона забезпечує умови для підтримання та зміцнення здоров'я студентів. Спортивні і фізкультурні заходи сприяють збереженню та покращенню здоров'я студентів, попереджають студентські захворювання та сприяють загальному фізичному самопочуттю. Вона сприяє розвитку командної роботи і лідерських якостей. Участь у спортивних командах і колективних видах спорту сприяє розвитку комунікаційних та лідерських навичок студентів. Вона забезпечує формування здорових звичок на майбутнє. Фізична активність під час університетських років може сприяти формуванню здорових звичок, які студенти збережуть із собою на майбутнє.

Загалом, спортивно-масова та фізкультурно-оздоровча робота в університетах США грає важливу роль у забезпеченні фізичного і психологічного благополуччя студентів і сприяє їхньому гармонійному розвитку.

## **РОЗДІЛ 4. ОСОБЛИВОСТІ ПІДГОТОВКИ ВИКЛАДАЧІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО РОБОТИ В УНІВЕРСИТЕТАХ США**

### **4.1. Сучасні вимоги до викладачів фізичної культури в університетах США**

Дослідження сучасних вимог до викладачів фізичної культури в університетах США є критично важливим аспектом виховання та підвищення якості навчання студентів у галузі фізичної активності та спорту. Мінливий світ та постійний прогрес у науці та технологіях потребують від викладачів фізичної культури постійного вдосконалення та адаптації своїх методів навчання. Перш за все, дослідження вимог до викладачів фізичної культури сприяє забезпеченню високої якості освіти. Усвідомлення того, які компетенції та навички повинні мати викладачі, дозволяє університетам залучати та працевлаштовувати висококваліфікованих фахівців, що впливає на якість навчання та результати студентів. Знання сучасних тенденцій у фізичному вихованні допомагає забезпечити студентів новітніми методами навчання та сприяє їхньому професійному зростанню. Дослідження також сприяє розвитку професійних стандартів у галузі фізичної культури та спорту. Знання того, які компетенції та вміння повинні мати викладачі фізичної культури, допомагає встановити стандарти професійної підготовки, які відповідають сучасним вимогам та реаліям. Це забезпечує якість освіти та підвищує статус професії викладача фізичної культури.

Дослідження вимог до викладачів фізичної культури також дозволяє ідентифікувати потреби у професійному розвитку та навчанні. Сучасний світ змінюється швидко, і викладачі мають бути готові до впровадження нових методів та підходів у своїй роботі. Дослідження допомагає виявити потреби у професійному розвитку та надає можливість створення спеціалізованих курсів та програм для викладачів, які допомагають підвищити їхню кваліфікацію та компетенції. Крім того, такі дослідження стимулюють

наукову активність у цій галузі. Дослідження дозволяють вченим аналізувати та оцінювати різні аспекти викладання фізичної культури, розробляти нові підходи та методи навчання, що сприяє розвитку наукової бази у галузі фізичного виховання та спорту. Отже, дослідження сучасних вимог до викладачів фізичної культури в університетах США має велике значення для забезпечення якості навчання студентів, розвитку професійних стандартів та підвищення статусу професії викладача фізичної культури. Воно допомагає забезпечити високий рівень професійної підготовки викладачів, що впливає на покращення фізичного виховання та здоров'я студентів, а також сприяє розвитку наукової бази у галузі фізичного виховання та спорту.

Викладання фізичної культури в університеті США є суттєвою складовою процесу вищої освіти, спрямованою на формування комплексної підготовки студентів у різних аспектах їхнього розвитку. Основні обов'язки викладача фізичної культури на цьому рівні визначені І. Якуб'оновим (І. Якуб'онов) та включають широкий спектр діяльності, яка спрямована на забезпечення різноманітної, збалансованої та цілеспрямованої підготовки студентів у сфері фізичної активності.

По-перше, викладач фізичної культури має завдання розробити та провести ефективний навчальний курс, який би відображав сучасні тенденції у фізичній підготовці та спортивних досягненнях. Це передбачає аналіз науково-методичної літератури, врахування інноваційних підходів та педагогічних технологій для досягнення максимального рівня ефективності у навчальному процесі.

По-друге, викладач повинен розвивати індивідуальний підхід до студентів, враховуючи їхні фізичні здібності, потреби та цілі. Це може передбачати диференційовані завдання, індивідуальні консультації щодо занять фізичною активністю, а також створення сприятливого середовища для розвитку особистості студента через фізичну діяльність.

По-третє, важливою складовою обов'язків викладача фізичної культури є відстеження і оцінка академічних успіхів студентів. Це може включати

проведення оцінювань, тестувань та практичних вправ для визначення засвоєння матеріалу та рівня фізичної підготовки студентів.

По-четверте, викладач має активно сприяти розвитку спортивного духу та здорового способу життя серед студентської громади. Це може включати організацію спортивних заходів, тренувань, спортивних гуртків та лекцій на тему здорового способу життя.

По-п'яте, викладач фізичної культури також може брати участь у дослідницькій роботі, спрямованій на аналіз та вдосконалення методів навчання фізичної підготовки, розвиток нових підходів та програм для досягнення кращих результатів у навчанні та розвитку студентів [413, с. 21-23].

Отже, викладання фізичної культури в університеті США передбачає відповідальну та різноманітну діяльність з підготовки, навчання та розвитку студентів у сфері фізичної активності, сприяючи їхньому здоров'ю, спортивному розвитку та загальному особистісному зростанню.

Підготовка ефективних курсів з фізичної культури викладачами університетів США вимагає системного та комплексного підходу, який базується на сучасних наукових дослідженнях, методичних підходах та педагогічних інноваціях. К. Каспер (K. Kasper) відзначає, що особливості такої підготовки передбачають врахування потреб та індивідуальних характеристик студентів, акцентування на розвитку не лише фізичних, а й когнітивних та психосоціальних аспектів.

Перш за все, важливо визначити конкретні навчальні цілі курсу з фізичної культури. Наприклад, викладач може ставити за мету покращити загальний рівень фізичної підготовки студентів, розвивати навички командної співпраці та лідерства через спортивні ігри та вправи, або сприяти формуванню здорового способу життя через заняття фітнесом та руховою активністю.

Другий аспект включає вибір методів та засобів навчання, які відповідають визначеним цілям. Наприклад, для розвитку загальної фізичної

підготовки можуть бути використані кардіоваскулярні вправи, заняття аеробікою, плаванням чи бігом. Для підвищення навичок командної співпраці – командні види спорту, як баскетбол, волейбол чи футбол. Вибір методів також може базуватися на здоров'язберезувальних принципах, де акцент робиться на підвищенні рухової активності та зменшенні ризику травм.

Третій аспект стосується оцінювання навчальних результатів. Для досягнення ефективності курсу важливо визначити критерії оцінки та методику проведення оцінювання. Прикладом може бути використання тестів для визначення засвоєння теоретичних знань з фізичної культури, а також практичних вправ для оцінювання рівня фізичної підготовки студентів.

Крім того, важливо враховувати індивідуальні особливості студентів, їхні фізичні здібності, обмеження та інтереси. Наприклад, участь студентів з різними рівнями фізичної підготовки в одній групі може вимагати адаптації програми та завдань з урахуванням їхнього потенціалу [216, с. 95-96].

Загалом, підготовка ефективних курсів з фізичної культури викладачами університетів США передбачає цілеспрямоване визначення навчальних цілей, вибір відповідних методів навчання та оцінювання, а також індивідуальний підхід до студентів. Такий підхід сприяє досягненню більш високої ефективності у розвитку фізичної підготовки та здорового способу життя серед студентської громади.

Реалізація індивідуального підходу в курсах з фізичної культури викладачами університетів США відображає сучасний підхід до освітнього процесу, що базується на розумінні різноманітності студентської аудиторії та сприяє оптимальному розвитку їхніх фізичних, когнітивних та емоційних аспектів. Цей підхід передбачає урахування індивідуальних потреб, здібностей та обмежень кожного студента для досягнення максимального результату в навчанні та розвитку [93].

Для початку, важливо провести індивідуальну діагностику студентів на початку курсу з метою з'ясування їхніх фізичних здібностей, рівня фізичної



підготовки та інтересів. Наприклад, студенти з підвищеним рівнем фізичної підготовки можуть бути спрямовані на більш інтенсивні види фізичної активності, тоді як ті, хто має обмеження чи низький рівень фізичної активності, можуть виконувати менш навантажені вправи або залучатися до адаптивних програм.

Далі, викладач може розробити індивідуальні плани навчання для кожного студента з урахуванням їхніх потреб та цілей. Наприклад, для студентів, які мають зацікавленість у покращенні фізичної підготовки, можуть бути визначені конкретні фітнес-програми з підвищеною інтенсивністю. З іншого боку, для тих, хто бажає займатися фізичною активністю з метою релаксації та зниження стресу, можуть бути рекомендовані практики йоги чи таї-чі.

Для досягнення індивідуального підходу можуть використовуватися також адаптивні методи навчання. Наприклад, для студентів з обмеженнями можуть бути розроблені модифіковані вправи та завдання, що враховують їхні можливості. Також можуть бути надані додаткові ресурси для самостійного вивчення та підвищення знань у сфері фізичної культури.

Важливо підкреслити, що реалізація індивідуального підходу вимагає від викладачів гнучкості, відкритості та глибокого розуміння потреб студентів. Цей підхід сприяє підвищенню мотивації студентів, зниженню стресу під час занять фізичною активністю та досягненню більш високих результатів у їхньому навчанні та особистісному розвитку.

Відстеження успіхів та оцінка студентів в курсах з фізичної культури викладачами університетів США є важливою складовою педагогічного процесу, спрямованою на об'єктивну оцінку навчальних досягнень та забезпечення максимального розвитку студентів. Цей аспект вимагає дотримання прозорих, консистентних та науково обґрунтованих методів оцінювання, а також врахування індивідуальних особливостей кожного студента.

По-перше, важливо визначити чіткі критерії оцінювання, які відображають основні компоненти успіху в даному курсі. Наприклад, якщо ціль курсу полягає в покращенні загальної фізичної підготовки студентів, критеріями можуть бути показники збільшення кардіореспіраторної витратності, сили та гнучкості.

По-друге, викладач повинен враховувати різноманітні методи оцінювання, що відображають різні аспекти фізичної активності та підготовки студентів. Наприклад, оцінка може включати як практичні вправи (наприклад, біг або плавання), так і письмові тести для перевірки знань з теоретичних аспектів фізичної культури.

По-третє, важливо враховувати індивідуальні здібності та обмеження студентів при встановленні оцінок. Це може передбачати застосування адаптивних методів оцінювання для студентів з фізичними обмеженнями, де оцінка базується на їхніх можливостях та прогресі.

По-четверте, важливо забезпечити об'єктивність та недискримінаційний підхід до оцінювання. Оцінювання повинно бути справедливим та ретельно обґрунтованим, щоб уникнути будь-яких форм впливу особистих поглядів чи упереджень [93].

Окрім цього, оцінка може також включати рефлексію студентів щодо їхнього особистого прогресу. Наприклад, студенти можуть здійснювати самооцінку своєї фізичної підготовки та добробуту, а також визначати об'єктивні результати, які вони досягли внаслідок участі у курсі.

Оцінювання успіхів студентів у курсах з фізичної культури в університетах США вимагає системності, об'єктивності та різноманітності методів оцінювання. Це сприяє розвитку комплексної оцінки фізичної активності та підготовки студентів, сприяючи їхньому особистісному та академічному зростанню.

К. Франсен (K. Fransen) відзначає, що розвиток прагнення студентів до здорового способу життя є важливою метою в курсах з фізичної культури, проведених в університетах США [168]. Ця мета відображає сучасний підхід

до навчання, спрямований на формування у студентів не лише фізичної підготовки, а й здорового способу життя, який включає раціональне харчування, здоровий сон, позитивний психоемоційний стан та відсутність шкідливих звичок.

Перш за все, важливо підкреслити значення освітньої ролі викладача. Він має відігравати роль наставника та позитивного прикладу для студентів, демонструючи здоровий спосіб життя в своїх вчинках та поведінці на заняттях фізичною активністю. Це може включати в себе пропаганду правильного харчування, підтримку активної рухової діяльності та регулярну фізичну підготовку.

По-друге, важливим є використання інтерактивних методів навчання для формування позитивних звичок. Викладач може організовувати групові обговорення, дискусії та взаємодію з студентами, щоб спонукати їх до роздумів про важливість здорового способу життя. Наприклад, обговорення впливу регулярної фізичної активності на психоемоційний стан може стимулювати студентів до більш активного рухового способу життя.

По-третє, практична складова курсу також відіграє важливу роль у розвитку прагнення до здорового способу життя. Організація спортивних заходів, занять фітнесом, йогою, пілатесом та іншими активностями може надихнути студентів до здорового способу проведення часу, забезпечуючи їм засоби для активного відпочинку та релаксації.

Крім того, важливо стимулювати саморефлексію студентів щодо їхнього здоров'я та звичок. Це може бути досягнуто через завдання, які спонукають їх до аналізу свого раціону харчування, режиму сну та рівня фізичної активності. Наприклад, студенти можуть вести журнал своїх занять, де вони відзначають регулярність та тип активностей, що сприяє самосвідомому підходу до свого здоров'я [168].

Узагалі, розвиток прагнення студентів до здорового способу життя в курсах з фізичної культури в університетах США вимагає активного співпраці викладачів та студентів, використання інтерактивних методів

навчання та підтримку позитивного образу життя як ключового елементу освітнього процесу.

О. Чіва-Бартол (O. Chiva-Bartoll) з колегами відзначає, що вимоги до досліджень викладачів фізичної культури в університетах США відображають важливість розвитку наукової бази та інноваційних підходів у сфері фізичної активності, здоров'я та спорту [123]. Дослідницька діяльність в даному контексті виступає як ключовий чинник у вдосконаленні методології навчання, розробці ефективних програм та підвищенні якості підготовки студентів.

По-перше, дослідження викладачів фізичної культури спрямовані на аналіз сучасних тенденцій у галузі фізичної підготовки, здоров'я та спорту. Наприклад, дослідження можуть розкривати вплив різних видів фізичної активності на здоров'я студентів, аналізувати впровадження інноваційних методів навчання, оцінювати ефективність спортивних програм та їхній вплив на академічні результати.

По-друге, дослідження можуть спрямовуватися на розробку нових педагогічних підходів та методик навчання фізичної культури. Наприклад, викладачі можуть проводити дослідження з використання інтерактивних технологій у фізичному навчанні, створювати програми збалансованої фізичної активності для різних груп студентів з різними здібностями.

По-третє, дослідження викладачів можуть бути спрямовані на вивчення взаємозв'язку між фізичною активністю та психоемоційним станом студентів. Наприклад, дослідження можуть досліджувати вплив фізичної активності на стресори та психічний стан студентів, а також розробляти рекомендації для забезпечення психоемоційного благополуччя через фізичну активність.

По-четверте, дослідницька діяльність викладачів може також включати вивчення соціокультурних аспектів фізичної культури та спорту. Наприклад, дослідження можуть досліджувати ставлення студентів до різних видів

фізичної активності, розкривати роль спорту у формуванні міжкультурного спілкування та співпраці [123].

У підсумку, вимоги до досліджень викладачів фізичної культури в університетах США передбачають розробку інноваційних підходів, аналіз сучасних тенденцій та вивчення психофізіологічних та соціокультурних аспектів фізичної активності. Це сприяє підвищенню якості освіти у сфері фізичної культури, покращенню підготовки студентів та розвитку наукової бази в цій галузі.

Викладач фізичної культури в університетах США повинен володіти рядом ключових компетентностей, які сприяють ефективному навчанню та розвитку студентів у сфері фізичної активності та спорту. Серед цих компетентностей варто виділити *педагогічну компетентність*, що передбачає здатність до розробки інноваційних навчальних програм, вміння організувати навчальні заняття та створювати стимулююче навчальне середовище. Наприклад, викладач може створювати програми фізичної активності, які враховують різний рівень підготовки студентів та сприяють їхньому поступовому розвитку.

Додатково, *наукову компетентність* можна визначити як здатність аналізувати актуальні наукові дослідження у сфері фізичної підготовки та інтегрувати ці знання у навчальний процес. Викладач може використовувати результати досліджень для обґрунтування своїх методів навчання та підтримки студентів у досягненні кращих результатів.

Також, викладачам важливо мати розвинену *комунікативну компетентність*, які допомагають ефективно взаємодіяти зі студентами, передавати інформацію чітко та зрозуміло. Викладач повинен бути відкритим до зворотного зв'язку та здатним створити атмосферу співпраці. Наприклад, викладач може організувати дискусії, діалоги та інтерактивні завдання на заняттях для стимулювання активності та активної участі студентів [67].

Загалом, викладач фізичної культури в університетах США повинен володіти компетентностями, що охоплюють педагогічні, наукові,

комунікаційні та індивідуалізаційні аспекти, сприяючи якісному навчанню та розвитку студентів у сфері фізичної активності та спорту.

*Педагогічна компетентність* в контексті викладача фізичної культури в університетах США представляє собою складний набір знань, навичок, вмінь та підходів, необхідних для успішного виконання педагогічних завдань у процесі навчання та виховання студентів. Ця компетентність включає в себе розуміння педагогічних теорій, методів та стратегій, які сприяють здійсненню якісної та ефективної освітньої діяльності [332].

Педагогічна компетентність передбачає здатність до розробки та реалізації навчальних планів та програм, організації структурованих та збалансованих навчальних занять, а також ефективного використання різноманітних педагогічних методів та прийомів для досягнення навчальних цілей. Викладач повинен вміти адаптувати свої педагогічні підходи до різних груп студентів з різними особливостями та потребами.

Педагогічна компетентність також включає в себе здатність до ефективного взаємодії зі студентами, сприяння їхньому активному залученню до навчання, створення сприятливої та заохочувальної атмосфери для вивчення та розвитку. Викладач повинен бути відкритим до зворотного зв'язку, вміти враховувати побажання та потреби студентів, сприяючи їхньому активному навчанню.

У педагогічній компетентності також важливе вміння відстежувати та оцінювати навчальний прогрес студентів, аналізувати результати навчання та вносити необхідні корективи у навчальний процес. Викладач повинен бути здатним використовувати різноманітні методи оцінювання, створювати об'єктивні критерії та сприяти самооцінці студентів.

Отже, педагогічна компетентність викладача фізичної культури в університетах США передбачає глибоке розуміння педагогічних принципів, знання та вміння ефективно використовувати педагогічні методи та стратегії, а також здатність до успішного спілкування та співпраці зі студентами для досягнення їхнього навчального та особистісного потенціалу.

Погляди на педагогічну компетентність в українській та американській науці можуть виявляти спільні риси, але також мають відмінності через контекст культурних, освітніх та методологічних особливостей кожної країни. Спільною рисою може бути акцент на глибоке розуміння педагогічних та методологічних аспектів, необхідних для забезпечення якісної освіти. Обидві наукові традиції прагнуть до вдосконалення педагогічних практик для підвищення якості навчання та розвитку студентів. Відмінність полягає у конкретних підходах та акцентах, що враховують особливості систем освіти та педагогічних традицій. Українська наука більший акцент робить на педагогічний аспект особистісного розвитку студента, враховуючи підходи гуманітарного навчання (О. Брусак, Л. Лебедик, О. Павлюк). Українські дослідники педагогічної компетентності акцентують увагу на вихованні громадянської свідомості та етичних цінностей через педагогічну практику [22; 47].

Специфіка американської науки проявляється в підходах до розвитку активності студентів, використанні інтерактивних методів та важливості практичної застосовності знань (К. Бесса (C. Bessa), П. Хасті (P. Hastie), Р. Арайо (R. Araújo), І. Мескіто (I. Mesquita)). Американські дослідники можуть покладати акцент на створення стимулюючого середовища для саморозвитку та самовдосконалення студентів, розвиток критичного мислення та креативності [93]. Отже, як в Україні, так і в США, педагогічна компетентність має за мету забезпечити якісне навчання та розвиток студентів. Проте, відмінності в акцентах та підходах відображають вплив освітніх, культурних та педагогічних особливостей кожної країни на розуміння та впровадження педагогічних концепцій та практик.

Серед ключових аспектів педагогічної компетентності можна виділити здатність до розробки навчальних програм, структурування навчального процесу та організації ефективних навчальних занять. Викладач повинен бути здатним планувати та адаптувати зміст занять з урахуванням актуальних педагогічних тенденцій та особливостей студентів. Також

важливо вміти створювати стимулююче навчальне середовище, сприяючи активній участі студентів та їх залученню до процесу навчання. Педагогічна компетентність передбачає використання різноманітних педагогічних методів та стратегій для досягнення навчальних цілей. Викладач повинен бути здатним створити різнопланові та цікаві заняття, використовуючи інтерактивні методи, групову роботу, практичні завдання та інші підходи, що сприяють підвищенню ефективності навчання та активізації студентів [93]. Крім того, педагогічна компетентність включає в себе здатність до індивідуалізації навчання та врахування різних потреб та особливостей студентів. Викладач повинен бути готовим розробляти індивідуальні підходи до навчання для студентів з різним рівнем підготовки та можливостей.

Загалом, педагогічна компетентність викладача фізичної культури в університеті США охоплює знання, навички та вміння з розробки навчальних програм, організації навчального процесу, використання педагогічних методів та індивідуалізації навчання. Ця компетентність допомагає забезпечити якісне навчання та розвиток студентів у сфері фізичної активності та спорту.

Дослідження в останні десятиліття надають переконливі докази важливості педагогічної компетентності викладача фізичної культури в університеті США для досягнення високої якості навчання та розвитку студентів. Ці дослідження акцентують на впливі ефективності педагогічної діяльності на академічні та особистісні результати студентів, а також на їхній здоровий спосіб життя та загальний розвиток.

Дослідження А. Гіл-Аріас (A. Gil-Arias) з колегами вказує на те, що викладачі з високим рівнем педагогічної компетентності здатні створювати навчальні ситуації, які стимулюють активну участь студентів у навчанні. Застосування різноманітних педагогічних методів та підходів допомагає залучити студентів до навчання, підвищити рівень їх зацікавленості та залучення до поглибленого вивчення предмета. Такі підходи сприяють зростанню академічних досягнень та розвитку критичного мислення [176].



Крім того, дослідження свідчать про те, що викладачі з високою педагогічною компетентністю здатні краще адаптувати навчальний процес до різних особистісних потреб та можливостей студентів. Індивідуалізація підходу до навчання допомагає студентам розвивати свій потенціал, враховуючи їхні інтереси, здібності та особливості. Це може призводити до підвищення мотивації студентів до навчання та досягнення кращих результатів.

Важливий аспект досліджень також зосереджений на впливі педагогічної компетентності викладачів фізичної культури на здоровий спосіб життя студентів. С. Боена-Мораес (S. Baena-Morales) з колегами продемонструвала, що викладачі здатні надихати та підтримувати інтерес студентів до фізичної активності та спорту, спонукаючи їх до регулярної фізичної діяльності. Це може мати позитивний вплив на здоров'я, загальний стан та життєвий настрій студентів [83]. Загалом, дослідження переконливо демонструють, що висока педагогічна компетентність викладачів фізичної культури є ключовим фактором у досягненні якісної освіти та розвитку студентів в університетах США. Це підтверджує важливість вдосконалення педагогічних підходів, методів та стратегій для підвищення ефективності навчання та позитивного впливу на студентську академічну діяльність, особистісний розвиток та здоровий спосіб життя.

*Наукова компетентність* є важливою складовою професійної підготовки та діяльності викладача фізичної культури в університеті США. Вона відображає здатність викладача ефективно використовувати науковий підхід у своїй діяльності, включаючи розробку і впровадження новітніх педагогічних та тренувальних методів, аналіз наукових досліджень, інтеграцію актуальних теоретичних знань в навчальний процес [172]. Ця компетентність передбачає уміння викладача критично оцінювати наукову літературу, визначати актуальні напрями досліджень у галузі фізичної підготовки, спорту та здоров'я, а також здійснювати власні наукові дослідження. Вона включає в себе знання методів дослідження, здатність до

аналізу даних, формулювання наукових питань та гіпотез, а також доцільну інтерпретацію результатів.

Наукова компетентність передбачає здатність викладача до активної участі в наукових конференціях, симпозіумах, семінарах та інших наукових подіях, де він може обмінюватися досвідом та взаємодіяти з колегами. Важливим аспектом є також публікація наукових статей у відомих наукових журналах, що дозволяє сприяти розповсюдженню нових знань та відкриттів у галузі фізичної підготовки. Також, наукова компетентність включає в себе здатність до адаптації наукових досліджень та знань до конкретних особливостей та потреб студентів. Викладач повинен вміти перетворювати наукову інформацію на доступні та зрозумілі для студентів форми, створюючи відповідні навчальні матеріали та завдання.

Загалом, наукова компетентність є важливою складовою професійної підготовки викладача фізичної культури в університеті США, оскільки вона забезпечує високий рівень актуальності та якості навчання, сприяє розвитку нових підходів та педагогічних інновацій, а також спонукає студентів до вивчення та розуміння наукового підґрунтя фізичної активності та спорту.

Погляди на наукову компетентність в українській та американській науці мають як спільні риси, так і відмінності, обумовлені особливостями освітніх та наукових систем кожної країни. Спільні риси полягають у визнанні важливості володіння науковими методами, критичним мисленням та здатністю до розробки та впровадження наукових досліджень для досягнення високої якості навчання та наукових відкриттів. Відмінності в поглядах на наукову компетентність відображають вплив різних освітніх традицій та систем на формування наукового підходу. В українській науці більший акцент може ставитися на теоретичну глибину досліджень, а також на розвиток аналітичних здібностей студентів та вчителів. Важливим є вміння здійснювати науковий аналіз, оцінювати джерела та виводити наукові узагальнення з акцентом на природничі науки (О. Козленко) [19]. Специфіка американської наукової думки полягає в більшій акцентуації на практичній

застосовності наукових досліджень. В американській системі навчання та науки значна увага приділяється використанню наукових знань у реальній практиці, сприяючи інноваціям та розвитку нових технологій (К. Еліот (C. Elliott), К. Мавріпіс (C. Mavriplis), Х. Аніс (H. Anis)). Також, важливим аспектом є здатність до колаборації та взаємодії з іншими науковцями, що сприяє обміну досвідом та інтеграції різних підходів у наукових дослідженнях [145].

Слід відзначити, що обидві системи дослідження наукової компетентності прагнуть до розвитку наукового мислення, аналітичних здібностей, дотримання науково-етичних стандартів та публікації наукових результатів. Однак різні культурні, освітні та методологічні особливості кожної країни впливають на акценти та підходи до реалізації цих принципів.

Наукова компетентність викладача фізичної культури в університеті США включає комплекс знань, навичок та вмінь, спрямованих на активну наукову діяльність у галузі фізичної підготовки, спорту та здоров'я. Ця компетентність передбачає глибоке розуміння наукових методів, теорій та підходів, що стосуються фізичної активності, тренування та спорту. Важливим аспектом наукової компетентності є здатність до самостійного проведення наукових досліджень. Викладач повинен бути здатним формулювати наукові питання, розробляти дослідницькі гіпотези, вибирати відповідні методи дослідження та аналізу даних. Результати наукових досліджень повинні бути обґрунтовані, аналізовані та інтерпретовані відповідно до вимог наукової методології. Також, наукова компетентність включає в себе здатність до активної участі у наукових конференціях, симпозіумах, семінарах та інших наукових заходах. Важливим є обмін досвідом та ідеями з колегами, а також представлення власних наукових досліджень широкій аудиторії. Публікація наукових статей у відомих наукових журналах є необхідною складовою наукової компетентності, оскільки це сприяє поширенню знань та результатів досліджень.

Зміст наукової компетентності викладача фізичної культури також включає здатність до адаптації наукових знань до навчального процесу. Викладач повинен бути здатним використовувати наукові дослідження для розробки актуальних навчальних програм, методів та підходів. Важливим є також вміння перетворювати наукову інформацію на доступний та зрозумілий для студентів формат, сприяючи їхньому осмисленому розумінню наукового підґрунтя фізичної активності та спорту [145].

Отже, наукова компетентність викладача фізичної культури в університеті США передбачає глибоке засвоєння наукових методів, теорій та підходів, здатність до самостійних наукових досліджень, активну участь у наукових заходах, публікацію наукових статей та адаптацію наукових знань до навчального процесу. Вона відіграє важливу роль у забезпеченні високої якості навчання, розвитку наукового мислення студентів та сприяє розвитку наукового підґрунтя фізичної культури та спорту.

У дослідженні проведеному М. Фінлай (M. Finlay) з колегами, було виявлено, що науково компетентні викладачі фізичної культури мають здатність ефективно поєднувати теоретичні знання з практичним досвідом. Вони можуть використовувати передові методики та підходи у навчальному процесі, що сприяє кращому засвоєнню матеріалу студентами. Однак, важливо зауважити, що ця компетентність передбачає не тільки обізнаність у власній галузі, а й здатність критично мислити, проводити наукові дослідження та аналізувати їх результати [161].

Дослідження Д. Тін підкреслює, що наукова активність викладачів фізичної культури позитивно впливає на престиж та рейтинг університету. Публікації в наукових журналах, участь у конференціях та дослідницьких проектах забезпечують закладу визнання як центру академічної діяльності, що сприяє залученню якісних студентів та науковців. Більше того, наукова компетентність викладачів є основою для розробки новітніх навчальних програм, які відповідають сучасним вимогам та тенденціям у галузі фізичної культури [380]. Додатково, дослідження показують, що наукова

компетентність викладачів має вагомий вплив на академічну успішність студентів. Викладачі, які активно займаються дослідженнями та публікують свої результати, мають можливість надавати студентам доступ до новітніх знань і відкриттів у галузі фізичної культури. Це стимулює зацікавленість студентів у вивченні предмету та сприяє їхньому глибокому розумінню матеріалу.

Узагальнюючи, дослідження переконливо свідчать про важливість наукової компетентності викладачів фізичної культури в університетах США. Ця компетентність впливає на якість навчання, престиж університету та академічну успішність студентів. Наукова активність викладачів є ключовим чинником у розвитку сучасної галузі фізичної культури та формуванні нового покоління кваліфікованих фахівців.

*Комунікативна компетентність* є одним з найбільш вивченим і найбільш затребуваним утворенням в сучасному суспільстві, оскільки вона визначає здатність людини ефективно спілкуватися, взаємодіяти та передавати інформацію в різноманітних контекстах. Цей термін походить з лінгвістичної теорії, але з часом його застосування розширилося на включення не лише мовних аспектів, але й невербальних, соціокультурних та психологічних складників спілкування.

Комунікативна компетентність включає в себе різноманітні вміння та навички, що дозволяють особі успішно взаємодіяти з іншими людьми. Це включає в себе вміння правильно використовувати мову, адаптувати спілкування до різних аудиторій та контекстів, розуміти та інтерпретувати невербальні сигнали (жести, міміку, тональність голосу тощо), а також розбірливо та логічно висловлювати свої думки та ідеї [301]. У глобальному суспільстві комунікативна компетентність виявляється як ключовий фактор у багатьох професійних сферах, від бізнесу та політики до науки та мистецтва. Здатність ефективно спілкуватися дозволяє встановлювати плідні стосунки, досягати згоди, впливати на рішення, навчати та навчатися. Більше того, комунікативна компетентність сприяє розвитку міжкультурного розуміння,

оскільки вона дозволяє впізнавати та адаптуватися до різних культурних норм та цінностей у спілкуванні. Важливим аспектом комунікативної компетентності є також вміння слухати інших людей, розуміти їхні потреби та переконання. Це сприяє взаєморозумінню та співпраці, знижує конфлікти та сприяє побудові гармонійних відносин у різних сферах життя.

Визначення та розуміння комунікативної компетентності в українській та американській науці відображають суттєві спільні риси та відмінності, властиві кожній з цих культурних контекстів. Обидві національні наукові традиції визнають важливість комунікативної компетентності як ключового фактора успішного спілкування, однак існують різні підходи до її розуміння та акцентування деяких аспектів. Спільною рисою української та американської наукових підходів є підкреслення ролі мовних навичок та здатності адаптуватися до різних комунікативних ситуацій. Обидва підходи враховують важливість вмінь висловлювати думки чітко та логічно, а також здатність вести ефективний діалог. Крім того, і в українській, і в американській науці відзначається необхідність вміння сприймати та інтерпретувати невербальні сигнали, такі як жести, міміка та інтонація, що сприяє глибшому розумінню співрозмовників.

Однак відмінності проявляються у вагомих аспектах. Українська наука акцентує увагу на важливості міжкультурної компетентності в контексті різних культурних норм, цінностей та стереотипів, зокрема в умовах багатонаціонального середовища. Відмінні реалії та історії (І. Забіяка, С. Лобанова, О. Пасічник) України формують підходи до спілкування, де важливі розуміння інтеркультурних різниць та вміння діяти відповідно до специфічних контекстів [14; 49].

У свою чергу, американська наука (М. Byram, А. Kakhramonovich) відзначає важливість комунікативної компетентності в багатокультурному суспільстві та глобалізованому світі. Особлива увага приділяється здатності до колаборації, взаємодії та обміну ідеями у різних соціокультурних групах. Американська наука підкреслює також важливість гнучкості та адаптації у

спілкуванні, щоб ефективно взаємодіяти з різними аудиторіями та досягати спільних цілей [107; 212].

Комунікативна компетентність викладача фізичної культури в університеті США визначається як комплексна здатність взаємодіяти ефективно та продуктивно зі студентами, колегами, адміністрацією та іншими учасниками освітнього процесу. Ця компетентність охоплює не лише мовні навички, а й невербальну комунікацію, міжкультурне розуміння, спільну діяльність та здатність адаптуватися до змінних умов. Важливим аспектом комунікативної компетентності є здатність до відкритого та ефективного спілкування зі студентами. Викладач повинен бути здатний пояснювати складні концепції чітко та доступно, заохочувати активну дискусію та питання, створюючи сприятливий клімат для навчання та обміну ідеями. Важливо також вміти налагоджувати індивідуальний контакт зі студентами, розуміти їхні потреби та особистість, адаптувати підхід до різних студентських груп [107]. Комунікативна компетентність також передбачає здатність викладача взаємодіяти з колегами та адміністрацією. Це включає в себе здатність ефективно спілкуватися щодо планування курсів, спільної діяльності та вирішення конфліктів. Колаборація та обмін досвідом з іншими викладачами можуть сприяти підвищенню якості навчання та розвитку нових методів. В міжкультурному контексті, комунікативна компетентність викладача фізичної культури в університеті США передбачає здатність взаємодіяти з різними культурними групами студентів. Викладач повинен розуміти та поважати культурні різниці, адаптуватися до різних стилів спілкування та норм. Така адаптація сприяє створенню інклюзивного середовища та сприяє покращенню міжкультурного розуміння.

Дослідження спрямовані на аналіз важливості комунікативної компетентності викладача фізичної культури в університеті США, відображають позитивний вплив цієї компетентності на якість навчального процесу та досягнення студентів. Ці дослідження виявили зв'язок між рівнем комунікативної компетентності викладача та здатністю студентів до

засвоєння матеріалу, активної участі у дискусіях та досягнення високих результатів. Дослідження Д. Гоулда (D. Gould), проведене в університетах США, підкреслює важливість здатності викладача встановлювати ефективний контакт зі студентами. Результати показали, що викладачі, які вміють створювати відкрите та доброзичливе спілкування, сприяють більш активному залученню студентів до навчального процесу. Чутливість до індивідуальних потреб та здатність адаптувати підхід до різних студентських груп підвищують позитивний вплив викладача на мотивацію студентів до навчання [182].

Дослідження П. Педерсен (P. Pedersen) зосереджується на важливості чіткості та доступності мовного виразу викладача. Згідно з цими дослідженнями, викладачі, які вміють пояснювати складні концепції просто та зрозуміло, сприяють кращому розумінню матеріалу студентами. Передача інформації без непотрібного технічного жаргону та використання практичних прикладів сприяють підвищенню зацікавленості студентів та збільшенню їхньої здатності до асиміляції знань [309]. Крім того, дослідження вказують на важливість невербальних аспектів комунікації. Викладачі, які здатні розпізнавати та правильно інтерпретувати невербальні сигнали студентів, можуть вчасно визначити рівень розуміння та зацікавленості студентів, адаптувати темп та стиль спілкування до потреб аудиторії.

У підсумку, дослідження підтверджують, що комунікативна компетентність викладача фізичної культури є необхідною умовою для досягнення високої якості навчання та успіхів студентів. Це включає в себе здатність налагоджувати ефективний контакт зі студентами, пояснювати складні концепції зрозуміло та доступно, а також вміння правильно інтерпретувати невербальні сигнали. Комунікативна компетентність є ключовим елементом сприяння мотивації студентів, підвищенню рівня їх засвоєння матеріалу та сприяння ефективному навчальному процесу.

Викладач фізичної культури в університеті США повинен володіти рядом *особистісних якостей*, що сприяють ефективному виконанню своїх



обов'язків та досягненню високих результатів у навчанні та співпраці зі студентами та колегами. Одна з ключових якостей полягає у педагогічній майстерності, що включає в себе здатність до адаптації до різних студентських груп, використання різноманітних методик навчання та ефективного сприяння процесу засвоєння знань. При цьому, емпатія та вміння відчувати потреби студентів є важливою особистісною якістю викладача. Спроможність доцільно враховувати індивідуальні особливості та можливості кожного студента сприяє створенню сприятливого навчального середовища та підвищує мотивацію до досягнення найкращих результатів. Зокрема, лідерські якості відіграють суттєву роль в успішному виконанні обов'язків викладача фізичної культури. Здатність бути прикладом для студентів, керувати груповими проектами, встановлювати високі стандарти в навчанні та сприяти розвитку студентів відіграють важливу роль у формуванні гармонійної та продуктивної навчальної атмосфери. Крім того, викладач повинен мати високий рівень мотивації та відданості своєму предмету. Любов до фізичної активності, бажання сприяти здоровому способу життя та відчуття відповідальності за формування майбутніх фахівців у галузі фізичної культури є важливими чинниками успішної педагогічної діяльності [263].

Узагальнюючи, викладач фізичної культури в університеті США повинен мати адаптивність, емпатію, лідерські якості. Ці особистісні риси сприяють створенню навчальної атмосфери, сприятливої для засвоєння знань, розвитку особистості студентів та підвищенню якості навчання в університетському середовищі.

*Адаптивність особистості* є поняттям, що описує здатність індивіда адекватно реагувати на мінливі умови і вимоги навколишнього середовища. Це властивість особистості, що дозволяє їй ефективно адаптуватися до нових ситуацій, мінливих вимог, викликів та ризиків. Адаптивність включає в себе здатність підлаштовувати свої дії, відповіді та стратегії до змін, що відбуваються у навколишньому світі, з метою досягнення бажаних

результатів та забезпечення власного функціонування [300, с. 855]. Це поняття є ключовим у психології та соціології, оскільки здатність адаптуватися має суттєвий вплив на якість життя та добробут індивіда в різних соціальних та особистісних контекстах. Адаптивна особистість здатна виходити за межі звичних рамок та впроваджувати нові стратегії та підходи у вирішенні проблем. Вона демонструє гнучкість мислення та дій, враховуючи зміни в ситуаціях, що дозволяє їй адекватно реагувати на виклики.

Адаптивність включає в себе також здатність до саморегуляції та стресостійкості. Адаптивна особистість може ефективно керувати своїми емоціями та стресовими реакціями, знаходити позитивні шляхи подолання труднощів та негативних ситуацій. Ця здатність допомагає зберігати психологічний комфорт і здоров'я, навіть у важких обставинах. Отже, адаптивність особистості відображається у її здатності ефективно адаптуватися до змін у навколишньому середовищі, використовуючи гнучкість мислення, емоційну саморегуляцію та стресостійкість для досягнення бажаних цілей та збереження психологічного благополуччя.

Значення адаптивності особистості викладача фізичної культури в університеті США виявляється у багатьох аспектах, що визначають успішну педагогічну практику та впливають на якість навчального процесу. Сучасний університетський середовище, в якому відбувається навчання та спілкування, надзвичайно динамічний та різноманітний, що вимагає від викладача готовності до постійної адаптації.

Адаптивність особистості викладача фізичної культури виражається у здатності швидко реагувати на зміни у методології, підходах до навчання та нових педагогічних інноваціях. Відчуття ефективності адаптивного підходу допомагає викладачу впроваджувати передові методи навчання та розвитку фізичної культури в навчальний процес, а також враховувати індивідуальні потреби студентів. Адаптивна особистість викладача є гнучкою та відкритою для співпраці зі студентами та колегами. Здатність враховувати індивідуальні особливості студентів, їхні потреби та інтереси, допомагає створювати

сприятливу навчальну атмосферу та сприяти активному залученню студентів до навчально-виховного процесу. Адаптивність також проявляється у здатності вчитися на власних помилках та вдосконалювати власний підхід до навчання. Викладач, який постійно аналізує свою роботу, впроваджує зміни з урахуванням попереднього досвіду та відгуків студентів, сприяє постійному покращенню якості навчання та досягненню найкращих результатів [189].

Отже, значення адаптивності особистості викладача фізичної культури в університеті США полягає у здатності ефективно реагувати на зміни в навколишньому середовищі, впроваджувати інновації у навчання, враховувати індивідуальні потреби студентів та постійно вдосконалювати власний підхід до педагогічної діяльності. Адаптивність допомагає забезпечити якісну підготовку студентів, створити мотиваційну та динамічну навчальну атмосферу та сприяє досягненню високих результатів у навчанні та розвитку молодого покоління.

Дослідження впливу адаптивності особистості викладача фізичної культури в університеті США на якість професійної діяльності зосереджуються на аналізі взаємозв'язку між цією особистісною характеристикою та результативністю педагогічної практики. Відомо, що сучасне освітнє середовище характеризується високою динамікою, швидкими змінами технологій та підходів до навчання, а також різноманітністю потреб та вимог студентів.

Дослідження Дж. Нуццо (J. Nuzzo) показує, що викладачі, які мають вищий рівень адаптивності особистості, проявляють більшу готовність впроваджувати нові педагогічні методи та підходи у свою роботу. Вони швидше виявляють здатність до адаптації до змін, ефективно реагують на виклики та шукають інноваційні способи покращення навчального процесу. Це, в свою чергу, сприяє залученню студентів до навчання, підвищує їхню мотивацію та забезпечує високу якість засвоєння матеріалу [300].

Одним з ключових аспектів досліджень є здатність адаптивної особистості викладача до індивідуальної роботи зі студентами. Дослідження

Р. Філіппе (R. Philippe) показало, що такі викладачі виявляють більшу чутливість до індивідуальних потреб та особливостей кожного студента, що допомагає підтримувати ефективну комунікацію та створювати сприятливу атмосферу для навчання. Індивідуальний підхід сприяє зростанню мотивації студентів та досягненню кращих навчальних результатів [314]. Додатково, дослідження підкреслюють, що адаптивність сприяє підвищенню рівня стресостійкості та саморегуляції у викладачів. Це важливо, оскільки навчальний процес може супроводжуватися різними викликами та негативними ситуаціями, і важливо вміти ефективно керувати емоціями та стресовими реакціями.

Узагальнюючи, дослідження свідчать, що адаптивність особистості викладача фізичної культури в університеті США має значний вплив на якість його професійної діяльності. Вона допомагає адекватно реагувати на зміни в освітньому середовищі, ефективно впроваджувати інновації, створювати сприятливу навчальну атмосферу та досягати високих результатів у навчанні та розвитку студентів.

*Емпатія* є складною психологічною концепцією, що вказує на здатність сприймати, розуміти та співпереживати емоційний стан та думки інших людей. Це внутрішній процес, який передбачає здатність відчувати емоційну схожість з іншими та відчувати їхні потреби та переживання. Емпатія включає в себе вміння поставитися на місце іншої особи, сприйняти її емоційний стан та зрозуміти його джерело [339]. Цей психологічний аспект виявляється в здатності викликати у власній свідомості подібні емоції та переживання, які відчуває інший індивід. Це може бути відчуття радості, суму, страху чи злості, а також розуміння обставин та мотивів, що викликають такі емоції. Емпатія також передбачає здатність висловлювати відповідність іншим позначки співпереживання, що відображають здоровий рівень соціальної чутливості.

Поняття емпатії грає важливу роль у міжособистісних взаєминах, спілкуванні та формуванні емоційної зв'язності між людьми. Відображаючи

здатність зосереджувати увагу на почуттях та потребах інших, емпатія сприяє зміцненню емоційного зв'язку, розвитку соціальної співпраці та співчуття. У психологічних дослідженнях відзначаються різні рівні емпатії: від базового, коли особистість відчуває загальну емоційну подібність з іншою, до більш складних форм, що передбачають здатність аналізувати та сприймати глибокі переживання та мотиви інших [170, с. 32]. Узагальнюючи, емпатія – це психологічна здатність відчувати, розуміти та співпереживати емоційний стан та переживання інших людей. Вона виявляється в здатності поставитися на їхнє місце та відчувати подібні емоції, сприяючи спільному розумінню, підтримці та зміцненню міжособистісних взаємин.

Значення емпатії викладача фізичної культури в університеті США виявляється у впливі на ефективність навчально-виховного процесу та формування позитивної навчальної атмосфери. Емпатія в цьому контексті відіграє ключову роль, оскільки створює можливість для викладача виявити розуміння та увагу до індивідуальних потреб студентів [339]. Здатність викладача фізичної культури відчувати та розуміти переживання, потреби та мотивацію студентів сприяє покращенню якості комунікації. Викладач, що виявляє емпатію, здатен адекватно реагувати на індивідуальні ситуації та потреби студентів, надаючи їм підтримку та визнання. Це сприяє збільшенню мотивації студентів до навчання, формуванню позитивного відношення до предмету та створенню сприятливого навчального середовища.

Емпатія також сприяє вибудовуванню глибоких міжособистісних зв'язків між викладачем та студентами. Вона дозволяє викладачу краще розуміти індивідуальні особливості та потреби кожного студента, виявляти зацікавленість їхнім навчальним процесом та допомагати їм у подоланні труднощів. Такий підхід допомагає викладачу стати позитивним прикладом для студентів та мотивувати їх до досягнення високих результатів [130]. У викладанні фізичної культури, де здоров'я та фізичний розвиток студентів мають важливе значення, емпатія також може виявитися корисною. Здатність враховувати фізичні особливості, можливі обмеження та потреби кожного

студента сприяє створенню безпечного та ефективного навчального середовища.

Дослідження впливу емпатії викладача фізичної культури в університеті США на якість професійної діяльності розкривають важливий аспект соціальної взаємодії між викладачем та студентами, який визначає результативність навчально-виховного процесу та створює фундаментальну основу для підвищення якості навчання.

По-перше, дослідження Дж. Коздрас (G. Kozdras) підкреслюють, що викладачі, виявляючи високий рівень емпатії, здатні краще розуміти потреби та емоційний стан студентів. Це сприяє створенню позитивного відношення студентів до навчання, відчуттям підтримки та визнання їхніх зусиль. Викладачі, що виявляють емпатію, можуть краще адаптувати свій підхід до потреб кожного студента, що веде до більшого залучення та активності у навчальному процесі [229].

По-друге, дослідження В. Біхлар (V. Blikhar) робить акцент на позитивному впливі емпатії на міжособистісні взаємодії. Викладачі, які виявляють співчуття та розуміння до студентів, здатні більш ефективно вирішувати конфліктні ситуації, встановлювати довіру та створювати позитивну комунікаційну атмосферу. Це впливає на загальну динаміку взаємодії в університетському середовищі та покращує спільну роботу [99].

По-третє, дослідження Дж. Алтавілла (G. Altavilla) вказує на зв'язок між емпатією викладача та стимулюванням мотивації студентів. Викладачі, які виявляють інтерес та розуміння до індивідуальних потреб студентів, сприяють їхньому бажанню досягнути кращих результатів та більш активно займатися навчанням [74].

Узагальнюючи, дослідження доводять, що високий рівень емпатії викладача фізичної культури в університеті США має суттєвий вплив на якість його професійної діяльності. Емпатія допомагає покращити комунікацію, залучити студентів до навчання, створити сприятливий педагогічний клімат та сприяє досягненню високих результатів. Враховуючи

індивідуальні потреби та емоційний стан студентів, викладач може стати важливим позитивним впливом на їхній навчальний та особистісний розвиток.

*Лідерство* є складною та багатогранною концепцією в галузі психології та управління, що відображає здатність особистості впливати на інших, спонукати їх до досягнення спільних цілей та навіть визначати напрямок колективної діяльності [368, с. 690]. Ця концепція заснована на розумінні та реалізації оптимальних стратегій взаємодії з іншими, з метою досягнення певної мети або завдання. Лідерство включає в себе не лише здатність впливати на інших, але й виявляється у здатності координувати діяльність групи або організації, приймати рішення та брати на себе відповідальність за їх реалізацію. Важливо відмітити, що лідерство може виявлятися на різних рівнях: в особистому житті, професійній діяльності, громадській сфері.

Лідер може використовувати різні стилі управління та взаємодії з командою в залежності від контексту та завдань. Відомі такі стилі лідерства, як авторитарний, демократичний, трансформаційний тощо. Кожен стиль має свої переваги та обмеження та може бути вибраний в залежності від потреб ситуації та особистісних характеристик лідера [66]. Лідерство також пов'язане з розвитком комунікаційних навичок, вмінням мотивувати та надихати інших, а також зі здатністю до побудови довіри та позитивних взаємовідносин. Важливим аспектом лідерства є здатність реагувати на зміни, адаптуватися до нових умов та впроваджувати інновації. Узагальнюючи, лідерство – це комплексна концепція, що включає в себе здатність впливати на інших, керувати груповою діяльністю та досягати спільних цілей. Воно базується на вміннях взаємодії, комунікації, прийняття рішень та адаптації до змін. Лідерство може проявлятися на різних рівнях та в різних контекстах, сприяючи досягненню успіху в різних сферах життя та діяльності.

Значення лідерства та лідерських якостей викладача фізичної культури в університеті США визначається важливою роллю, яку вони відіграють у формуванні активної та висококваліфікованої молоді. Лідерство викладача має глибокий вплив на розвиток студентів як професіоналів в галузі фізичної культури, а також на їхнє особистісне становлення [180]. Лідерські якості викладача виявляються у здатності впливати на мотивацію та зацікавленість студентів у навчанні та розвитку. Лідер, володіючи здатністю надихати та встановлювати приклад, стимулює студентів до досягнення високих результатів, сприяючи розвитку їхнього професійного потенціалу та мотивації до постійного самовдосконалення.

Лідерські якості викладача також виявляються у здатності планувати та організовувати навчальний процес, залучати студентів до активної участі в ньому та створювати сприятливу навчальну атмосферу. Лідер, який володіє організаторськими та комунікативними навичками, здатний створити ефективні навчальні умови, де студенти відчують зручність та можливість для власного розвитку [224]. Лідерство викладача також важливе для створення позитивного впливу на моральні та етичні цінності студентів. Відповідні лідерські якості допомагають формувати в молоді високі стандарти поведінки, відповідальність, дотримання етичних принципів та загальних норм соціальної взаємодії.

Дослідження впливу лідерства викладача фізичної культури в університеті США на якість професійної діяльності є актуальним та важливим аспектом в сфері освіти та розвитку. Ці дослідження прямо відображають вплив лідерських якостей викладача на результативність його роботи та визначають, як вони сприяють досягненню високого стандарту навчання та виховання. Один із напрямків досліджень полягає у вивченні впливу лідерського стилю викладача на мотивацію та активність студентів у навчанні. Дослідження Дж. Лефевра (J. Lefebvre) з колегами показує, що викладачі, які виявляють демократичний та трансформаційний лідерський підхід, здатні мотивувати студентів до більш активної участі, творчого



мислення та самореалізації. Вони сприяють розвитку критичного мислення та підтримують ініціативу студентів у процесі навчання [234, с. 380].

Інше дослідження В. Фуракі (V. Fouraki) спрямоване на аналіз впливу лідерських якостей викладача на комунікаційну ефективність. Викладачі, які виявляють високий рівень комунікативної компетентності та емпатії, здатні створювати сприятливий інтерактивний клімат, де студенти відчують себе зрозумілими та підтриманими. Це сприяє якісній передачі знань, створює можливість для відкритого обговорення та обміну думками, що сприяє поглибленому розумінню матеріалу та розвитку критичного мислення [166].

Дослідження Ф. Меутія (F. Meutia) висвітлюють роль лідера в організації та плануванні навчального процесу. Викладачі, які виявляють організаторські та стратегічні навички, здатні створювати ефективні навчальні програми, адаптуватися до змін у навчанні та впроваджувати інноваційні методики. Це сприяє покращенню структурованості навчання, досягненню конкретних цілей та відповідності сучасним вимогам [276, с. 94].

Узагальнюючи, дослідження впливу лідерства викладача фізичної культури в університеті США на якість професійної діяльності демонструють, що лідерські якості викладача мають прямий вплив на мотивацію студентів, якість комунікації та ефективність навчання. Вони також визначають успішність організації навчального процесу та його відповідність сучасним вимогам. Лідерські якості викладача сприяють розвитку критичного мислення, творчої активності та етичної свідомості студентів, що впливає на їхню подальшу професійну кар'єру та особистісний розвиток.

#### **4.2. Аналіз змісту підготовки викладачів фізичної культури в університетах США**

Вивчення змісту підготовки викладачів фізичної культури в університетах США має вирішальне значення у контексті підвищення якості

освіти, розвитку компетентних фахівців та відповідності вимогам сучасного освітнього середовища. Це забезпечує ефективний процес навчання та сприяє високому стандарту підготовки майбутніх викладачів, які відіграють ключову роль у формуванні нового покоління фахівців у галузі фізичної культури та спорту. Зміст підготовки викладачів фізичної культури включає в себе комплексні знання, навички та компетенції, які необхідні для якісної передачі матеріалу студентам, ефективної організації навчального процесу та впровадження інноваційних методик. Вивчення цих показників допомагає визначити оптимальні підходи до навчання, розвитку критичного мислення, та підвищення професійної компетентності викладачів.

Підготовка викладачів фізичної культури в університетах США включає в себе не лише фахові знання в галузі фізичної активності, але й навички в області педагогіки, психології, організації та управління. Вивчення змісту підготовки дозволяє забезпечити гармонійний розвиток фахівців, здатних не лише до ефективного передачі знань, а й до створення сприятливої навчальної атмосфери, підтримки розвитку особистості студентів та сприяння їхньому власному професійному зростанню.

Узагальнюючи, вивчення змісту підготовки викладачів фізичної культури в університетах США є необхідною передумовою для забезпечення високого рівня якості навчання, підготовки компетентних та кваліфікованих фахівців у галузі фізичної активності. Це сприяє розвитку професійної компетентності викладачів, формуванню спеціалістів, які здатні впроваджувати інноваційні підходи у навчальний процес та відповідати викликам сучасності у сфері фізичної культури та спорту.

Підготовка викладачів фізичної культури в університетах США є складним та мультимодульним процесом, що передбачає ретельне вивчення та вдосконалення педагогічних, наукових та практичних навичок. Цей процес можна розділити на декілька основних етапів.

1. Отримання базової вищої освіти: Перший етап підготовки викладачів фізичної культури включає отримання бакалаврської освіти в галузі фізичної

культури, спорту або суміжних дисциплін. Студенти отримують фундаментальні знання у фізіології, біомеханіці, педагогіці, психології, методиках навчання та інших важливих аспектах.

2. Магістерська програма: Після завершення бакалаврату багато студентів обирають магістерську програму з фізичної культури або спорту. Під час магістратури вони глибше вивчають наукові аспекти фізичної культури, проводять дослідження та здобувають педагогічний досвід через практику та викладання.

3. Отримання докторської освіти: Більшість викладачів фізичної культури в університетах США мають докторську освіту. Отримання докторського ступеня передбачає глибоке наукове дослідження, написання дисертації та захист перед експертною комісією. Цей етап дозволяє викладачам розвивати наукові навички та стати експертами у своїй галузі.

4. Педагогічна підготовка: Окрім наукової підготовки, викладачі фізичної культури також отримують педагогічну підготовку. Це включає у себе курси з методики навчання, психології освіти та ефективних стратегій викладання.

5. Практичний досвід: Важливою частиною підготовки викладачів фізичної культури є отримання практичного досвіду. Вони можуть працювати асистентами викладачів, вести заняття в спортивних гуртках, а також брати участь у наукових дослідженнях та конференціях.

6. Сертифікація та ліцензування: Деякі штати вимагають, щоб викладачі фізичної культури мали спеціальну сертифікацію або ліцензію для викладання у школах або коледжах. Це може включати в себе успішне складання іспитів та виконання інших вимог, встановлених регулюючими органами [340].

Підготовка викладачів фізичної культури в університетах США передбачає комплексний підхід, що включає в себе отримання освіти на різних рівнях (бакалавр, магістр, доктор), наукову роботу, педагогічну підготовку та практичний досвід. Цей процес спрямований на підготовку

висококваліфікованих фахівців, здатних як науково досліджувати фізичну культуру, так і ефективно викладати її на різних рівнях освіти. Організація бакалаврських (undergraduate) програм для підготовки викладачів фізичної культури в університетах США є важливим етапом у формуванні майбутніх спеціалістів у цій галузі. Програми цього рівня вищої освіти спрямовані на засвоєння студентами основних та фундаментальних знань у фізичній культурі, а також педагогічних навичок.

Один з прикладів undergraduate програми можна знайти в Університеті штату Техас в Арлінгтоні. У цьому університеті пропонується програма «Кінезіологія: Фізичне виховання для викладачів». Протягом чотирьох років навчання, студенти вивчають фізіологію, біомеханіку, педагогіку, спортивну психологію та інші предмети, які допомагають зрозуміти основи фізичної культури (Додаток П). Також студенти мають можливість вибирати курси зі спеціалізацій, які відповідають їхнім інтересам, такі як тренування спорту, фітнес-менеджмент та інші [205].

Університет штату Каліфорнія в Лонг-Біч також пропонує undergraduate програму для майбутніх викладачів фізичної культури. Студенти, які обирають цю програму, вивчають наукові та практичні аспекти фізичної культури, зокрема психологію фізичної активності, організацію спортивних заходів та тренувань (Додаток Р). Особливу увагу приділяють методиках викладання та розвитку лідерських навичок, які важливі для викладачів [388].

Університет штату Флорида також відомий своєю програмою бакалаврської підготовки в області фізичної культури та викладання. Програма включає в себе вивчення основ фізіології, анатомії, методик викладання, психології фізичної активності та інших важливих аспектів (Додаток С). Студенти також мають можливість отримати практичний досвід, працюючи в спортивних програмах та школах [359].

Загалом, undergraduate програми для викладачів фізичної культури в університетах США спрямовані на підготовку студентів до важливої ролі у

вихованні молодого покоління через фізичну активність та спорт. Ці програми надають студентам необхідні знання, навички та практичний досвід, щоб вони могли ефективно викладати та популяризувати фізичну культуру серед студентів і широкої громадськості.

Основні риси *undergraduate* програм для підготовки викладачів фізичної культури в університетах США відзначаються своєю спеціалізацією в галузі фізичної культури та акцентом на розвиток педагогічних, наукових та практичних навичок.

1. Фундаментальні знання. У визначальних рисах програм виділяються глибокі та широкі фундаментальні знання у фізіології, біомеханіці, анатомії, психології та інших наукових галузях, що стосуються фізичної культури. Студенти отримують ретельний теоретичний фундамент, який є необхідним для розуміння фізичного розвитку та функціонування людського організму.

2. Педагогічна підготовка. Програми включають в себе вивчення методик викладання та педагогічних стратегій, спрямованих на ведення уроків фізичної культури та спорту. Студенти навчаються розробляти уроки, організовувати спортивні заходи та ефективно взаємодіяти зі студентами різного віку та рівня підготовки.

3. Практичний досвід. Однією з ключових особливостей програм є надання студентам можливості здобувати практичний досвід у ролі асистентів викладачів, тренерів команд, організаторів спортивних заходів та інших аспектах реальної роботи в галузі фізичної культури. Цей досвід допомагає студентам практично використовувати отримані знання та навички.

4. Спеціалізація. Багато програм дозволяють студентам обирати конкретні спеціалізації або напрями підготовки, такі як фізіотерапія, адаптивна фізична культура для осіб з обмеженими можливостями, тренування вищого рівня та інші. Це дозволяє студентам глибше спеціалізуватися у своїй обраній галузі.

5. Практика та стажування. Програми часто включають у себе обов'язкові практичні стажування або педагогічні практики, під час яких студенти мають можливість застосовувати свої знання та навички у реальних умовах. Це сприяє підготовці до роботи в сфері фізичної культури.

Загалом, undergraduate програми для викладачів фізичної культури в університетах США покликані надати студентам глибокі знання, педагогічні навички та практичний досвід, щоб вони могли ефективно викладати та сприяти фізичному розвитку студентів та спортивної активності в суспільстві.

Організація postgraduate (магістерських) програм для підготовки викладачів фізичної культури в університетах США є важливим етапом у розвитку кваліфікованих спеціалістів у цій галузі. Ці програми спрямовані на подальше поглиблення знань та набуття вищого рівня компетентності у фізичній культурі, науковому дослідженні та викладанні.

Прикладом postgraduate програми є програма «Магістр у фізичній культурі (менеджмент та освіта)» в Університеті штату Техас в Остіні (University of Texas at Austin). Ця програма розроблена для студентів, які мають магістерську освіту та бажають здобути докторський ступінь у галузі фізичної культури. Програма включає в себе обов'язкові та вибіркові курси з наукових дисциплін, таких як спортивна фізіологія, наукові методи в фізичній культурі, та інші. Студенти також здійснюють дослідження в обраній спеціалізації та пишуть дисертацію. Програма дозволяє студентам розвивати власні дослідницькі інтереси та стати експертами у конкретній галузі фізичної культури [391].

Ще однією прикладною postgraduate програмою є програма «Магістр фізичної культури (M.S.) з концентрацією викладача фізичної культури» в Університеті штату Нью-Йорк в Брокпорту (State University of New York at Brockport). Ця програма призначена для випускників бакалаврату, які бажають поглибити свої знання та навички у фізичній культурі та стати викладачами (Додаток У). Студенти вивчають сучасні методики викладання,

педагогічну підготовку та здійснюють практичний досвід викладання. Програма також включає науковий компонент, де студенти можуть займатися дослідженнями у вибраній області фізичної культури [365].

Однією з основних особливостей postgraduate програм для викладачів фізичної культури в університетах США є більший фокус на дослідницькій діяльності та можливостях спеціалізації у конкретній галузі. Програми спрямовані на підготовку висококваліфікованих фахівців, які можуть активно внести свій внесок у розвиток фізичної культури через наукові дослідження та викладання на вищому рівні.

Ph.D. (докторські) програми для викладачів фізичної культури в університетах США і магістерські програми відрізняються за своєю спрямованістю, тривалістю, складністю та науковою глибиною. Основні риси Ph.D. програм для викладачів фізичної культури в порівнянні з магістерськими програмами можна охарактеризувати так:

1. Наукова глибина. Ph.D. програми мають вищий рівень академічної складності та вимагають глибокого наукового дослідження у вибраній області фізичної культури. Студенти проводять оригінальні дослідження, які можуть призвести до нових наукових відкриттів та публікацій у наукових журналах.

2. Тривалість. Ph.D. програми тривають значно довше за магістерські, зазвичай від 3 до 6 років. Це дозволяє студентам більше часу для вивчення питань у глибину, здійснення наукових досліджень та написання дисертації.

3. Дисертація. Однією з основних відмінностей є обов'язкова написання докторської дисертації в Ph.D. програмах. Дисертація є вагомим науковим документом, який містить оригінальні дослідження та внесок у вибрану галузь.

4. Наукова спеціалізація. У Ph.D. програмах студенти часто спеціалізуються в конкретних наукових галузях, що дозволяє їм стати експертами у вибраній області фізичної культури. Ця спеціалізація може

включати аспекти, такі як спортивна фізіологія, психологія спорту, спортивна менеджмент тощо.

5. Науковий досвід. В Ph.D. програмах студенти активно займаються науковими дослідженнями та публікаціями в наукових журналах. Вони також можуть брати участь у наукових конференціях та співпрацювати з визнаними науковцями у галузі фізичної культури.

6. Викладання та наукова кар'єра. Ph.D. програми готують студентів до кар'єри в вищій освіті, дослідницькій роботі та викладанню на університетському рівні. Студенти можуть отримати великий досвід у викладанні, який стане цінним активом при подальшій кар'єрі.

Ph.D. програми спрямовані на створення науковців і експертів у галузі фізичної культури, які мають здатність до проведення важливих наукових досліджень та формування майбутніх поколінь фахівців у цій галузі. Ці програми відзначаються великим акцентом на науковому дослідженні та науковому внеску в галузь фізичної культури.

Організація Ph.D. (докторських) програм для підготовки викладачів фізичної культури в університетах США є важливим кроком у розвитку висококваліфікованих професіоналів у цій галузі. Ці програми спрямовані на поглиблення наукових досліджень та педагогічної експертизи, необхідних для викладання на університетському рівні та внесення вагомого внеску у розвиток фізичної культури.

Прикладом Ph.D. програми є програма «Доктор філософії (Ph.D.) з управління здоров'ям» в Університеті штату Каліфорнія в Лос-Анджелесі (University of California, Los Angeles – UCLA). Ця програма призначена для студентів з магістерською освітою у фізичній культурі та суміжних галузях. Студенти мають можливість спеціалізуватися у різних аспектах фізичної культури, таких як спортивна фізіологія, спортивна психологія, наукові методи в фізичній культурі та інші (Додаток Ф). Основною частиною програми є проведення наукових досліджень та написання дисертації, яка вносить нові знання у галузь фізичної культури [389].



Університет штату Техас в Арлінгтоні (University of Texas at Arlington) також пропонує Ph.D. програму у фізичній культурі. Ця програма надає студентам глибокі знання у наукових дисциплінах, які стосуються фізичної культури, таких як спортивна фізіологія, біомеханіка та інші (Додаток X). Студенти також мають можливість здійснювати дослідження та співпрацювати з факультетом у проведенні наукових проектів [205].

Ph.D. програми в університетах США характеризуються великою акцентуацією на наукових дослідженнях та розвитку наукового мислення. Студентам надається можливість здійснювати самостійні дослідження, публікувати свої наукові роботи та брати участь у конференціях для обміну ідеями та дослідженнями з колегами. Метою цих програм є підготовка висококваліфікованих фахівців, здатних до ведення досліджень, викладання на університетському рівні та внесення значущого внеску у сферу фізичної культури.

Організація курсів з педагогічної освіти для викладачів фізичної культури в університетах США відіграє важливу роль у підготовці кваліфікованих фахівців, здатних ефективно викладати та керувати навчальними процесами в цій галузі. Програми педагогічної освіти розроблені з метою підготовки викладачів, які не лише мають глибокі знання у фізичній культурі, але й володіють педагогічними методами та стратегіями для ефективного навчання студентів.

Прикладом програми педагогічної освіти для викладачів фізичної культури є програма «Магістр з педагогіки у вищій освіті з акцентом на фізичну культуру» (Master of Education in Higher Education with an Emphasis in Physical Education) в Університеті штату Арізона (Arizona State University). Ця програма спрямована на підготовку фахівців для вищої освіти, які мають спеціалізуватися у фізичній культурі. Студенти вивчають педагогічні методи та технології, організацію навчальних процесів та ефективні методи оцінювання. Крім того, програма надає можливість отримати практичний досвід викладання на університетському рівні [320].

Іншим прикладом є програма «Магістр з педагогіки у фізичній культурі та спорті» (Master of Education in Physical Education and Sport Pedagogy) в Університеті штату Вірджинія (University of Virginia). Ця програма спрямована на підготовку викладачів фізичної культури для роботи в різних навчальних середовищах. Студенти отримують поглиблені знання у фізичній культурі та спорті, а також вивчають передові методики викладання та оцінювання. Програма також включає можливість вибору спеціалізації, такої як адаптивна фізична культура для осіб з обмеженими можливостями [266].

Основні риси програм педагогічної освіти для викладачів фізичної культури включають в себе акцент на розвиток педагогічних навичок, навчання стратегіям організації навчального процесу, вивчення психології студентів та підготовку до викладання на різних рівнях навчання. Ці програми мають на меті формувати викладачів, здатних створювати стимулююче навчальне середовище та сприяти фізичному розвитку та здоров'ю студентів.

Отримання першого практичного досвіду викладачами фізичної культури в університетах США включає в себе кілька ключових особливостей і можливих шляхів. Цей процес спрямований на розвиток педагогічних навичок, набуття досвіду в організації навчального процесу та взаємодії зі студентами. Нижче наведено основні аспекти цього процесу та приклади конкретних університетів, де ці особливості втілюються на практиці.

1. Асистентури та стажування. Багато університетів у США пропонують аспірантам і докторантам можливість стати асистентами викладачів фізичної культури. Наприклад, Університет штату Флорида (University of Florida) запускає програму асистентури, де студенти отримують можливість допомагати викладачам у проведенні практичних занять та лабораторних робіт, а також у веденні тренувань спортивних команд. Це дає студентам можливість спостерігати за досвідченими викладачами та набувати педагогічний досвід.

2. Власні курси та лекції. Деякі університети дозволяють аспірантам та початківцям викладачам вести власні курси або проводити лекції на практичних заняттях. Наприклад, Університет штату Пенсільванія (Pennsylvania State University) має програму, де студенти-асистенти можуть розробляти та викладати свої курси в рамках факультету фізичної культури. Цей досвід допомагає студентам стати самостійними викладачами та розвивати власний педагогічний стиль.

3. Співпраця зі спортивними командами. Багато університетів в США мають спортивні програми, де викладачі фізичної культури можуть брати участь у тренуваннях та керувати спортивними командами. Наприклад, Університет штату Техас в Остіні (University of Texas at Austin) має програму, яка надає студентам можливість працювати в якості тренерів та інструкторів з фізичної активності для спортивних команд університету.

4. Менторська підтримка. Важливим аспектом отримання практичного досвіду є наявність ментора або наставника, який надає підтримку та керівництво в цьому процесі. Ментор може допомогти аспіранту або початківцю викладачу розробити педагогічні навички та розкрити їх потенціал у викладанні та навчанні.

Загалом, отримання першого практичного досвіду викладачем фізичної культури в університетах США вимагає активної участі у навчальних та спортивних програмах, співпраці з досвідченими викладачами та тренерами, а також підтримки та наставництва в процесі підготовки.

Початківці викладачі фізичної культури в університетах США здобувають перший практичний досвід через різні шляхи та програми підготовки. Ці шляхи можуть включати у себе асистентури, стажування, викладання курсів або тренерську роботу зі спортивними командами. Важливим аспектом є впровадження практичного досвіду в навчальний процес, що сприяє підготовці майбутніх викладачів фізичної культури.

Прикладом програми, яка надає можливість початківцям викладачам отримати практичний досвід, є програма асистентури в Університеті штату

Каліфорнія в Берклі (University of California, Berkeley). Учасники цієї програми працюють як асистенти викладачів фізичної культури під час проведення фізичних занять та лекцій. Вони отримують можливість спостерігати за досвідченими викладачами, долучатися до планування та виконання уроків, а також займатися оцінюванням студентських досягнень. Цей досвід допомагає аспірантам та початківцям викладачам отримати практичні навички викладання та взаємодії зі студентами [386].

Іншим прикладом є програма стажування в Університеті штату Огайо (Ohio State University). Ця програма спрямована на студентів, які бажають стати викладачами фізичної культури на вищому рівні. Під час стажування учасники отримують можливість працювати під керівництвом досвідчених викладачів та брати активну участь у навчальних процесах. Вони також мають можливість планувати та вести власні уроки під наглядом наставників [354].

Ці приклади ілюструють, як початківці викладачі фізичної культури отримують перший практичний досвід у вищій освіті в США. Через такі програми вони мають можливість вчитися від досвідчених професіоналів, розвивати власні навички викладання та підготовки студентів, а також будувати основу для своєї майбутньої кар'єри в галузі фізичної культури та спорту.

Сертифікація викладачів фізичної культури в університетах США є важливою процедурою, яка забезпечує високий стандарт якості вищої освіти та навчання в цій галузі. Основні особливості сертифікації викладачів фізичної культури включають в себе наявність державних та професійних стандартів, вимог до освіти та досвіду, а також процедури оцінки та ліцензування.

Один з прикладів процесу сертифікації викладачів фізичної культури можна спостерігати в штаті Каліфорнія. Для отримання ліцензії на викладання фізичної культури в середній або вищій школі штату Каліфорнія вимагає, щоб кандидат мав бакалаврський ступінь з фізичної культури або

спорту. Крім того, викладачі повинні пройти державні іспити, які перевіряють їхні знання та навички в цій галузі [204].

Університет штату Техас в Санк Маркос (Texas State University in San Marcos) надає приклад програми, яка підготовлює студентів до отримання ліцензії вчителя фізичної культури в штаті Техас. Програма включає в себе курси, спрямовані на розвиток педагогічних та методичних навичок викладання фізичної культури. Після завершення програми студенти мають можливість підготувати пакет документів та підтвердити свою кваліфікацію для отримання ліцензії на викладання в середній або вищій школі в Техасі [195].

Професійні організації, такі як Американська асоціація вчителів фізичної культури (American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance – ААНPERD) також виконують важливу роль у сертифікації викладачів. Вони надають можливість професійного розвитку, створюють стандарти для викладачів фізичної культури та надають професійні сертифікати, які допомагають вчителям вдосконалювати свої навички та підтримувати високий стандарт викладання [76].

Загалом, сертифікація викладачів фізичної культури в університетах США базується на сполученні державних вимог, професійних стандартів та освітніх програм, що гарантує високу якість навчання та підготовку викладачів у цій галузі.

Підготовка викладачів фізичної культури в університетах Сполучених Штатів Америки та України виявляє важливі відмінності, що відображаються у структурі освітнього процесу, методиках навчання, доступності ресурсів і, в кінцевому рахунку, у якості підготовки фахівців.

Один із ключових аспектів різниці полягає в термінах та структурі навчальних програм. У США, підготовка викладачів фізичної культури часто розділена на кілька рівнів, включаючи бакалаврат, магістратуру і докторську програму (Ph.D.). Кожен рівень передбачає поглиблене вивчення педагогічних методик, спортивних технік, інших наукових і практичних

аспектів. Існує також широка можливість спеціалізації у різних галузях фізичної культури, таких як фізіотерапія, спортивна медицина, тренування спортивних команд і багато інших.

У порівнянні з цим, в Україні система підготовки викладачів фізичної культури має більше загальний характер, і в основному орієнтована на бакалаврат та магістратуру. Основні компоненти навчальних програм зазвичай включають в себе теоретичну базу фізичної культури, практичні навички тренування та оцінювання, а також педагогічну підготовку для викладання у загальноосвітніх школах або закладах вищої освіти.

Другий аспект стосується ресурсів та доступності. Університети в США мають значно більше фінансових ресурсів і зазвичай можуть забезпечити студентам більше можливостей для практичного досвіду, досліджень та стажування. Велика кількість університетів має власні спортивні центри, лабораторії та спортивні команди, що надає додаткові можливості для практичної підготовки.

Також важливою різницею є підходи до навчання та акценти у програмах. У США педагогічні методики та активні методи навчання зазвичай отримують більше уваги. Викладачі активно стимулюють студентів до самостійного мислення, використання технологій та практичних вправ. Україна також розвиває ці підходи, але рівень їх інтеграції та реалізації в навчальних програмах може варіюватися.

Узагальнюючи, підготовка викладачів фізичної культури в США та Україні відрізняється за структурою, доступністю ресурсів та підходами до навчання. Обидва підходи мають свої переваги та слабкі сторони і відповідають специфіці кожної країни та системи вищої освіти.

### **4.3. Забезпечення якості професійної підготовки викладачів фізичної культури в університетах США**

Вивчення змісту підготовки викладачів фізичної культури в університетах США має вирішальне значення у контексті підвищення якості освіти, розвитку компетентних фахівців та відповідності вимогам сучасного освітнього середовища. Це забезпечує ефективний процес навчання та сприяє високому стандарту підготовки майбутніх викладачів, які відіграють ключову роль у формуванні нового покоління фахівців у галузі фізичної культури та спорту. Зміст підготовки викладачів фізичної культури включає в себе комплексні знання, навички та компетенції, які необхідні для якісної передачі матеріалу студентам, ефективного організування навчального процесу та впровадження інноваційних методик. Вивчення цього змісту допомагає встановити оптимальні підходи до навчання, розвитку критичного мислення, та підвищення професійної компетентності викладачів. Підготовка викладачів фізичної культури в університетах США включає в себе не лише фахові знання в галузі фізичної активності, але й навички в області педагогіки, психології, організації та управління. Вивчення змісту підготовки дозволяє забезпечити гармонійний розвиток фахівців, здатних не лише до ефективної передачі знань, а й до створення сприятливої навчальної атмосфери, підтримки розвитку особистості студентів та сприяння їхньому власному професійному зростанню. Вивчення змісту підготовки викладачів фізичної культури в університетах США є необхідною передумовою для забезпечення високого рівня якості навчання, підготовки компетентних та кваліфікованих фахівців у галузі фізичної активності. Це сприяє розвитку професійної компетентності викладачів, формуванню спеціалістів, які здатні впроваджувати інноваційні підходи у навчальний процес та відповідати викликам сучасності у сфері фізичної культури та спорту.

Згідно У. Хогер (W. Hoeger) та С. Хогер (S. Hoeger) процес підготовки студентів до професійної діяльності викладачів фізичної культури в

університетах США ґрунтується на визнанні кількох основних принципів, що сприяють формуванню висококваліфікованих педагогів та фахівців у сфері фізичної культури та спорту. По-перше, принцип глибокої теоретичної підготовки є важливою складовою підготовки студентів. Ретельне вивчення основних наукових дисциплін, які становлять фундаментальну базу для розуміння фізіологічних, психологічних та методичних аспектів фізичної активності, сприяє формуванню глибокого розуміння сутності фізичного розвитку та навчання. По-друге, принцип практичної підготовки відіграє важливу роль у формуванні педагогічної компетентності майбутніх викладачів. Студенти здійснюють практичні застосування теоретичних знань на практиці, організовуючи та проводячи спортивні тренування, ведучи групові та індивідуальні заняття зі студентами. Третім важливим принципом є індивідуальний підхід до студентів. Кожен студент має свої унікальні особистісні та фізичні характеристики, і підготовка викладачів фізичної культури спрямована на розвиток вмінь і навичок адаптувати навчальний процес до індивідуальних потреб та можливостей кожного студента. Принцип науковості та інноваційності є четвертим складовим елементом. Сучасна сфера фізичної культури та спорту постійно розвивається, тому студенти повинні бути ознайомлені з останніми науковими дослідженнями та тенденціями в галузі, а також вміти застосовувати інноваційні методики у власній педагогічній практиці.

Засадничий принцип особистісно-орієнтованого навчання сприяє розвитку самостійності та творчої активності студентів – є п'ятим. Вони залучаються до різноманітних педагогічних ситуацій, де мають можливість розвивати вміння аналізувати, планувати та впроваджувати власні ідеї у практику [201].

Отже, вивчення та впровадження цих принципів підготовки студентів до професійної діяльності викладачів фізичної культури в університетах США сприяє формуванню кваліфікованих фахівців, здатних впроваджувати



передові педагогічні підходи та сприяти розвитку фізичної активності та здоров'я у суспільстві.

На важливість теоретичної підготовки в процесі підготовки студентів до професійної діяльності викладачів фізичної культури в університетах США вказують дослідники Л. Нелсон (L. Nelson), Р. Грум (R. Groom), П. Потрак (P. Potrac). Вони вбачають цю важливість з розпізнання цінності глибокого та всебічного розуміння фізіологічних, психологічних, методологічних та наукових аспектів фізичної активності. Теоретична база є основою для розробки та впровадження високоефективних методик навчання та тренування, а також для критичного аналізу наукових досліджень і інновацій у галузі фізичної культури. Глибоке розуміння фізіологічних процесів, що відбуваються під час фізичної активності, дозволяє студентам адаптувати навчальні підходи та вправи до конкретних потреб та можливостей студентів, різноманітності їхніх фізичних можливостей та обмежень. Такий аналіз сприяє розробці індивідуальних підходів до тренувань, забезпечуючи максимальну ефективність навчального процесу та досягнення оптимальних результатів [290, с. 86-91].

Психологічний аспект теоретичної підготовки допомагає майбутнім викладачам розуміти особливості мотивації, психологічних станів, стресу та інших психоемоційних факторів, що впливають на процес навчання та тренувань. Це дає змогу створювати психологічно комфортну атмосферу, сприятливу для навчання та розвитку студентів. Знання теоретичних засад методів та методик навчання фізичної культури розширює педагогічну компетентність студентів. Вони вчаться розробляти навчальні плани, вибирати вправи та завдання відповідно до цілей та вікових особливостей студентів, застосовувати інтерактивні методи, що сприяють активній участі студентів у навчальному процесі. Не менш важливим аспектом є ознайомлення з результатами наукових досліджень у галузі фізичної культури та спорту. Це допомагає студентам розуміти сучасні тенденції,

інноваційні підходи та перспективи розвитку фізичної активності у суспільстві [290, с. 115-142].

Отже, теоретична підготовка студентів до професійної діяльності викладачів фізичної культури в університетах США має велике значення, оскільки вона забезпечує глибоке розуміння фундаментальних аспектів фізичної активності, сприяє розвитку педагогічної та методичної компетентності, а також допомагає впроваджувати наукові досягнення та інновації в практичну діяльність викладача.

Дослідження ефективності теоретичної підготовки при підготовці студентів до професійної діяльності викладачів фізичної культури в університетах США є важливим аспектом в удосконаленні якості навчального процесу та підготовки якісних фахівців. Ці дослідження спрямовані на аналіз результатів навчання студентів, з'ясування їхніх знань, умінь та навичок, які були набуті внаслідок освоєння теоретичного матеріалу.

Один із підходів до дослідження ефективності теоретичної підготовки полягає у вивченні академічних досягнень студентів. Це включає аналіз оцінок, результатів іспитів та залікових сесій з дисциплін, що відносяться до теоретичного блоку. Порівняння результатів різних груп студентів виконане А. Вільямсом (A. Williams) та Н. Ходжесом (N. Hodges) дозволили виявити ефективні та менш ефективні методи навчання та допомогти вдосконалити навчальний процес. Дослідження включали анкетування студентів з метою визначення їхнього ставлення до теоретичної підготовки, оцінки сприйняття матеріалу, ступінь задоволення процесом навчання. Це дозволило збільшити рівень задоволення студентів від навчального процесу та вчасно внести корективи для поліпшення ефективності навчання. Додатково, дослідження включало аналіз здатності студентів застосовувати теоретичні знання у практичній діяльності. Це оцінювалося через практичні вправи, проектні завдання, педагогічні ситуації. Здатність студентів застосовувати теоретичні

концепції на практиці виявилися важливим показником ефективності їхньої підготовки [405].

Зведення результатів досліджень дозволяє виявити тенденції в ефективності теоретичної підготовки, дозволити виділити сильні та слабкі сторони навчального процесу, а також впровадити корективи для оптимізації навчання та підвищення якості підготовки викладачів фізичної культури. Отже, дослідження ефективності теоретичної підготовки в підготовці студентів до професійної діяльності викладачів фізичної культури в університетах США відіграють важливу роль у постійному вдосконаленні навчального процесу та забезпеченні якісної підготовки майбутніх фахівців.

Важливість практичної підготовки при підготовці студентів до професійної діяльності викладачів фізичної культури в університетах США впливає із розпізнання цінності безпосереднього взаємодії з педагогічними ситуаціями, організації та проведення практичних занять, спортивних тренувань та оцінки результатів студентів. Цей аспект підготовки має за мету розвинути практичні навички, досвід та здатність адаптувати педагогічний процес до різноманітних умов та потреб учнів. Практична підготовка дозволяє студентам набути практичний досвід в організації та проведенні занять різного типу, від індивідуальних до групових, враховуючи різні вікові та фізичні особливості учнів. Вона допомагає розвинути вміння планувати заняття, підбирати вправи та методики, визначати навчальні цілі та вивчати їхню досяжність. Крім того, практична підготовка дозволяє студентам засвоїти навички ефективного використання педагогічного обладнання та спортивного інвентарю, вивчити особливості безпеки та уникнення травм під час тренувань. Це важливий аспект, оскільки викладачі фізичної культури мають забезпечити найвищий рівень безпеки під час навчальних та тренувальних занять [290]. Практична підготовка також дозволяє студентам розвивати навички педагогічної взаємодії та комунікації зі студентами. Вони навчаються створювати атмосферу довіри та співпраці, вислуховувати потреби та побажання студентів, вчасно реагувати на їхні запитання та

потреби. Окрім цього, практична підготовка допомагає студентам засвоїти методики оцінки результатів навчання та тренувань, що є важливим для адекватної оцінки прогресу та досягнень студентів. Це сприяє розробці індивідуальних підходів до навчання та підвищенню ефективності навчального процесу.

Вивчення ефективності практичної підготовки майбутніх викладачів фізичної культури в університетах Сполучених Штатів Америки є актуальною та значущою темою для наукового дослідження. Дослідники проводять численні дослідження з метою оцінки, аналізу та вдосконалення методів та підходів до навчання та підготовки викладачів фізичної культури. Ось декілька прикладів таких досліджень:

Дослідження ефективності практичної підготовки викладачів фізичної культури в системі вищої освіти, проведене М. Мауером (M. Mawer) було спрямоване на аналіз і оцінку ефективності практичної підготовки студентів, які готуються стати викладачами фізичної культури. Дослідження включало в себе спостереження за студентами під час практичних занять, аналіз їхніх методичних навичок та взаємодії зі студентами. Результати дослідження служили основою для вдосконалення підходів до практичної підготовки [267].

Дослідження Ф. Чемберса (F. Chambers) з колегами «Роль менторства у підготовці викладачів фізичної культури» було присвячене впливу менторської підтримки на якість підготовки викладачів фізичної культури. Дослідники вивчали, як активна роль наставників може сприяти покращенню педагогічних навичок та підвищенню ефективності навчання [119].

Дослідження «Вплив інноваційних методів навчання на підготовку викладачів фізичної культури» С. Булгера (S. Bulger) було присвячене використанню інноваційних методів навчання, таких як відеотехнології та інтерактивні тренажери. Дослідження продемонструвало, що такі технології можуть покращити підготовку майбутніх викладачів фізичної культури.

Результати дослідження свідчать про позитивний вплив таких методів на педагогічну підготовку [106].

Ці приклади вказують на активність дослідників у галузі вивчення ефективності практичної підготовки майбутніх викладачів фізичної культури в університетах США. Ці дослідження сприяють розумінню найкращих практик та розвитку інноваційних методів навчання, що покращують підготовку фахівців у цій галузі.

Урахування унікальних особливостей студентів є ключовим аспектом при підготовці до професійної діяльності викладачів фізичної культури в університетах США, оскільки кожен студент має свої індивідуальні риси, потреби та можливості, які необхідно враховувати для досягнення оптимальних результатів у навчанні та сприянні їхньому фізичному розвитку. Цей підхід випливає з педагогічної філософії індивідуалізації та диференціації навчання, яка покликана забезпечити адекватне задоволення потреб кожного студента, враховуючи його унікальні характеристики. Розуміння особистісних, фізіологічних, психологічних та соціальних особливостей студентів є важливою передумовою для створення сприятливого навчального середовища, де кожен студент може розкрити свій потенціал та досягти максимальних результатів. Знання особливостей здоров'я, рівня фізичної підготовки, інтересів, мотивації та психологічних характеристик допомагає викладачам побудувати індивідуальні підходи до навчання та тренувань, забезпечуючи максимальний комфорт та результативність навчального процесу. Однак важливість урахування унікальних особливостей студентів не обмежується тільки адаптацією навчального процесу. Вона також впливає на формування студентів як особистостей та майбутніх фахівців. Відповідне ставлення до індивідуальних особливостей сприяє розвитку відповідальності, самостійності та творчості студентів. Це допомагає їм стати висококваліфікованими викладачами, здатними адаптувати свої знання та навички до будь-яких педагогічних ситуацій та груп студентів. Урахування унікальних особливостей студентів

також підвищує їхню мотивацію до навчання та розвитку. Коли студент відчуває, що його потреби та індивідуальність розглядаються, він більш активно взаємодіє з навчальним процесом, виявляє більший інтерес та залученість до предмета, що сприяє підвищенню якості навчання [290].

Вивчення ефективності урахування унікальних особливостей майбутніх викладачів фізичної культури в університетах Сполучених Штатів Америки важливе для забезпечення високої якості підготовки цих фахівців. Дослідження на цю тему спрямовані на аналіз та підвищення ефективності навчальних програм, які враховують індивідуальні особливості та потреби студентів. Ось декілька прикладів таких досліджень:

Дж. Шерзод (J. Sherzod) вивчав вплив рівня фізичної підготовки студентів на якість навчального процесу. Дослідження дозволило довести ефективність включення індивідуальних тренувальних програм у навчальний процес студентів, які готуються стати викладачами фізичної культури. Дослідник аналізував, як різні рівні фізичної підготовки впливають на успішність студентів у здобутті педагогічних навичок та спортивних вмінь та визначили, що врахуванні індивідуальних особливостей підвищує засвоєння нових знань та навичок [341].

К. Мазер (K. Mazzer) та Д. Ріквуд (D. Rickwood) досліджували роль ментального здоров'я у підготовці викладачів фізичної культури. Дослідження вивчало, як ментальне здоров'я та психологічна готовність впливають на успішність майбутніх викладачів фізичної культури. Дослідники аналізували стресові ситуації, з якими студенти можуть зіткнутися в навчальному процесі та під час викладання [268].

Дж. Лайл (J. Lyle) досліджував вплив культурних та соціальних аспектів на навчання викладачів фізичної культури. Дослідження продемонструвало, як культурні та соціальні фактори можуть впливати на ефективність навчання студентів фізичної культури. Було показано, що існують перешкоди для професійного розвитку у представників культурних

меншинств, що потребує особливої уваги та врахування при розробці програм [260].

Ці дослідження вказують на важливість врахування індивідуальних особливостей майбутніх викладачів фізичної культури в навчальних програмах та підходах до підготовки. Результати таких досліджень можуть сприяти покращенню якості педагогічної підготовки та підвищенню ефективності навчання в цій важливій галузі.

Науковість є невід'ємною та фундаментальною складовою підготовки до професійної діяльності викладачів фізичної культури в університетах США, оскільки вона сприяє підвищенню рівня компетентності та професійної майстерності майбутніх фахівців. Використання наукових методів, підходів та принципів у процесі підготовки дозволяє створити основу для вдосконалення навчального процесу, а також забезпечити студентів актуальними знаннями та передовими практиками у сфері фізичної культури та спорту. Вивчення наукових теорій та досліджень у галузі фізичної культури сприяє розумінню основних принципів функціонування людського організму, процесів фізичного розвитку та здоров'я. Це допомагає викладачам краще зрозуміти фізіологічні механізми, що лежать в основі рухової активності, та враховувати їх при плануванні та проведенні практичних занять та спортивних тренувань. Навчання засноване на наукових принципах дозволяє студентам освоїти систематичний та критичний підхід до аналізу та інтерпретації інформації. Це формує їхню здатність самостійно шукати та оцінювати нові наукові дослідження та впроваджувати їх результати у свою практичну діяльність. Крім того, науковість в підготовці викладачів фізичної культури сприяє розвитку дослідницьких навичок та здатності до інновацій. Здатність до проведення наукових досліджень дозволяє викладачам вносити свій внесок у розвиток галузі фізичної культури, відкривати нові підходи та методики, а також розробляти програми та підходи, що відповідають сучасним науковим стандартам [290].

Необхідно також відзначити, що науковість сприяє підвищенню авторитету викладачів університетів та їхніх наукових досягнень. Використання наукових підходів та публікації результатів досліджень сприяє підвищенню професійного статусу та визнання в галузі фізичної культури та спорту. Вона є необхідною передумовою в підготовці до професійної діяльності викладачів фізичної культури в університетах США, яка забезпечує їхню високу компетентність, глибоке розуміння процесів фізичного розвитку та здоров'я, а також здатність до наукового аналізу та інноваційної діяльності.

Вивчення ефективності наукового підходу при підготовці майбутніх викладачів фізичної культури в університетах Сполучених Штатів Америки є ключовим аспектом розвитку освіти у цій галузі. Важливими є дослідження, що аналізують вплив наукового підходу на педагогічну підготовку студентів та як це сприяє підвищенню якості навчання. Нижче подано приклади таких досліджень:

Д. Роуботтом (D. Rowbottom) було проведене дослідження використання наукових даних у педагогічному процесі. Воно було спрямоване на аналіз впливу використання наукових досліджень у процесі навчання студентів, які готуються до викладання фізичної культури. Дослідження включало в себе аналіз використання актуальних наукових статей та досліджень у педагогічних курсах. Результати показали, що інтеграція наукових досліджень покращує розуміння та навички студентів [329].

Команда вчених під керівництвом К. Коха (K. Koh) вивчала ефективність дослідницьких проектів у підготовці викладачів фізичної культури. Дослідження показало, що участь студентів у наукових дослідженнях у сфері фізичної культури позитивно впливає на їхню педагогічну підготовку. Встановлено, що студенти, які брали активну участь у дослідницьких проектах, мають більш глибоке розуміння предмету та покращені навички викладання [226].



Робота Б. Біргілі (B. Virgili) присвячена вивченню впливу інноваційних наукових підходів на якість реалізації освітніх програм: Було доведено позитивний вплив впровадження інноваційних наукових підходів у освітні програми для майбутніх викладачів фізичної культури. Використання сучасних наукових методів та досліджень виявилось корисним для стимулювання критичного мислення та підвищення мотивації студентів [96].

Ці дослідження свідчать про важливість наукового підходу у підготовці майбутніх викладачів фізичної культури в університетах США. Вони допомагають підвищити рівень професійної підготовки та сприяють розвитку освітніх програм, що відповідають вимогам сучасного спорту та фізичної культури.

Особистісно-орієнтована організація навчання відіграє критичну роль у підготовці до професійної діяльності викладачів фізичної культури в університетах США, оскільки цей підхід спрямований на визнання унікальності кожної особистості, її потреб та можливостей. Основна ідея полягає у створенні навчального середовища, де студенти активно залучаються до навчального процесу, відчувають підтримку та сприяння з боку викладачів, та мають можливість реалізувати свій особистісний потенціал. Особистісно-орієнтований підхід передбачає індивідуалізацію навчання, де викладачі враховують індивідуальні особливості кожного студента. Це означає адаптацію підходів, завдань та матеріалів до потреб та інтересів конкретного студента. Такий підхід сприяє підвищенню мотивації та зацікавленості студентів, оскільки вони відчувають, що навчання спрямоване на їхні потреби та реальне використання в майбутній професійній діяльності. Важливим аспектом особистісно-орієнтованої організації навчання є розвиток самостійності та самореалізації студентів. Застосування індивідуальних підходів до навчання дозволяє студентам відчувати відповідальність за свій особистий розвиток, вибір навчальних шляхів та засвоєння знань. Це сприяє формуванню навичок самостійного навчання, критичного мислення та творчого підходу до розв'язання завдань.

При підготовці до професійної діяльності викладачів фізичної культури особистісно-орієнтований підхід допомагає студентам розвивати важливі педагогічні навички. Вони навчаються адаптувати свої методики навчання та тренувань до індивідуальних особливостей учнів, враховувати їхні потреби та можливості. Це формує компетентних фахівців, які зможуть ефективно працювати з різноманітними групами студентів та використовувати індивідуальні підходи у своїй професійній діяльності. Отже, особистісно-орієнтована організація навчання є важливою передумовою в підготовці до професійної діяльності викладачів фізичної культури в університетах США. Вона сприяє розвитку індивідуальності студентів, формуванню їхньої відповідальності та самостійності, а також підготовці компетентних педагогів, здатних працювати з різноманітними групами студентів та використовувати індивідуальні підходи в своїй педагогічній діяльності [290].

Ефективність особистісно-орієнтованої організації навчання є важливим аспектом підготовки майбутніх викладачів фізичної культури в університетах Сполучених Штатів Америки. Такий підхід передбачає врахування індивідуальних потреб та особливостей кожного студента, що допомагає покращити якість навчання та підготовки фахівців у цій галузі. Ось декілька прикладів досліджень, що аналізують ефективність особистісно-орієнтованого підходу:

Н. Нтуманіс (N. Ntoumanis) з колегами досліджував особистісно-орієнтовану підготовку викладачів фізичної культури і студентську мотивацію. Дослідження зосереджувалося на взаємозв'язку між особистісно-орієнтованою підготовкою викладачів фізичної культури та мотивацією студентів. Воно продемонструвало, що індивідуальний підхід до студентів сприяє підвищенню їхньої мотивації та бажання вчитися [299].

Оцінкою індивідуальних навчальних планів спортивних тренерів займався Л. Норріс (L. Norris). Проведене їм дослідження вивчало ефективність практики оцінки та коригування індивідуальних навчальних планів студентів, що готуються до викладання фізичної культури. Було

визначено, що індивідуальні навчальні плани можуть бути ефективним інструментом для досягнення особистих та професійних цілей студентів [295].

Ці дослідження підтверджують важливість особистісно-орієнтованого підходу у підготовці майбутніх викладачів фізичної культури. Вони надають підстави для вдосконалення навчальних програм та методів навчання з метою забезпечення найвищої якості підготовки фахівців у цій галузі.

Як вже зазначалося вище професійна підготовка студентів до професійної діяльності викладача фізичної культури в університетах США передбачає кілька основних етапів: бакалаврська програма, магістерська програма, докторська підготовка, педагогічна практика, підготовка до сертифікації. Ці етапи допомагають створити комплексну підготовку майбутніх викладачів фізичної культури, що об'єднує теоретичні знання, практичний досвід, педагогічні навички та наукову базу для високоякісної професійної діяльності. Кожен з цих етапів потребує своїх підходів до забезпечення якості освіти.

Забезпечення якості навчання на етапі базової теоретичної підготовки студентів до професійної діяльності викладача фізичної культури в університетах США базується на комплексному підході, орієнтованому на досягнення високих педагогічних стандартів та розвиток знань, навичок і компетенцій майбутніх педагогів.

По-перше, програми базової теоретичної підготовки студентів ретельно розробляються з урахуванням актуальних тенденцій у галузі фізичної культури та педагогіки. Вони включають широкий спектр дисциплін, які охоплюють фізіологічні, психологічні, методологічні та організаційні аспекти педагогічної діяльності. Важливо, що програми піддані регулярній перевірці та оновленню з метою відповідності сучасним вимогам і розвитку галузі. По-друге, викладання на етапі базової теоретичної підготовки здійснюється висококваліфікованими викладачами, які мають глибокі знання в своїх областях та педагогічний досвід. Вони застосовують різноманітні

методи навчання, включаючи лекції, практичні заняття, семінари, дискусії та групові проекти. Це сприяє активному залученню студентів до навчального процесу, поглибленому засвоєнню матеріалу та розвитку критичного мислення. По-третє, оцінювання знань і навичок студентів здійснюється через різні методи, такі як письмові тести, курсові роботи, проекти, практичні завдання та інші. Оцінювання ретельно сплановане, з урахуванням педагогічних цілей дисципліни та сприяє визначенню рівня засвоєння матеріалу та розвитку педагогічних компетенцій. По-четверте, важливою складовою забезпечення якості навчання є використання сучасних навчальних матеріалів, включаючи підручники, наукові статті, електронні ресурси та інші джерела. Це дозволяє студентам мати доступ до актуальної інформації та досліджень у галузі фізичної культури та спорту. Отже, якість навчання на етапі базової теоретичної підготовки студентів до професійної діяльності викладача фізичної культури в університетах США досягається через врахування сучасних тенденцій у галузі, високий професіоналізм викладачів, різноманітні методи навчання та оцінювання, а також використання актуальних навчальних ресурсів [274].

Забезпечення якості навчання на етапі магістерської підготовки студентів до професійної діяльності викладача фізичної культури в університетах США базується на комплексному підході, орієнтованому на глибоке розуміння фахових аспектів, педагогічних методів та інновацій у галузі фізичної підготовки та спорту.

По-перше, на цьому етапі студенти спеціалізуються у конкретних областях, пов'язаних з фізичною культурою. Це може включати спеціалізації у тренуванні, педагогіці, фізіології, медичній підготовці та інших. Програми підготовки розробляються з урахуванням сучасних вимог та практичних потреб галузі.

По-друге, важливою складовою забезпечення якості є використання інтерактивних методів навчання. Студенти залучаються до дискусій, групових проектів, семінарів, взаємодії з практикуючими фахівцями та

проведення практичних занять. Це допомагає створити активну та залучаючу навчальну атмосферу.

По-третє, важливим аспектом є практична підготовка студентів. Вони мають можливість проводити тренування, спортивні змагання, організовувати події та подібне. Це допомагає студентам здобути практичний досвід та навички у реальних ситуаціях.

По-четверте, на цьому етапі велика увага приділяється розробці педагогічних навичок. Студенти вивчають методи навчання, педагогічну психологію, організацію навчального процесу та взаємодії зі студентами. Вони мають можливість спостерігати за роботою викладачів, брати участь у практичних навчальних ситуаціях та реалізовувати власні педагогічні підходи.

По-п'яте, забезпечення якості навчання на етапі спеціалізованої підготовки включає оцінювання знань та навичок студентів через різні методи. Це може бути оцінка практичних навичок, підготовка проектів, практикумів, письмові роботи та інші форми оцінювання [146].

Отже, якість навчання на етапі спеціалізованої підготовки студентів до професійної діяльності викладача фізичної культури в університетах США досягається через спеціалізовані програми, інтерактивні методи навчання, практичну підготовку, розвиток педагогічних навичок та різноманітні методи оцінювання.

Забезпечення якості навчання на етапі докторської програми викладача фізичної культури в університетах США є важливим завданням, яке базується на вдосконаленні їхніх фахових знань, дослідницьких навичок та підготовці до високоспеціалізованих завдань. На цьому етапі велика увага приділяється індивідуалізації навчального процесу. Студенти мають можливість обирати спеціалізації, курси та проекти відповідно до їхніх інтересів та кар'єрних амбіцій. Це дозволяє їм глибше вивчати певні аспекти фізичної культури та спорту та розвивати експертні знання. Зокрема, на цьому етапі студенти активно залучаються до дослідницької роботи. Вони

мають можливість проводити наукові дослідження в обраній сфері, аналізувати дані, висувати гіпотези та формулювати наукові висновки. Це сприяє розвитку аналітичних навичок та підготовці до роботи в академічному середовищі. Поглиблена підготовка також включає спеціалізовані практичні заняття та тренінги, де студенти мають можливість вдосконалити свої педагогічні та тренерські навички. Вони можуть спробувати різні підходи до навчання та тренування, використовуючи сучасні методики та технології. Важливою частиною поглибленої підготовки є участь студентів у наукових семінарах, конференціях та публікаціях. Вони мають можливість поділитися своїми дослідженнями та отримати відгуки від колег та вчених. Це допомагає стимулювати їхні інтелектуальні зусилля та сприяє підвищенню наукового рівня в галузі фізичної культури. Також на цьому етапі важливе значення має співпраця з практикуючими фахівцями та викладачами. Студенти мають можливість спостерігати за їхньою роботою, брати участь у спільних проектах та отримувати цінні вказівки та поради [343].

Забезпечення якості навчання на етапі наукових досліджень у процесі підготовки студентів до професійної діяльності викладача фізичної культури в університетах США є ключовим аспектом, спрямованим на розвиток їхніх дослідницьких компетентностей та вмінь проводити оригінальні наукові дослідження. Цей етап включає поглиблене вивчення наукових методів, теорій та практичних аспектів досліджень у галузі фізичної культури та спорту. Студенти мають можливість обирати теми досліджень, які відповідають їхнім інтересам та спеціалізаціям. Це допомагає стимулювати їхню зацікавленість та мотивацію до вивчення наукової діяльності. Важливим аспектом є співпраця з науковими керівниками та науково-дослідницькими групами. Студенти мають можливість отримувати підтримку, консультації та відгуки від досвідчених вчених, що допомагає їм розвивати наукові навички та впроваджувати новітні дослідницькі підходи. У процесі наукових досліджень студенти залучаються до збору, аналізу та інтерпретації даних, що вимагає розвитку аналітичних та критичних навичок.

Вони вивчають методи статистичного аналізу, роботи з літературними джерелами, формулювання гіпотез та висновків [146].

Під час проведення наукових досліджень студенти також мають можливість поділитися своїми результатами на наукових конференціях, семінарах та публікаціях. Це допомагає їм отримати зворотний зв'язок від наукової спільноти та розвинути навички наукової комунікації. Не менш важливим є стимулювання студентів до публікації результатів своїх досліджень у наукових журналах та виданнях. Це сприяє розповсюдженню нових знань та внеску у наукову сферу. Отже, якість навчання на етапі докторської програми у процесі підготовки студентів до професійної діяльності викладача фізичної культури в університетах США досягається через поглиблене вивчення наукових методів, співпрацю з науковими керівниками, збір та аналіз даних, публікації результатів та розвиток наукової комунікації.

Забезпечення якості навчання на етапі педагогічної практики студентів до професійної діяльності викладача фізичної культури в університетах США є важливою складовою процесу їхньої підготовки та розвитку педагогічних навичок. Цей етап передбачає практичний застосування теоретичних знань та умінь у реальних педагогічних ситуаціях, що дозволяє студентам набути практичний досвід та розвинути власні педагогічні компетенції. Викладачі, що супроводжують педагогічну практику, грають ключову роль у забезпеченні якості навчання. Вони допомагають студентам обирати оптимальні методи навчання та взаємодії зі студентами, вирішувати виклики, що виникають у педагогічній практиці, та надають обґрунтовані поради. Такий особистий підхід допомагає студентам ефективніше впроваджувати набуті знання та навички у практику. Крім того, місця проведення педагогічної практики відіграють важливу роль у забезпеченні якості. Університети співпрацюють з різноманітними навчальними закладами, школами та спортивними клубами для забезпечення студентам можливості працювати з різними групами учнів та спортсменів. Це дає студентам

можливість набути досвіду в різних контекстах та розвивати адаптаційні навички.

Однією з важливих аспектів забезпечення якості навчання на педагогічній практиці є система зворотного зв'язку. Студенти отримують відгуки та оцінки від викладачів, колег та учнів, що допомагає їм вдосконалювати свої педагогічні навички та адаптувати підхід до різних аудиторій. Крім цього, рефлексія та самооцінка є невід'ємними елементами забезпечення якості навчання на педагогічній практиці. Студенти мають можливість аналізувати свої педагогічні дії, визначати сильні та слабкі сторони своєї роботи та розвивати стратегії для подальшого вдосконалення. Отже, забезпечення якості навчання на етапі педагогічної практики студентів до професійної діяльності викладача фізичної культури в університетах США передбачає особистий підхід викладачів, співпрацю з різними навчальними закладами, систему зворотного зв'язку, рефлексію та самооцінку [274].

Забезпечення якості навчання на етапі підготовки до сертифікації в процесі підготовки студентів до професійної діяльності викладача фізичної культури в університетах США є критичним кроком для визнання їхньої готовності та компетентності для здійснення викладацької діяльності. Один із ключових аспектів на цьому етапі – це підготовка студентів до сертифікаційних іспитів та оцінка їхніх професійних знань та навичок. В університетах США існує система сертифікаційних іспитів, які оцінюють рівень засвоєння студентами ключових концепцій, методик викладання, педагогічних підходів та інших аспектів, необхідних для ефективної професійної діяльності. Важливою складовою цього етапу є розробка та впровадження відповідних підготовчих програм та курсів. Студенти мають можливість вивчати матеріали, що охоплюють тематику сертифікаційних іспитів, практикувати вирішення завдань та вдосконалювати свої знання та навички. Під час підготовки до сертифікаційних іспитів також активно використовуються методи самооцінки та підготовки. Студенти мають можливість аналізувати свої знання та навички, визначати слабкі місця та



працювати над їх вдосконаленням. Важливою частиною цього процесу є проведення практичних та теоретичних вправ, які допомагають студентам засвоїти ключові поняття та навички [343].

Система оцінювання підготовки до сертифікації також передбачає взаємодію зі спеціалістами, що мають досвід у викладацькій та тренерській діяльності. Студенти мають можливість отримувати зворотний зв'язок та поради від практикуючих фахівців, що сприяє їхньому професійному зростанню. Важливою частиною підготовки до сертифікації є також спостереження та практична робота в реальних викладацьких ситуаціях. Студенти мають можливість застосовувати свої знання та навички на практиці, що сприяє підвищенню їхньої впевненості та компетентності. Отже, забезпечення якості навчання на етапі підготовки до сертифікації в процесі підготовки студентів до професійної діяльності викладача фізичної культури в університетах США передбачає підготовку до сертифікаційних іспитів, розробку підготовчих програм, методи самооцінки та підготовки, взаємодію зі спеціалістами та практичну роботу у викладацьких ситуаціях.

Забезпечення якості професійного розвитку після закінчення навчання майбутнього викладача фізичної культури в університетах США є важливим аспектом, спрямованим на забезпечення їхньої компетентності, актуальності знань та впровадження новітніх педагогічних і наукових підходів у їхню професійну практику. Один із основних методів професійного розвитку після закінчення навчання – це участь у різноманітних навчальних та наукових заходах, таких як семінари, конференції, майстер-класи та тренінги. Ці заходи дозволяють викладачам поглибити свої знання, ознайомитися з новітніми тенденціями у галузі фізичної культури та спорту, а також обмінюватися досвідом з колегами.

Додатково, сприяє професійному розвитку практика рефлексії. Викладачі мають можливість аналізувати свою роботу, виявляти сильні та слабкі сторони, визначати області для покращення та росту. Це сприяє постійному вдосконаленню їхньої педагогічної та наукової діяльності.

Однією зі складових професійного розвитку є також публікації наукових статей, наукових праць та внесок у науковий дискурс. Викладачі мають можливість досліджувати питання, які є актуальними для їхньої галузі, і поділитися своїми відкриттями та рекомендаціями з науковою спільнотою [146].

Самостійний навчальний розвиток є також важливим аспектом професійного зростання. Викладачі мають можливість самостійно вивчати нові методики, педагогічні підходи та наукові досягнення, а також впроваджувати їх у свою роботу. Організаційна підтримка також грає важливу роль у забезпеченні якості професійного розвитку. Багато університетів та освітніх організацій пропонують спеціальні програми, ресурси та платформи для професійного навчання та розвитку викладачів фізичної культури. Отже, якість професійного розвитку після закінчення навчання майбутнього викладача фізичної культури в університетах США досягається через участь у навчальних та наукових заходах, практику рефлексії, публікації наукових матеріалів, самостійний навчальний розвиток та організаційну підтримку.

### **Висновки до четвертого розділу**

Сучасне вище освітнє середовище вимагає від викладачів фізичної культури в університетах США відповідати високим стандартам як наукової, так і практичної компетентності. Основними вимогами є наступні аспекти: педагогічна компетентність: викладачі повинні мати глибоке розуміння педагогічних методів та стратегій, необхідних для успішного викладання фізичної культури, що включає в себе розробку курсів, оцінку студентів і створення сприятливого навчального середовища; наукова компетентність: враховуючи швидкі та постійні зміни в галузі фізичної культури і науки про спорт, викладачі повинні постійно оновлювати свої знання та вміння на основі досліджень, щоб бути в курсі сучасних тенденцій; комунікативна

компетентність: викладачі повинні бути прикладом професійної етики та лідерства для своїх студентів, що включає в себе відкритість, активність, комунікабельність, дотримання етичних стандартів, сприяння розвитку студентів і участь у розвитку університетської спортивної спільноти.

Підготовка викладачів фізичної культури в університетах США є багатогранною і деталізованою. Програми підготовки враховують не тільки педагогічні аспекти, але і наукові, етичні, технологічні та культурні аспекти. Програми підготовки викладачів фізичної культури включають як загальні курси (педагогіка, психологія, фізіологія тощо), так і спеціалізовані курси з фізичної культури та спорту. Студенти, які готуються до ролі викладачів, здійснюють педагогічну практику в університетських або шкільних спортивних програмах. Багато програм підготовки викладачів фізичного виховання включають в себе можливість здійснювати наукову діяльність, публікувати дослідження та брати участь у конференціях. Програми акцентують важливість комунікаційних навичок та взаємодії зі студентами для ефективного навчання та розвитку.

Забезпечення якості професійної підготовки викладачів фізичної культури є пріоритетом для університетів США. Для досягнення цього використовуються наступні стратегії. Програми підготовки піддаються обов'язковій акредитації, що гарантує відповідність їх стандартам якості та ефективність навчання. Програми регулярно оновлюються для відповідності сучасним стандартам і вимогам галузі фізичної культури і спорту. Використовуються системи оцінювання, щоб визначити результати навчання студентів та ефективність програм. Університети намагаються залучити кваліфікованих і досвідчених викладачів та науковців для забезпечення якості підготовки.

Таким чином, забезпечення якості підготовки викладачів фізичної культури в університетах США включає в себе комплексний підхід, спрямований на забезпечення високих стандартів професійної підготовки та розвитку цієї важливої галузі освіти.

## **РОЗДІЛ 5. ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ СИСТЕМ ВИХОВАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ СТУДЕНТІВ В УНІВЕРСИТЕТАХ США І УКРАЇНИ**

### **5.1. Спільне й відмінне в системі виховання фізичної культури студентів в університетах США та в Україні**

Грунтовне та системне порівняння системи фізичного виховання студентів в університетах України та США є важливим кроком для розвитку науки та створення умов для якісного перетворення системи вищої освіти в Україні. Порівняння цих систем допомагає виділити спільні та відмінні риси, ідентифікувати найефективніші практики та здобутки, а також розкрити можливості для вдосконалення. Аналіз системи фізичного виховання в університетах України та США дозволяє виявити різноманітні аспекти, такі як підходи до програм та навчальних планів, використання сучасних методик та технологій, організацію внутрішнього та позашкільного спорту, підтримку та розвиток здоров'я студентів, інфраструктуру для фізичної активності та інше. Це дозволяє з'ясувати, які аспекти можуть бути адаптовані для вдосконалення системи фізичного виховання в Україні.

Вивчення наукових досліджень та статистичних даних щодо результатів фізичного виховання студентів в обох країнах допомагає визначити ефективність різних підходів та програм. Це може стати підґрунтям для впровадження інновацій та удосконалення програм фізичного виховання в українських університетах. Порівняння систем дозволяє також ідентифікувати особливості управління, фінансування та підтримки фізичного виховання в обох країнах. Це важливо для створення стратегій та політик в українському вищому освітньому середовищі, спрямованих на підвищення якості фізичного виховання та сприяння здоров'ю студентів. Зокрема, аналіз системи фізичного виховання в США може надати українським університетам важливі вказівки щодо впровадження

інтегрованих програм, залучення зовнішніх експертів, створення спеціалізованих спортивних центрів та розвитку партнерських відносин з спортивними організаціями та клубами. Завдяки глибокому аналізу та порівнянню системи фізичного виховання в університетах України та США можливо розробити стратегії для якісного перетворення системи вищої освіти в Україні, вдосконалити підходи до фізичного виховання студентів та сприяти їхньому здоров'ю, активності та науковому розвитку.

Системи фізичного виховання студентів в університетах України та США мають деякі спільні риси, які сприяють розвитку науки та створюють умови для якісного перетворення системи вищої освіти України. Подібності в підходах та методиках сприяють обміну досвідом та впровадженню передових практик у вітчизняну освітню систему.

Однією зі спільних рис є акцент на інтеграцію фізичної активності та здорового способу життя у повсякденне студентське життя. Наявність різноманітних спортивних заходів, клубів та програм підтримує фізичну активність серед студентів, що сприяє здоров'ю, підвищує їхню продуктивність та сприйнятливості до навчання. Також важливою спільною рисою є застосування сучасних технологій у навчальному процесі фізичного виховання. Використання спеціалізованих додатків, онлайн-платформ та інших інноваційних засобів допомагає зробити навчання більш ефективним та привабливим для студентів [42, с. 143].

Також можна виділити акцент на індивідуальний підхід до студентів. Підкреслення важливості розуміння особистих потреб та можливостей кожного студента допомагає створити комфортне навчальне середовище, сприяє розвитку їхніх здібностей та формуванню позитивного ставлення до фізичної активності [52].

Не менш важливою спільною рисою є підтримка наукової діяльності у галузі фізичної культури [12]. В університетах обох країн сприяється проведенню досліджень, наукових конференцій, публікаціям статей та підтримці інноваційних підходів до фізичної активності.

Таким чином, спільні риси систем фізичного виховання студентів в університетах України та США, такі як акцент на фізичну активність, застосування сучасних технологій, індивідуальний підхід та підтримка наукової діяльності, сприяють розвитку науки та створенню умов для якісного перетворення системи вищої освіти України.

Системи фізичного виховання студентів в університетах України та США відрізняються рядом аспектів, що відображають їхні специфічні підходи до забезпечення розвитку науки та створення умов для якісного перетворення системи вищої освіти (табл. 5.1). Ці відмінності відкривають можливості для взаємного обміну досвідом та адаптації передових практик.

Таблиця 5.1 – Критерії порівняння систем фізичного виховання в університетах США та України

США	Україна
<i>Зміст та структура освітніх програм</i>	
Гнучкість: Індивідуальний контроль освітньої траєкторії	Часткова гнучкість: Індивідуальна траєкторія можлива в рамках вибіркової складової
<i>Спортивна інфраструктура</i>	
Розвинена спортивна інфраструктура: Великі спортивні комплекси Поля для тренувальних з командних видів спорту Невеликі спортивні зали Зали для фітнесу та йоги	Середньо та погано розвинена спортивна інфраструктура: Спортивна структура має чітке спрямування в рамках кожного освітнього закладу і в більшості випадків не враховує всіх індивідуальних потреб здобувачів

## Продовження табл. 5.1

США	Україна
<i>Фінансування</i>	
Приватне фінансування: Вкладення в розвиток спортивної інфраструктури відповідає інтересам стейкхолдерів	Переважно державне фінансування: Орієнтація на загальні уявлення про потреби здобувачів
<i>Наукові дослідження в сфері спорту</i>	
Міцний зв'язок з практикою: дослідження максимально відповідає запитам реального сектору економіки, а результати досліджень відразу імплементуються	Слабкий зв'язок з практикою: Дослідження фінансуються слабо, їхні результати рідко імплементуються в практичній діяльності

Перша відмінність полягає у підходах до структури програм та навчальних планів. У США практикується більша гнучкість у виборі предметів та спеціалізацій, що дозволяє студентам більше контролювати своє навчання та адаптувати його до своїх індивідуальних потреб. В Україні ж переважає більш жорстка структура, що може знижувати гнучкість навчання та адаптацію до особистих інтересів.

Друга відмінність проявляється у доступі до спортивної інфраструктури. У США розвинена система спортивних об'єктів, які створюють умови для фізичної активності та розвитку різноманітних видів спорту. В Україні інфраструктура може бути менш розвиненою, що обмежує можливості для фізичної активності та спортивного розвитку.

Третя відмінність стосується фінансування. В США система вищої освіти частково ґрунтується на приватних коштах та пожертвах, що може забезпечувати додаткові ресурси для розвитку фізичного виховання. В Україні велика частина фінансування надходить від держави, що може впливати на доступність та якість спортивних програм.

Четверта відмінність виявляється в підходах до наукових досліджень у галузі фізичної культури. В США активно підтримуються наукові дослідження, що сприяє розвитку інновацій та передових методик. В Україні наукова діяльність може бути менше інтегрованою в навчальний процес.

Однак ці відмінності також відкривають можливості для взаємного обміну досвідом та впровадження передових практик. Використання кращих аспектів системи фізичного виховання в США може сприяти вдосконаленню системи в Україні та забезпечити розвиток науки та якісне перетворення системи вищої освіти.

*Гнучкість у виборі предметів та спеціалізації* є характерною особливістю системи фізичного виховання студентів в університетах США. Цей підхід визнає індивідуальні потреби та інтереси студентів, дозволяючи їм активно впливати на формат навчання та обирати ті предмети та спеціалізації, які відповідають їхнім академічним та професійним цілям. Гнучкість у виборі предметів допомагає студентам здійснювати широкий спектр навчальних можливостей, включаючи різноманітні дисципліни в галузі фізичної культури. Вони можуть обирати предмети, які найбільше відповідають їхнім інтересам та практичним потребам. Це сприяє розвитку самообізнаності студентів та формуванню у них глибокого розуміння різних аспектів фізичного виховання [384]. Додатковою перевагою гнучкості є можливість спеціалізації на певних областях фізичної активності чи спорту. Студенти можуть обирати спеціалізації, які відповідають їхнім інтересам та майбутнім професійним амбіціям, такі як фітнес-менеджмент, спортивна психологія, фізіотерапія та інші. Це дозволяє їм глибше досліджувати обрану сферу та набувати спеціалізованого знання.

Гнучкість у виборі також стимулює студентів до самостійності та відповідальності за своє навчання. Вони мають можливість самі вибирати курси, обсяг навчання та інтенсивність занять, враховуючи свої можливості та ритм навчання. Це розвиває їхні аналітичні та організаційні навички. Усі ці аспекти гнучкості у виборі предметів та спеціалізацій сприяють глибшому



розумінню студентами галузі фізичної культури, створюють умови для індивідуалізації навчання та підтримують їхні професійні цілі. Такий підхід не тільки сприяє розвитку науки в галузі фізичної культури, але і відкриває шлях для удосконалення системи вищої освіти в цілому.

Система майнор та мейджор є важливою частиною гнучкості вибору спеціалізацій в системі фізичного виховання студентів в університетах США. Мейджор – це головна обрана спеціалізація, на яку студенти спрямовують свої головні зусилля та яку вони вивчають у більшості своїх курсів. Майнор – це додаткова обрана область, яку студенти можуть вивчати одночасно з мейджором, але в меншому обсязі. Ця система дозволяє студентам комбінувати різні інтереси та розвивати широкий спектр знань [384].

Прикладом мейджора може бути «Фітнес-менеджмент», де студенти вивчають усі аспекти організації фітнес-залів та спортивних центрів, включаючи бізнес-стратегії, маркетинг та управління персоналом. Водночас, студент може обрати майнор «Спортивна психологія», щоб отримати поглиблене розуміння психологічних аспектів тренувань та досягнення спортивних цілей. Інший приклад – мейджор «Фізіотерапія», де студенти вивчають анатомію, фізіологію та методи лікування фізичних травм та захворювань. А майнор «Ергономіка та дизайн спортивного обладнання» може надати їм знання про створення ефективних та безпечних спортивних пристроїв.

Система майнор та мейджор сприяє формуванню глибокого та широкого спектра знань у студентів, дозволяючи їм сполучити різні аспекти фізичної культури та підготувати себе до різноманітних професійних можливостей. Такий підхід відкриває можливості для розвитку наукових досліджень та інновацій в галузі фізичної культури та спорту, а також сприяє розвитку системи вищої освіти у цілому. Можливість гнучко обирати спеціалізацію має значущий вплив на можливості майбутніх викладачів з фізичного виховання, які відкриваються перед ними під час їхньої професійної кар'єри. Ця можливість відображає сучасний підхід до навчання,

спрямований на індивідуалізацію та адаптацію навчального процесу до особистих потреб і інтересів студентів.

Гнучкість у виборі спеціалізації дозволяє майбутнім викладачам фізичного виховання вибирати ту галузь, яка найбільше відповідає їхнім інтересам та професійним цілям. Наприклад, студент, який має пасію до спортивної психології, може обрати спеціалізацію «Психологія спорту та тренувань», де він зможе вивчати психологічні аспекти підготовки спортсменів та способи покращення їхньої психологічної стійкості. Така можливість також допомагає студентам поглибити свої знання в певній області і розвинути експертність. Наприклад, студент, який обирає спеціалізацію «Фітнес-менеджмент», може набути навичок управління спортивними закладами та розвитку фітнес-програм, що в майбутньому зробить його більш привабливим кандидатом для роботодавців у сфері спорту та фізичного виховання. Крім того, гнучкість у виборі спеціалізацій дозволяє майбутнім викладачам розширити свої можливості під час професійної кар'єри. Вони можуть адаптувати свої навички та знання до мінливих потреб у галузі фізичної культури, вибираючи ті спеціалізації, які найбільше актуальні та вимагаються на ринку праці.

Загалом, можливість гнучко обирати спеціалізацію майбутнім викладачам з фізичного виховання відкриває перед ними широкі горизонти для розвитку їхньої кар'єри. Вона допомагає їм спрямовувати свої зусилля на те, що їх найбільше зацікавлює та що відповідає їхнім професійним цілям, що в результаті сприяє зміцненню та розвитку галузі фізичної культури.

Дослідження ефективності гнучкості навчальних планів майбутніх викладачів з фізичного виховання в контексті їхньої професійної діяльності відіграє важливу роль у вдосконаленні системи вищої освіти та підготовки фахівців для галузі фізичної культури. Ці дослідження спрямовані на вивчення та аналіз впливу гнучкості навчання на якість професійної підготовки, здатність студентів адаптуватися до змін в галузі фізичної культури та їхню готовність до викладацької діяльності.

П. Трудель (P. Trudel) з колегами займається визначенням того, наскільки гнучкість навчальних планів сприяє розвитку у студентів глибокого розуміння фундаментальних концепцій у галузі фізичної культури, а також їхню спроможність застосовувати ці знання у практичній діяльності. Вивчення цього аспекту дозволило з'ясувати, що гнучкий підхід до навчання забезпечує належне балансування між теоретичною та практичною підготовкою майбутніх викладачів [384, с. 67].

Дослідження В. Кесе (V. Cese) з колегами спрямоване на виявлення зв'язку між гнучкістю навчання та професійною адаптованістю випускників. Це включає вивчення їхньої здатності швидко реагувати на нові виклики у сфері фізичної культури, адаптувати методи навчання до потреб студентів та розвивати інноваційні підходи до викладання. Дослідження цього аспекту продемонструвало, що гнучкість навчальних планів сприяє формуванню у студентів навичок, які є критичними для їхньої майбутньої професійної діяльності [117, с. 133].

Крім того, команда дослідників під керівництвом Ф. Фарділи (F. Fardilha) вивчила вплив гнучкості навчання на стимулювання самостійності та креативності студентів. Це допомогло зрозуміти, що гнучкість навчальних планів сприяє розвитку критичного мислення, здатності до ініціативи та вмінню вирішувати проблеми самостійно [154, с. 115].

Дослідження ефективності гнучкості навчальних планів майбутніх викладачів з фізичного виховання має велике значення для вдосконалення підготовки фахівців у галузі фізичної культури. Воно допомагає розкрити переваги та можливі обмеження такого підходу, а також визначити шляхи його оптимізації з метою підвищення якості професійної підготовки майбутніх викладачів.

*Спортивна інфраструктура в університетах США* відіграє важливу роль у створенні сприятливого середовища для фізичного виховання та спортивної діяльності студентів. Ця інфраструктура спроектована та організована з урахуванням високих стандартів якості та відповідає потребам

сучасної спортивної практики та наукових досягнень. Однією з ключових особливостей спортивної інфраструктури є різноманітність об'єктів та спортивних зон. У багатьох університетах є сучасні спортивні комплекси, які включають в себе фітнес-центри з сучасним обладнанням, басейни, спортивні зали для вправ та групових занять, бігові доріжки, тенісні корти, спортивні майданчики для волейболу, баскетболу та інших видів спорту. Ще одною важливою рисою є доступність спортивної інфраструктури для всіх студентів. Вона сприяє включеності та можливості кожного студента брати участь у спортивних заходах та вправах незалежно від їхнього рівня підготовки. Для цього діє практика розкладу тренувань та занять, а також проведення спортивних змагань на різних рівнях складності. Комунікаційна складова також важлива у спортивній інфраструктурі. Університети активно впроваджують інформаційні платформи та додатки, які допомагають студентам відстежувати свої тренування, записуватися на групові заняття, дізнаватися про спортивні події та змагання.

Спортивна інфраструктура в університетах США сприяє розвитку здорового способу життя серед студентської спільноти, підтримує концепцію фізичної активності та спорту як важливої складової загального розвитку особистості. Вона створює умови для залучення студентів до спортивних дійств, розвитку їхнього спортивного потенціалу та формування позитивних спортивних звичок, що в свою чергу сприяє збереженню здоров'я та підвищенню продуктивності навчального процесу. Один із найяскравіших прикладів розвитку спортивної інфраструктури в університетах США є Техаський університет в Остіні (The University of Texas at Austin). Університет володіє одним із найбільших у світі спортивних комплексів – «Даррел Ройал-Техас Меморіал Стедіум». Цей комплекс вміщує понад 100 000 глядачів і є домашньою ареною для футбольної команди Техаського університету. Величезні спортивні майданчики, сучасні тренажерні зали, басейни та інші спортивні об'єкти створюють унікальні умови для підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання (Додаток Л).

Ще одним прикладом є Стенфордський університет, який славиться своєю розгалуженою спортивною інфраструктурою. Університет має кілька спортивних комплексів, включаючи басейн, тенісні корти, легкоатлетичну арену та інші об'єкти. Особливістю Стенфордського університету є акцент на різноманітність спортивних видів. Тут студентам надається можливість займатися не тільки популярними видами спорту, а й менш традиційними, такими як велоспорт, гольф, веслування тощо (Додаток М).

Університет штату Огайо (The Ohio State University) також варто відзначити через свої імпозантні спортивні об'єкти. «Огайо Стейдіум» є однією з найбільших арен для американського футболу в США та вміщує понад 100 000 глядачів. Також університет має сучасний спортивний комплекс з басейнами, тренажерними залами, спортивними майданчиками та іншими об'єктами (Додаток Н).

Ці приклади свідчать про те, що університети США активно інвестують у розвиток спортивної інфраструктури, створюючи унікальні умови для підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання. Це дозволяє студентам отримувати широкий спектр спортивних досвідів, розвивати свої навички та підготовлятися до професійної діяльності в галузі фізичної культури на високому рівні.

Розвинута спортивна інфраструктура в університетах США відіграє важливу роль у розвитку майбутніх викладачів з фізичного виховання. Ця інфраструктура створює унікальні умови для їхньої професійної підготовки, сприяє формуванню глибокого розуміння фізичної активності, спорту та здорового способу життя. Вона впливає на різні аспекти розвитку майбутніх викладачів, починаючи від їхнього фізичного стану та закінчуючи педагогічними навичками.

Перш за все, наявність сучасних спортивних об'єктів та тренажерних залів надає студентам можливість зайнятися фізичною активністю та спортом на високому рівні. Це сприяє збереженню та покращенню їхнього фізичного стану, здоров'я та загальної фізичної підготовки. Майбутні

викладачі з фізичного виховання вчать не лише теоретичним аспектам фізичної активності, а й мають можливість власного практичного досвіду, що робить їх більш компетентними в своїй професійній сфері. По-друге, спортивна інфраструктура створює можливості для розвитку лідерських якостей та командної співпраці. Участь у спортивних змаганнях та колективних тренуваннях надає студентам здатність керувати групою, вирішувати завдання в умовах конкуренції та спільно працювати для досягнення спільних цілей. Ці навички мають важливе значення у подальшій професійній діяльності як викладачів, які повинні сприяти розвитку студентів через підтримку групової взаємодії та лідерство. Зазначена спортивна інфраструктура також надає можливість студентам отримати досвід роботи з різними віковими групами та різними рівнями фізичної підготовки. Це дозволяє майбутнім викладачам адаптувати свої підходи до навчання та розвитку залежно від потреб та можливостей студентів. Такий досвід підготовки дозволяє формувати більш гнучкі та ефективні методи навчання. Отже, розвинута спортивна інфраструктура університетів США сприяє розвитку майбутніх викладачів з фізичного виховання на різних рівнях: фізичному, педагогічному та лідерському. Це робить їх більш компетентними, адаптованими та готовими до якісної підготовки та навчання студентів у галузі фізичної культури.

Дослідження ефективності використання розвинутої спортивної інфраструктури в розвитку майбутніх фахівців з фізичного виховання в університетах Сполучених Штатів Америки володіє важливим значенням у контексті покращення якості освіти та підготовки фахівців, здатних відповідати сучасним вимогам у галузі фізичної активності та здоров'я. Даний дослідницький напрямок спрямований на аналіз впливу інфраструктурних можливостей університетських спортивних комплексів на якість освіти та підготовку студентів-фахівців з фізичного виховання.

Дослідженням Л. Чаліп (L. Chalip) та С. Фейрлі (S. Fairley) засвідчено, що розвиток спортивних інфраструктур в університетах стає важливим

елементом академічної та фізичної підготовки майбутніх фахівців. По-перше, доступ до сучасних спортивних об'єктів стимулює активність та здоровий спосіб життя серед студентів, що, в свою чергу, має позитивний вплив на їх фізичне та психічне здоров'я. По-друге, розвиток спортивної інфраструктури дозволяє надавати більше можливостей для практичних занять та досліджень у галузі фізичного виховання та спорту. Це збільшує практичний досвід студентів та робить їх підготовку більш прикладною та інтерактивною [118].

Однак ефективність використання розвинутої спортивної інфраструктури також залежить від правильного планування та організації навчальних процесів. Дослідження Б. МакКулах (B. McCullough) з колегами показують, що ефективність спортивної інфраструктури в університетах значно підвищується, коли вона інтегрована у навчальну програму та використовується в якості навчальних ресурсів. Наприклад, студенти, які мають можливість проводити практичні заняття та дослідження на спортивних об'єктах, більше залучаються до навчального процесу і отримують практичний досвід, який може бути корисним у їхній майбутній кар'єрі [272]. Крім того, важливо враховувати різний рівень доступності спортивних об'єктів для різних категорій студентів. Дослідження також показують, що рівень доступу до спортивної інфраструктури може відрізнитися в залежності від фінансового статусу та родової належності студентів, що може впливати на їхню активність та партіципацію в спорті. Тому важливо розробляти політики, спрямовані на забезпечення рівного доступу до спортивних ресурсів для всіх студентів [32; 36].

На підставі вищезазначеного можна зробити висновок, що розвинута спортивна інфраструктура університетів США може бути ефективним інструментом в розвитку майбутніх фахівців з фізичного виховання, якщо вона інтегрована в навчальний процес та забезпечує рівний доступ для всіх студентів. Дослідження в цьому напрямку важливі для подальшого удосконалення системи підготовки фахівців з фізичного виховання та спорту та сприяють покращенню якості освіти в цій галузі.

Фізичне виховання студентів є неодмінною складовою університетської освіти, оскільки воно сприяє розвитку фізичної, психологічної та соціальної сфер життя молоді. В останні десятиліття спостерігається тенденція до збільшення уваги до спорту та фізичного здоров'я серед студентів університетів США. Одним із ключових факторів, що сприяє підвищенню ефективності фізичного виховання, є створення розвинених мереж спортивних залів, сучасних стадіонів та вуличних спортивних майданчиків на території університетських кампусів.

Сучасні спортивні зали та стадіони забезпечують широкий спектр можливостей для різноманітних видів фізичних вправ та тренувань. Наявність сучасного обладнання дозволяє студентам займатися як індивідуальними видами спорту, так і командними іграми. Відповідно, це сприяє розвитку різних фізичних якостей, включаючи силу, витривалість, координацію та гнучкість. Крім того, спортивні майданчики, розташовані прямо на кампусі, створюють зручні умови для активних вправ на свіжому повітрі, що сприяє загальному підвищенню фізичної активності студентів.

Спорт має не лише фізичні, але й психологічні та соціальні переваги. Регулярна фізична активність допомагає знижувати рівень стресу та покращує психічний стан студентів. Вони набувають навичок управління часом, самодисципліни та вміння працювати в команді, що є важливими аспектами підготовки до майбутньої професійної кар'єри.

Забезпечення студентів доступом до сучасних спортивних інфраструктур на території університетських кампусів відповідає актуальним вимогам сучасної освітньої парадигми, де акцент зростає на гармонійному розвитку особистості. Це сприяє формуванню здорового способу життя серед студентської спільноти, а також сприяє збереженню та підвищенню фізичної активності на протязі всього життя.

Таким чином, створення розвинутих мереж спортивних залів, сучасних стадіонів та вуличних спортивних майданчиків на території університетських кампусів є необхідним елементом підвищення якості фізичного виховання



студентів університетів США. Це сприяє не лише фізичному розвитку, але й формуванню здорового способу життя, психологічному благополуччю та соціальному адаптуванню молоді, що має далекосяжний позитивний вплив на їхнє майбутнє.

## **5.2. Перспективні напрями використання досвіду виховання фізичної культури студентів в університетах США в Україні**

Аналіз існуючих в освітній системі США передових практик виховання фізичної культури студентів вказує на важливість втілення тих, ефективність яких підтверджується емпіричними дослідженнями. Післявоєнна відбудова спортивної інфраструктури українських університетів має велике значення для відновлення фізичної активності та сприяння здоровому способу життя серед студентської спільноти. З огляду на особливості післявоєнного періоду та вимоги повномасштабної агресії, акценти при розбудові спортивної інфраструктури варто робити на кількох ключових компонентах.

По-перше, необхідно забезпечити створення сучасних і функціональних спортивних комплексів, що відповідають найвищим стандартам якості. Це включає в себе будівництво залів для різноманітних видів спорту, стадіонів з належною інфраструктурою та обладнанням для проведення спортивних змагань та тренувань. Зокрема, увагу слід приділяти можливостям для індивідуальних тренувань, командних видів спорту та фітнесу.

По-друге, не менш важливим аспектом є створення підтримуючої інфраструктури. Це охоплює розробку спеціальних просторів для фізіотерапії, реабілітації та масажу. Також важливо передбачити належні умови для психологічної підтримки спортсменів, особливо в умовах післявоєнного стресу. Розвиток цієї компоненти сприятиме не лише фізичному, але й психологічному благополуччю студентів.

По-третє, університетська спортивна інфраструктура повинна бути доступною та відкритою для всіх студентів незалежно від рівня підготовки чи спортивних досягнень. Забезпечення рівних можливостей для всіх сприяє включеності та стимулює більш широкий коло студентів займатися фізичною активністю [26].

Крім того, умови післявоєнного відбудови та повномасштабної агресії вимагають також уваги до забезпечення безпеки спортивних майданчиків та спортивних об'єктів. Наявність належних систем безпеки, медичних пунктів та планів евакуації є необхідною передумовою для забезпечення безпечного заняття фізичною активністю.

Отже, розбудова спортивної інфраструктури українських університетів в умовах післявоєнного відновлення повинна базуватися на створенні сучасних спортивних комплексів, підтримуючої інфраструктури, доступності та безпеці. Це допоможе не лише сприяти фізичному розвитку та здоров'ю студентів, але й позитивно вплине на психологічний стан, соціальну адаптацію та загальний розвиток молоді в умовах відновлення після конфліктів.

Створення розгалуженої спортивної інфраструктури в університетах України має вищий пріоритет в післявоєнній розбудові порівняно з великими спортивними об'єктами з кількох ключових причин. По-перше, розгалужена спортивна інфраструктура надає можливість задовольняти індивідуальні потреби різних груп студентів. Вона створює умови для занять різноманітними видами фізичної активності, відповідно до власних вподобань та можливостей. Це сприяє залученню до фізичної активності широкого спектру студентів, незалежно від їхнього рівня підготовки чи спортивного досвіду.

По-друге, розгалужена спортивна інфраструктура сприяє більш глибокому і різноманітному розвитку фізичних якостей студентів. Забезпечення доступу до різних видів спорту, від важкої атлетики до йоги, дозволяє кожному обирати ту активність, яка відповідає його потребам. Це

важливо для підтримання багатогранного фізичного розвитку та здорового способу життя.

По-третє, розгалужена спортивна інфраструктура сприяє підтримці довготривалої фізичної активності серед студентів. Забезпечення доступу до різних видів активності та зручних місць для їх проведення стимулює студентів до регулярних занять спортом. Це важливо для формування здорових звичок та забезпечення тривалої підтримки фізичної активності в їхньому майбутньому житті.

По-четверте, розгалужена спортивна інфраструктура сприяє підвищенню залученості до спорту та зменшенню можливих бар'єр для вступу в спортивну діяльність. Великі спортивні об'єкти можуть бути складні для доступу та організації, тоді як розгалужена інфраструктура надає можливість займатися спортом навіть в обмежених умовах.

Отже, створення розгалуженої спортивної інфраструктури в університетах України є пріоритетним завданням післявоєнної розбудови, оскільки вона забезпечує гнучкість вибору, більший розвиток фізичних якостей, підтримку довготривалої фізичної активності та сприяє залученню до спортивної діяльності різних груп студентів.

В США, концепція розгалуженої спортивної інфраструктури з невеликих об'єктів в університетах широко використовується для підтримки фізичного виховання студентів [23; 24]. Один із визначних прикладів – Університет Іллінойсу в Урбана-Шампейн (University of Illinois Urbana-Champaign), де фізичне виховання організовано на основі мережі невеликих спортивних комплексів. Ця мережа включає в себе спортивні зали з сучасним обладнанням, куртки для тенісу та баскетболу, басейни для плавання та відкриті спортивні майданчики. Кожен комплекс орієнтований на задоволення потреб студентів у різних видах фізичної активності та спорту.

Університет Дьюка (Duke University) також використовує підхід розгалуженої спортивної інфраструктури, надаючи студентам доступ до різних спортивних об'єктів. Спортивні комплекси університету включають в

себе зони для фітнесу, тренажерні зали, стадіони для футболу та легкої атлетики, басейни для плавання, тенісні корти та інші спортивні майданчики. Ця розгалужена інфраструктура надає можливість студентам обирати та займатися різними видами фізичної активності залежно від їхніх інтересів та потреб.

Університет Пенсільванії (University of Pennsylvania) також практикує підхід розгалуженої спортивної інфраструктури, пропонуючи студентам доступ до різних спортивних об'єктів. Комплекси включають тренажерні зали, басейни, спортивні зали для групових занять, корти для тенісу та інші об'єкти. Ця інфраструктура надає можливість студентам вибирати спортивні активності згідно з їхніми потребами та вподобаннями.

Ці приклади свідчать про те, що університети США активно використовують розгалужену спортивну інфраструктуру з невеликих об'єктів для забезпечення широкого спектру можливостей для фізичного виховання студентів.

Інтеграція психологічних знань у систему виховання фізичної культури в університетах України є невід'ємною складовою розширення рольових можливостей фізичного виховання. Враховуючи важливість психологічного аспекту в процесі фізичної активності, інтеграція цих знань може бути реалізована за допомогою кількох шляхів.

По-перше, варто впровадити спеціальні психологічні курси в навчальний план з фізичної культури. Ці курси можуть охоплювати теми, пов'язані з мотивацією до фізичної активності, стресовими реакціями під час спортивних змагань, психологічною підготовкою до змагань та тренувань тощо. Це допоможе студентам краще розуміти внутрішні механізми та вплив психологічних факторів на їхню спортивну діяльність.

По-друге, інтеграція психологічних знань може відбуватися через навчальний процес фізичної підготовки. Тренери та викладачі фізичної культури можуть використовувати психологічні методи для покращення мотивації, концентрації та стресостійкості учасників. Розуміння

психологічних аспектів може сприяти більш ефективній організації тренувань та змагань, а також підвищенню внутрішньої самодисципліни.

По-третє, створення спеціалізованих психологічних підрозділів у спортивних центрах університетів може сприяти інтеграції психологічних знань. Ці підрозділи можуть надавати індивідуальну та групову психологічну підтримку спортсменам, допомагати вирішувати психологічні проблеми, які можуть виникати під час тренувань та змагань.

По-четверте, інтеграція психологічних знань може мати місце в оцінці та аналізі результатів фізичної активності студентів. Поряд з фізичними показниками, варто враховувати психологічні аспекти, такі як самооцінка, рівень тривоги чи задоволення від занять спортом.

Отже, інтеграція психологічних знань в систему виховання фізичної культури в університетах України є суттєвою для підвищення якості фізичного виховання та підготовки студентів до активного та здорового способу життя. Це дозволить враховувати індивідуальні психологічні особливості студентів, покращити їхню мотивацію та психологічну підготовку до занять спортом.

Для підвищення ефективності фізичного виховання студентів в університетах України можна вводити різноманітні психологічні курси, спрямовані на покращення мотивації, самодисципліни, стресостійкості та інших психологічних аспектів спортивної діяльності. На прикладі психологічних курсів університетів США можна виділити декілька напрямів, що можуть бути використані й в українських університетах.

По-перше, курси з мотивації та саморегуляції можуть допомогти студентам краще розуміти свої цілі та мотивації для зайняття фізичною активністю. Вони навчають ефективним методам планування та самоконтролю, що є важливими для підтримки постійного інтересу до занять спортом.

По-друге, курси з психології стресу та адаптації можуть надати студентам навички управління стресовими ситуаціями, які виникають під час

тренувань, змагань та навіть у повсякденному житті. Ці навички допоможуть покращити психологічний стан, знизити ризик перевантаження та покращити загальний результат.

По-третє, курси з психології командної роботи можуть сприяти розвитку навичок співпраці та взаємодії в групових ситуаціях. Це особливо актуально для спортивних команд, де вміння працювати разом є ключовим фактором успіху.

По-четверте, курси з психології підготовки до змагань можуть допомогти студентам ефективно підготуватися до важливих спортивних подій, контролювати тривогу та максимально реалізувати свій потенціал під час змагань.

По-п'яте, курси з психологічної реабілітації та відновлення можуть надавати навички після фізичних навантажень для забезпечення оптимального відновлення та підтримки психологічного благополуччя.

Університети США, наприклад, пропонують подібні психологічні курси, як «Психологія фізичного здоров'я», «Психологія спортивної мотивації», «Стрес та спорт», «Психологія командної роботи в спорті» та інші. Ці курси базуються на вивченні теорій та методів психології, які можуть бути успішно адаптовані для використання в українських університетах.

Отже, впровадження психологічних курсів для підвищення ефективності фізичного виховання студентів українських університетів може сприяти покращенню психологічного стану, мотивації та самодисципліни, що в свою чергу позитивно вплине на їхні результати у фізичній активності та спорті.

Університети США широко визнають важливість психологічних аспектів у фізичному вихованні, і вони інтегрують психологічні курси в свої програми для забезпечення комплексного розвитку студентів. Один із прикладів – Університет Огайо (Ohio University), де пропонується курс «Психологія фізичного здоров'я» (Psychology of Physical Health), що

досліджує взаємозв'язок між психологічними факторами та фізичним здоров'ям. Цей курс допомагає студентам розуміти, як емоції, стрес та інші психологічні аспекти впливають на їхню фізичну діяльність та загальний стан здоров'я.

Інший приклад – Університет Північної Кароліни в Чапел-Хілл (University of North Carolina at Chapel Hill), де студенти можуть обрати курс «Психологія спортивної мотивації» (Psychology of Sport Motivation). Цей курс досліджує різні аспекти мотивації у спорті, включаючи внутрішні та зовнішні детермінанти, а також методи підвищення мотивації для досягнення спортивних цілей.

Університет Каліфорнії в Лос-Анджелесі (University of California, Los Angeles) пропонує курс «Стрес та спорт» (Stress and Sport), в якому студенти вивчають вплив стресу на фізичну діяльність, методи управління стресом та психологічну підготовку спортсменів до змагань.

Ці приклади свідчать про те, що університети США включають психологічні курси в програми фізичного виховання з метою покращення психологічного благополуччя, мотивації та результатів студентів у спортивній діяльності.

Використання психологічних знань викладачами в процесі фізичного виховання студентів університетів України може суттєво покращити якість навчального процесу та сприяти більш ефективному досягненню спортивних та фізичних цілей. Один із можливих напрямків - це інтеграція психологічних аспектів в планування та проведення тренувань. Викладачі можуть враховувати індивідуальні психологічні особливості студентів, їхні мотиваційні фактори та рівень стресостійкості. Наприклад, в Університеті Стенфорда (Stanford University) викладачі фізичного виховання використовують психологічні методи для підвищення мотивації студентів до занять спортом, допомагаючи їм знаходити внутрішню мотивацію та визначати особисті цілі.

Ще один підхід – це використання психологічних методів для підвищення концентрації та управління стресом під час змагань. В Університеті Тексасу в Остіні (University of Texas at Austin) тренери з фізичного виховання співпрацюють з психологами для підготовки спортсменів до важливих змагань, навчаючи їх технікам контролю над тривогою та підтримання позитивного психологічного стану.

Крім того, викладачі можуть впроваджувати психологічні аспекти в рецептивну сторону навчального процесу, допомагаючи студентам розуміти важливість психологічного благополуччя у спорті та фізичній активності. Наприклад, в Університеті Каліфорнії в Лос-Анджелесі (University of California, Los Angeles) проводяться семінари, де студенти вивчають взаємозв'язок між фізичним та психологічним здоров'ям та навчаються методам збалансованого підходу до спорту.

Використання психологічних знань викладачами в процесі фізичного виховання студентів університетів України має численні переваги, які сприяють покращенню якісних характеристик навчального процесу та сприяють здоровому фізичному розвитку студентів.

По-перше, використання психологічних знань дозволяє адаптувати підходи до навчання та тренувань відповідно до індивідуальних особливостей студентів. Розуміння мотиваційних факторів, рівня стресостійкості та психологічних потреб допомагає підлаштовувати програми фізичного виховання для кожного студента окремо, забезпечуючи оптимальні умови для досягнення найкращих результатів.

По-друге, психологічні знання можуть сприяти підвищенню мотивації та зацікавленості студентів до фізичної активності. Врахування психологічних аспектів, таких як самооцінка, мотиваційні чинники, залучення до виконання завдань, сприяє створенню позитивного психологічного середовища, що в свою чергу підвищує рівень зацікавленості та активності студентів у фізичній діяльності.



По-третє, використання психологічних підходів сприяє кращому управлінню стресом та зниженню негативних емоцій під час занять спортом. Викладачі можуть впроваджувати техніки психологічної підготовки та релаксації, які допоможуть студентам краще контролювати свої емоції, забезпечуючи оптимальний психоемоційний стан під час тренувань та змагань.

По-четверте, використання психологічних знань сприяє розвитку важливих міжособистісних навичок, таких як співпраця, комунікація та лідерські якості. В процесі спортивної діяльності студенти взаємодіють, працюють в командах та взаємодіють з тренерами, що вимагає розвитку ефективних міжособистісних взаємин.

Загалом, використання психологічних знань викладачами фізичного виховання університетів України підвищує якість навчального процесу, сприяє розвитку позитивних мотиваційних настанов та емоційного благополуччя студентів, а також сприяє формуванню навичок, які будуть корисними не лише у спортивній сфері, але й у майбутній професійній діяльності.

Створення психологічних підрозділів при спортивних кафедрах в університетах має надзвичайно важливе значення для забезпечення комплексного розвитку студентів-спортсменів. Ці підрозділи створюють умови для здійснення інтегрованого підходу до спортивної підготовки, враховуючи психологічні аспекти, які відіграють ключову роль у досягненні успіху у спорті.

В першу чергу, психологічні підрозділи допомагають спортсменам адаптуватися до високого рівня фізичних та психологічних вимог, які супроводжують спортивну діяльність. Забезпечення психологічної підготовки допомагає спортсменам управляти стресом, тривогою та підтримувати позитивний психічний стан під час змагань та тренувань.

По-друге, психологічні підрозділи сприяють розвитку ментальних навичок, таких як концентрація, увага, мотивація та саморегуляція. Ці

навички є важливими для досягнення високих результатів у спорті та для подолання труднощів, які можуть виникнути під час тренувань та змагань.

По-третє, психологічні підрозділи сприяють формуванню психологічної стійкості та резилієнтності. Спортсмени, які навчаються впорядковуватися з негативними емоціями, використовувати їх як джерело мотивації та надзвичайних зусиль, мають більшу можливість подолати труднощі та розвиватися в спортивній сфері.

По-четверте, психологічні підрозділи сприяють формуванню комунікативних навичок, співпраці та лідерських якостей. Взаємодія в командах, спортивних клубах та змаганнях вимагає від спортсменів високого рівня взаєморозуміння та співпраці, а психологічні підрозділи допомагають в розвитку цих важливих навичок.

Отже, створення психологічних підрозділів при спортивних кафедрах університетів є необхідним кроком для забезпечення гармонійного розвитку студентів-спортсменів. Ці підрозділи допомагають реалізувати потенціал учасників спортивної діяльності, забезпечуючи їм психологічну підтримку та навчання навичкам, які є важливими як для спортивних досягнень, так і для особистісного розвитку.

Функціонування психологічних підрозділів при спортивних кафедрах в університетах США має свої особливості, які спрямовані на забезпечення комплексної підтримки та розвитку студентів-спортсменів. Однією з ключових особливостей є інтеграція психологічної підготовки у загальний навчальний процес. Психологи співпрацюють з тренерами та викладачами, надаючи їм рекомендації щодо впровадження психологічних аспектів у тренування та навчання, а також проводячи спільні семінари та тренінги.

Професійні психологи допомагають студентам в розвитку психологічної стійкості та стресоустійкості. Наприклад, в Університеті Флориди (University of Florida) психологи спільно з тренерами спеціалізуються на навчанні студентів-спортсменів методам релаксації та психологічного відновлення після навантажень. Вони надають практичні

інструменти для кращого контролю над емоціями та стресом, що сприяє вдосконаленню спортивних досягнень.

Окрім того, психологічні підрозділи сприяють розвитку лідерських якостей та комунікативних навичок. В Університеті Північної Кароліни в Чапел-Хілл (University of North Carolina at Chapel Hill) психологи спільно з тренерами проводять тренінги з комунікації та співпраці для спортсменів, що допомагає формувати в них ефективні взаємовідносини та сприяє командному дусі.

Важливим аспектом є також надання психологічної підтримки під час травм та складних життєвих ситуацій. В Університеті Огайо (Ohio University) психологи спільно з медичними фахівцями пропонують програму підтримки спортсменів під час реабілітації після травм. Вони допомагають студентам подолати психологічні труднощі, пов'язані з обмеженнями в фізичній активності та поверненням до спортивних занять.

Психологічні підрозділи при спортивних кафедрах університетів України можуть виконувати ряд важливих функцій у процесі фізичного виховання студентів. Перш за все, вони можуть забезпечувати психологічну підготовку спортсменів до тренувань та змагань. Ця функція включає розвиток ментальних навичок, таких як концентрація, управління емоціями, управління стресом та тривогою. Психологи можуть навчити студентів-спортсменів технікам релаксації, дихальним вправам та іншим стратегіям, що сприяють підвищенню психічної стійкості та покращенню спортивних результатів.

Другою важливою функцією психологічних підрозділів є підтримка студентів-спортсменів у вирішенні психологічних труднощів та проблем. Це можуть бути питання самооцінки, мотивації, навіть міжособистісних конфліктів, які можуть виникнути в спортивному оточенні. Психологи можуть надавати консультації, вести індивідуальні або групові сесії, допомагати студентам розуміти та подолувати психологічні бар'єри, які можуть завадити їхньому розвитку в спорті.

Третя функція – це розвиток психологічної готовності до змагань. Психологи можуть надавати спеціалізовані тренування, спрямовані на підвищення самовпевненості, контролю над емоціями та мотивації перед важливими змаганнями. Вони можуть допомагати студентам розробляти плани дій під час змагань, включаючи психологічні стратегії, що сприяють досягненню найкращих результатів.

Четверта функція – це підтримка психологічного благополуччя та загального розвитку. Психологічні підрозділи можуть організовувати тренінги зі стрес-менеджменту, самореалізації та підвищення життєвого задоволення. Це важливо для того, щоб студенти-спортсмени могли впоратися з вимогами спортивного навчання та забезпечити гармонійний розвиток своєї особистості.

Загалом, психологічні підрозділи при спортивних кафедрах університетів України відіграють важливу роль у забезпеченні психологічної підтримки, розвитку ментальних навичок та забезпеченні психологічного благополуччя студентів-спортсменів, що сприяє їхньому успішному фізичному розвитку та спортивним досягненням.

Університети США активно інтегрують психологічні знання в процес оцінювання результатів фізичної підготовки студентів з метою забезпечення більш об'єктивної, глибокої та комплексної оцінки їхньої фізичної діяльності та розвитку. Цей підхід дозволяє зважати не лише на фізичні параметри, але і на психологічні фактори, які впливають на результати та сприйняття студентами своєї фізичної підготовки.

Психологічні аспекти відображаються в системі критеріїв та оціночних параметрів, які використовуються для оцінювання фізичної підготовки. Оцінка може враховувати психологічні аспекти, такі як мотивація, самодисципліна, рівень стресостійкості та психологічна готовність до змагань. Наприклад, студенти можуть отримати додаткові бали за позитивний підхід до тренувань, ефективність використання психологічних стратегій у підготовці та змаганнях.

Додатково, психологічні знання використовуються при розробці індивідуальних планів розвитку та підготовки для студентів-спортсменів. Вони допомагають визначити психологічні потреби кожного студента та спрямованість до досягнення конкретних цілей. Це може включати розробку планів психологічної підготовки до змагань, впровадження ментальних тренувань та індивідуальних психологічних консультацій.

Крім того, психологічні аспекти можуть впливати на методи оцінки та способи звітування про результати фізичної підготовки. Особистісний підхід враховує психологічні особливості кожного студента та може відобразитися відповідними коментарями та рекомендаціями у звіті, спрямованими на поліпшення психологічної підготовки та розвитку.

Загалом, інтеграція психологічних знань у процес оцінювання фізичної підготовки студентів університетів США допомагає забезпечити більш глибокий та збалансований підхід до оцінки їхньої спортивної діяльності, сприяє розвитку ментальних навичок та психологічної готовності, що відіграє важливу роль у формуванні комплексної спортивної підготовки.

Інтеграція психологічних знань в процес оцінювання результатів фізичної підготовки студентів університетів України є важливим кроком для забезпечення більш комплексної та об'єктивної оцінки їхнього фізичного розвитку та спортивних досягнень. Психологічні аспекти можуть бути інтегровані в оцінювання через кілька шляхів.

По-перше, визначення критеріїв оцінювання може враховувати психологічні показники. Наприклад, крім фізичних параметрів, таких як швидкість, сила чи витривалість, критерії можуть включати аспекти, пов'язані з психологічною готовністю до змагань, управління емоціями та стресом. Це може допомогти врахувати внутрішні фактори, які впливають на спортивні досягнення.

По-друге, розробка індивідуальних планів розвитку та підготовки може включати психологічні аспекти. Психологи можуть спільно з тренерами створювати плани, які враховують психологічні потреби студентів.

Наприклад, це може бути розробка стратегій психологічної підготовки перед важливими змаганнями або використання ментальних тренувань для підвищення мотивації та самодисципліни.

По-третє, оцінка може включати психологічні показники, що відображають психологічний стан та психологічний досвід студентів. Наприклад, анкети, спрямовані на визначення рівня стресу, самооцінки та мотивації, можуть бути використані для отримання додаткової інформації про психологічний аспект спортивної діяльності.

По-четверте, психологічні консультації та тренінги можуть бути включені в процес оцінювання для підтримки психологічної підготовки студентів. Індивідуальні розмови з психологами, тренінги з розвитку ментальних навичок та підготовки до змагань можуть сприяти покращенню психологічної готовності та ефективності.

Таким чином, інтеграція психологічних знань в процес оцінювання результатів фізичної підготовки студентів університетів України відкриває можливості для більш глибокого розуміння взаємозв'язку між фізичними та психологічними аспектами спортивної діяльності, що сприяє їхньому гармонійному розвитку та досягненню високих результатів.

### **Висновки до п'ятого розділу**

Системи виховання фізичної культури студентів в університетах США та України мають як спільні риси, так і відмінності. Спільними характеристиками є важливість фізичного здоров'я і активності для студентів, а також роль університетського середовища у сприянні фізичній активності і розвитку спорту. Обидві системи включають в себе обов'язкові курси фізичної культури та спортивні ігри. Однак є різниці у підходах. У США більший акцент робиться на виборі студентами конкретних фізичних активностей і розвитку фітнес-культури. Спорт та фізична активність в більшості випадків є важливою частиною університетського досвіду, проте

студенти мають більше свободи у виборі активностей, які вони вважають цікавими. Українська система виховання фізичної культури націлена на сприяння загальній фізичній розвинутості і розвитку спортивних навичок, особливо в спеціалізованих університетах. В Україні деякі предмети фізичної культури є обов'язковими для всіх студентів.

Передача досвіду виховання фізичної культури студентів від університетів США до України має потенціал сприяти поліпшенню системи фізичного виховання і розвитку спорту серед студентів в Україні. Українські університети можуть впроваджувати підходи до фізичного виховання, спрямовані на розвиток фітнес-культури серед студентів. Це може включати в себе розширення фітнес-програм та створення сприятливих умов для зайняття спортом. Заохочення студентів до здорового способу життя, включаючи правильне харчування і регулярну фізичну активність, може бути імплементовано в українських університетах згідно із американським досвідом. Інтеграція психологічних знань в процес фізичної підготовки студентів університетів України (через створення інтегративних курсів, відкриття кабінетів психології при спортивних об'єктах) відкриває можливості для більш глибокого розуміння взаємозв'язку між фізичними та психологічними аспектами спортивної діяльності, що сприяє їхньому гармонійному розвитку та досягненню високих результатів. Найбільш важливим напрямком є розбудова мережі спортивних інфраструктурних об'єктів, що буде враховувати потреби та інтереси всіх груп студентів.

В цілому, перенесення кращих практик з системи виховання фізичної культури студентів з США до України може сприяти зростанню фізичної активності, здоров'я та розвитку студентів, сприяючи їхньому гармонійному фізичному та психологічному розвитку.

## ВИСНОВКИ

У ході дослідження визначено, що основними методологічними підходами, які використовують американські вчені у вивченні проблеми виховання фізичної культури студентів університетів США, є квалітативний, кількісний, дослідницький, експертний, компаративний та історичний підходи. Кожен з цих методологічних підходів відіграє важливу роль у розумінні та вирішенні проблеми виховання фізичної культури студентів, сприяючи глибшому аналізу, систематизації та розкриттю різних аспектів даної проблеми. Квалітативний підхід дозволяє отримати інсайти в індивідуальні думки, переконання та досвід студентів стосовно фізичної культури та її виховання. Кількісний підхід, натомість, надає можливість отримати статистичні дані про рівень фізичної активності студентів, їхні звички щодо спорту та рухової активності. Використання кількісного підходу дає можливість встановити статистично достовірні відомості про кореляції та відмінності між різними чинниками, що обумовлюють фізичну активність студентів. Дослідницький підхід сприяє вивченню різних аспектів виховання фізичної культури, включаючи програми фізичного виховання, доступність спортивних об'єктів та програм для студентів. Експертний підхід передбачає консультації з фахівцями в галузі фізичної культури та виховання, які надають цінні погляди та рекомендації для вдосконалення системи фізичного виховання в університетах. Компаративний підхід дає змогу порівняти систему фізичного виховання студентів у США з аналогічними системами в інших країнах, що допомагає виявити основні відмінності та схожості, а також виявити потенційні можливості для удосконалення. Історичний підхід, у свою чергу, дозволяє розглядати історичний розвиток системи фізичного виховання студентів у США та визначати, які історичні фактори вплинули на її сучасний стан. Використання різноманітних методологічних підходів у дослідженні проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США дозволяє отримати більш повне та глибоке розуміння



цієї проблеми, ідентифікувати чинники, що впливають на неї, і надати рекомендації для подальших покращень в цій сфері. Кожен із цих методологічних підходів мав своє значення та вносить вагомий внесок у загальний розгляд проблеми виховання фізичної культури студентів.

Теоретичний аналіз дозволив нам визначити основні поняття, які складають понятійно-термінологічний апарат дослідження проблеми виховання фізичної культури студентів в університетах США. Цей апарат включає в себе низку ключових понять, які стали основою для аналізу в межах наукової роботи. Першим і одним із найважливіших понять є «фізична культура». Це поняття визначається як система цінностей, знань і практик, пов'язаних із фізичною активністю та руховою діяльністю людини. У дослідженні фізична культура розглядається як важливий елемент формування здорового способу життя студентів університетів. Другим ключовим поняттям є «виховання», яке визначається як система впливів та взаємовідносин, спрямованих на формування особистості та розвиток її фізичних, моральних та інтелектуальних якостей. Третім важливим поняттям було визначене «університетське середовище», яке відображає умови та контекст, в якому студенти знаходяться в процесі навчання та розвитку фізичної культури. Четвертим поняттям є «роль викладачів та тренерів», що відображає вплив педагогічних та тренерських кадрів на формування фізичної культури студентів. П'ятим поняттям є «педагогічні технології», які включають в себе методи та прийоми, які використовуються для організації та проведення навчальних занять та тренувань з фізичної культури студентів. Шостим поняттям є «розвиток фізичних здібностей студентів», яке описує процес покращення фізичних характеристик та здібностей студентів через систематичну фізичну активність та тренування. Сьомим поняттям є «мотивація до фізичної активності», яка визначає чинники, які стимулюють студентів до занять фізичною культурою та спортом. Восьмим поняттям є «вплив фізичної активності на здоров'я студентів», що описує наслідки фізичної активності на фізичне та психічне здоров'я студентів. Дев'ятим

поняттям є «оцінка ефективності виховання фізичної культури», яке відображає процес визначення результатів та успішності програм і методів виховання фізичної культури студентів університетів.

У ході аналізу сучасного стану вивчення виховання фізичної культури студентів в університетах США визначено основні напрямки, на яких американські вчені концентрують свою увагу. Першим напрямком є вивчення впливу фізичної активності на здоров'я студентів. Дослідники аналізують вплив різних видів фізичної активності на фізичне та психічне здоров'я студентів і розробляють рекомендації для покращення стану здоров'я через фізичну активність. Другим важливим напрямком є дослідження впливу фізичної активності на академічну успішність студентів. Вчені вивчають зв'язок між рівнем фізичної активності та результатами навчання, спрямовуючи увагу на можливість поліпшення академічних показників завдяки регулярній фізичній діяльності. Третім напрямком досліджень є мотивація саморозвитку студентів через фізичну культуру. Четвертим важливим аспектом є вивчення ролі викладачів та тренерів у процесі фізичного виховання студентів. Дослідники розглядають методики та підходи до навчання та тренування, а також вплив педагогічних та тренерських кадрів на розвиток фізичної культури студентів. П'ятим напрямком аналізу є особливості розвитку фізичної культури під час епідемії COVID-19. Аналіз сучасного стану вивчення виховання фізичної культури студентів в університетах США показує актуальність та різноманітність досліджень в цій галузі. Вчені активно досліджують важливі аспекти, спрямовані на поліпшення фізичного та психічного здоров'я студентів, підвищення їхньої академічної успішності та мотивації до саморозвитку, а також адаптацію до непередбачуваних обставин, таких як пандемія. Ці дослідження сприяють подальшому розвитку фізичної культури та здорового способу життя серед студентів університетів.

У процесі дослідження системи виховання фізичної культури студентів в університетах США визначено характерні риси, які найбільше притаманні

цій системі, сприяючи формуванню активного та здорового способу життя серед студентської молоді. Першою характеристикою є інтеграція фізичної культури в університетську освітню систему. Університети США активно впроваджують фізичну активність як важливий компонент загальноосвітнього процесу. Це виражається у включенні фізичних занять та спортивних програм до навчального розкладу, що сприяє розвитку фізичної культури серед студентів та їхньому здоров'ю. Другою особливістю є наявність багатоцільових спортивних програм та клубів. Університети надають студентам можливість вибору спортивних активностей, що відповідають їхнім інтересам та потребам. Третьою характеристикою є програми з активним відпочинком на відкритому повітрі. Університети США враховують важливість здорового життя та підтримують студентів у здійсненні активних відпочинкових заходів на свіжому повітрі. Четвертою характеристикою є підтримка активних студентських спортивних команд. Університети фінансують та сприяють розвитку студентських спортивних команд, що сприяє популяризації фізичної активності серед студентів та створює можливості для змагань та спортивного росту. Отже, система виховання фізичної культури студентів в університетах США є добре організованою та орієнтованою на забезпечення активного та здорового способу життя серед студентської молоді. Інтеграція, багатоцільові програми, активний відпочинок та підтримка студентських спортивних команд формують основу для розвитку фізичної культури в університетському середовищі, сприяючи підготовці молодого покоління до здорового та активного життя.

Аналіз особливостей підготовки викладачів фізичної культури в університетах США дозволив виокремити ключові компоненти та особливості цього процесу. Першою складовою є бакалаврська підготовка. Цей етап включає в себе отримання базових знань та навичок у галузі фізичної культури та спорту. Студенти опановують широкий спектр дисциплін, включаючи фізіологію, методику навчання фізичної активності,

спортивну психологію та інші, що готують їх до майбутньої викладацької діяльності. Другою складовою є магістерська підготовка, яка спрямована на подальше поглиблення знань та розвиток викладацьких навичок. Студенти вивчають спеціалізовані курси, які дозволяють їм стати експертами у конкретних галузях фізичної культури, таких як фітнес, спортивні ігри, аеробіка, спортивний менеджмент тощо. Третьою складовою є докторська підготовка, яка розглядається як найвищий рівень підготовки для викладачів фізичної культури. Програми докторської освіти дозволяють студентам проводити власні дослідження та спеціалізуватися в обраній галузі. Досвід практичної діяльності є ще однією важливою складовою підготовки викладачів фізичної культури. Університети надають можливості для стажування та практичної роботи в спортивних школах, клубах та інших установах, що допомагає студентам отримати практичний досвід та підготувати їх до роботи на ринку праці. Сертифікація є завершальною складовою підготовки викладачів фізичної культури. Для того щоб викладати в університетах, викладачі повинні мати відповідні сертифікати та ліцензії, що підтверджують їхню кваліфікацію та компетентність. Загалом підготовка викладачів фізичної культури в університетах США включає в себе багатоетапний процес, що враховує як академічну, так і практичну складові. Такий підхід сприяє формуванню висококваліфікованих викладачів, які можуть успішно працювати в галузі фізичної культури та спорту, впливаючи на розвиток молодого покоління та популяризацію активного способу життя.

Порівняльний аналіз систем виховання фізичної культури в університетах України та США дозволив виявити спільні та відмінні риси, які характеризують ці дві системи. Обидві країни приділяють велику увагу фізичному розвитку студентів, розглядаючи його як важливий компонент загальноосвітнього процесу. Також, в обох країнах існують обов'язкові предмети з фізичної культури, спрямовані на підтримку фізичної активності серед студентів. Система фізичного виховання студентів в університетах США та України відрізняється низкою аспектів. Зокрема, система розвитку

фізичної культури студентів у США відзначається більшою індивідуалізацією та розвиненою різноспрямованою спортивною інфраструктурою. Студенти мають можливість вибирати з різноманітних видів фізичної активності та спорту, що відповідають їхнім інтересам та потребам. Система в США також активно враховує потреби особливих категорій студентів, забезпечуючи доступ до фізичної культури для всіх. Популяризація спорту та фізичної активності в університетському середовищі відіграє важливу роль у вихованні фізичної культури молоді. Сучасні технології також інтегруються в систему виховання фізичної культури студентів у США, що сприяє покращенню якості та доступності навчання фізичним навичкам. У ході порівняльного аналізу виявлено, що система виховання фізичної культури студентів у США вирізняється більшою індивідуалізацією, увагою до потреб особливих груп та активною популяризацією фізичної активності та спорту. В Україні такі підходи можуть стати джерелом навчального досвіду та вдосконалення власної системи виховання фізичної культури студентів.

Аналіз особливостей фізичної підготовки студентів в університетах США дозволив визначити основні напрямки їх творчого застосування в університетах України, що має важливе значення як в контексті реформування та якісного перетворення системи вищої освіти, так і післявоєнної розбудови країни. Унікальний досвід фізичної підготовки в американських університетах надає можливість українським закладам вищої освіти вдосконалення системи фізичної культури та спорту, а також сприяє підвищенню якості освіти в цій галузі. Одним із найважливіших напрямків творчого застосування американського досвіду є індивідуалізація фізичної підготовки. В університетах США студенти мають можливість обирати з різноманітних видів фізичної активності та спорту, враховуючи їхні індивідуальні інтереси та потреби. Цей підхід допомагає створити більш привабливу та ефективну систему фізичної підготовки для студентів. Урізноманітнення спортивної інфраструктури для задоволення

індивідуальних потреб студентів також є важливим напрямком застосування американського досвіду в Україні. Створення сучасних та різноманітних спортивних майданчиків та обладнання сприяє залученню більшої кількості студентів до фізичної активності та спорту. Інтеграція психологічних знань в систему фізичної підготовки відкриває нові можливості для розвитку студентів як особистостей. Психологічна підтримка та психологічний тренінг можуть сприяти підвищенню мотивації, психічній стійкості та саморозвитку студентів через фізичну активність.

Узагальнюючи, американський досвід фізичної підготовки студентів в університетах надає важливі настанови для подальшого розвитку системи фізичної культури в Україні. Індивідуалізація фізичної підготовки, урізноманітнення спортивної інфраструктури та інтеграція психологічних знань можуть сприяти покращенню фізичного розвитку та загального стану здоров'я студентів, а також сприяти їхньому активному життєвому стилю та самореалізації.

Проведене дослідження не вичерпує всіх теоретичних та практичних аспектів розглянутої проблеми. Подальший науковий пошук доцільно зосередити на дослідженнях програм фізичної підготовки майбутніх фахівців різного спрямування: менеджмент спорту, командний спорт, тренерська діяльність, фітнес тощо.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Банах В. Ефективність експериментальної розробки у формуванні мотивації здобувачів вищої освіти до фізичної активності у позааудиторний час. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. 2021. № 23. С. 20–28.
2. Блошенко О. І. Роль фізичної культури і спорту у розвитку студента. *Інформаційні технології: наука, техніка, технологія, освіта, здоров'я*. 2017. Ч. IV. С. 40.
3. Васянович Г. Методологічні контексти педагогічної науки на сучасному етапі її розвитку. *Педагогіка і психологія професійної освіти*. 2013. № (3). С. 9–30.
4. Войтович І., Войтович В., & Петрович В. Особливості організації секційних занять із фізичної культури в школі. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*, 2021. С. 19.
5. Гладуш В. А., & Лисенко Г. І. Педагогіка вищої школи: теорія, практика, історія. 2014.
6. Гончаренко О. С., Астапова А. Г. Вплив спортивно-масової і фізкультурно-оздоровчої роботи на рівень успішності у навчальному процесі здобувачів закладу вищої освіти. *Рекомендовано до друку вченою радою ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет» (протокол № 4 від 19.12. 2022 р.)*. 2022. 42 с.
7. Грибан Г. П. Оцінювання ефективності впровадження моделі методичної системи фізичного виховання студентів-аграріїв. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2012. № 11. С. 27–30.
8. Дегтяренко Т. В., & Яготін Р. С. Психофізіологічний підхід до організації занять з фізичної культури у студентів вищих навчальних закладів. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*.

*Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт* . 2017. № (147 (2)).  
С. 33–36.

9. Деделюк Н. А. Теорія і методика адаптивної фізичної культури. 2014.

10. Дубасенюк О. А. Професійно-педагогічна освіта: методологія, теорія, практика. 2015.

11. Єрмоменко Е. А. Бойовий хортинг у системі вищої освіти як засіб виховання фізичної культури та основ здоров'я студентів. *Фізичне виховання: проблеми та перспективи: монографія* / Мін-во освіти і науки України, Польський нац. ун-т.–Житомир: Рута. 2020. С. 255–270.

12. Єрмоменко Е. А., & Вехтєв В. В. Науково-інноваційні підходи до виховання фізичної культури та освоєння оздоровчих цінностей бойового хортингу школярами і студентами. *Наукові записки*. Серія: Педагогічні науки. 2021. № 192. С. 67–76.

13. Єрмоменко Е. А., & Дорошенко М. М. Бойовий хортинг у методиці виховання фізичної культури й основ здоров'я та визначення працездатності спортсменів учнівського і студентського віку. 2021.

14. Забіяка І., & Лобанова С. Міжкультурна комунікативна компетентність майбутніх фахівців технічного та гуманітарного профілю у контексті глобалізації освітнього простору. *Іноватика у вихованні*. 2020. № 2(11). С. 120–127.

15. Зеніна І. В., Гаврилова Н. М., Кузьменко Н. В. Вплив фізичних вправ на організм студентів. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія №15. *Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*: зб. наукових праць. Київ: Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2022. Вип. 1 . 2022. № 145. С. 47–50.

16. Каленський А. А. Концептуальні засади екоорієнтованих педагогічних технологій у професійній (професійно-технічній) освіті. *Вісник Глухівського національного педагогічного університету імені Олександра Довженка*. Серія: педагогічні науки. 2020. № 48. С. 87–94.



17. Каліна К. Є., Штефан Л. А. Методологічні підходи до дослідження проблем педагогічної теорії і практики. *Теорія та методика навчання та виховання*. 2019. № 46. С. 59–69.

18. Коваль О. Формування мотивацій розвитку фізичної активності у студентів закладів вищої освіти. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка*. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. 2020. № 16. С. 32–36.

19. Козленко О. Г. Функціональна грамотність з природничих наук PISA vs природничо-наукова компетентність. *Біологія і хімія в рідній школі*. 2022. № 2(145). С. 2–6.

20. Короткий термінологічний словник з основ психології і педагогіки дошкільної освіти / Т. Атрощенко, І. Козубовська, О. Попадич, Г. Розлуцька, О. Товканець, О. Шелевер. Ужгород: УжНУ. 2020. С. 52.

21. Лебедик Л. В. Вимірники педагогічної компетентності викладачів закладів вищої і передвищої освіти. *Імідж сучасного педагога*. 2020. № 1(190). С. 29–33.

22. Лебедик Л. В. Сучасні технології навчання і методики викладання дисциплін [Текст]: Навчально-методичний посібник для слухачів курсів підвищення кваліфікації педагогічних працівників закладів середньої, професійної (професійно-технічної), фахової передвищої та вищої освіти / Л. В. Лебедик В. Ю. Стрельніков М. В. Стрельніков Полтава. АСМІ, 2020. С. 303.

23. Лелека В. М. Американський досвід організації фізичного виховання у сфері вищої освіти. *Перспективи та інновації науки*. 2023. № 14(32). С. 271–278. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-14\(32\)-271-277](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-14(32)-271-277)

24. Лелека В. М. Американська модель регулювання професійного спорту української діаспори. *Наукові записки*. Серія: Педагогічні науки. Кропивницький: ЦДУ ім. В. Винниченка, 2023. Вип. 210. С. 259–263. DOI: <https://doi.org/10.36550/2415-7988-2023-1-210-259-263>

25. Лелека В.М., Бахтін А. М. Групи та рівні мотиваційного прагнення студентської молоді до навчання у вищому навчальному закладі на кафедрі військової підготовки. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського*. Педагогічні науки: зб. наук. пр. Миколаїв : МНУ імені В.О.Сухомлинського, 2017. № 3(58). С. 17–22.

26. Лелека В. М. Використання досвіду Америки щодо розвитку фізичної культури в Україні. *Наукові інновації та передові технології*. 2023. № 13(27). С. 741–748. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2023-13\(27\)-741-747](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2023-13(27)-741-747)

27. Лелека В. М. Вплив мас-медіа на розвиток професійного спорту та фізичної культури в США. *Перспективи та інновації науки*. 2024. № 1(35) С. 231–238. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-1\(35\)-231-238](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-1(35)-231-238).

28. Лелека В. М. Здоровий спосіб життя студентів у забезпеченні розвитку фізичної культури. *Вісник науки та освіти*. 2023. Вип. № 12 (18). С. 572–580. [https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-12\(18\)-572-580](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-12(18)-572-580)

29. Лелека В. М. Інформаційні технології в освітньому середовищі навчальних закладів США щодо забезпечення фізичного виховання студентів. *Вісник науки та освіти*. 2023. № 11(17). С. 824–832. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-11\(17\)-824-832](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-11(17)-824-832)

30. Лелека В.М., Козубенко О.С. Використання інноваційних технологій викладання біомеханіки у формуванні професійної успішності вчителя фізичної культури. *Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського*: зб. наук. пр. Серія «Педагогічні науки». Миколаїв : МНУ імені В. О. Сухомлинського, 2012. Вип. 1(39). С. 126–130.

31. Лелека В. М., Лісенчук Г. А., Хмельницька І. В., Кокарева С. М., Богатирьов К. О., Тупеев Ю. В., Борецька Н. О. Фітнес-тренінг як засіб підвищення фізичної підготовленості висококваліфікованих футболістів. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Київ : Національний педагогічний університет імені

М. П. Драгоманова, 2021. № 7(138). С. 77–82. DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.7\(138\).16](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.7(138).16)

32. Лелека В. М. Особливості розвитку і функціонування професійного спорту в США. *Наукові інновації та передові технології*. 2024. № 1(29). С. 758–764. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-1\(29\)-758-764](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-1(29)-758-764)

33. Лелека В. М. Підвищення ефективності державної політики в організації фізкультурно-оздоровчої та спортивної діяльності особам з інвалідністю. *Сучасні аспекти модернізації науки: стан, проблеми, тенденції розвитку*: матер. XLIII Міжнар. наук.-практ. конф. (Пештера, Болгарія, 07 квітня 2024 р.). Пештера, Болгарія, 2024. С. 124–127. URL: <http://perspectives.pp.ua/public/site/conferency/conf-43.pdf>

34. Лелека В. М. Популяризація урядом США здорового способу життя як фактору розвитку фізичного виховання молоді. *Вісник науки та освіти*. 2023. № 9(15). С. 463–371. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-9\(15\)-464-47](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-9(15)-464-47).

35. Лелека В. М. Пріоритети громадських організацій фізкультурно-спортивної спрямованості громадян України. *Сучасні аспекти модернізації науки: стан, проблеми, тенденції розвитку*: матер. XLIV Міжнар. наук.-практ. конф. (Умео, Швеція, 07 травня 2024 р.). Умео, Швеція, 2024. С. 72–74. URL: <http://perspectives.pp.ua/public/site/conferency/conf-44.pdf>

36. Лелека В. М. Програмно-нормативне забезпечення фізичного виховання в США. *Перспективи та інновації науки*. 2023. № 12(30). С. 346–353. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-12\(30\)-346-353](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-12(30)-346-353)

37. Лелека В. М. Професійний спорт в контексті політики стимулювання розвитку місцевої економіки. *Актуальні проблеми сучасної педагогічної науки і науково-педагогічних досліджень у контексті інтеграції до європейського освітнього простору*: зб. наук. пр. / редкол. : Р. С. Гуревич (голова) [та ін.]; Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського. Вінниця: ТОВ фірма «Друк плюс», 2023. Вип. 18. С. 113–117.

38. Лелека В. М. Становлення та розвиток спортивного руху української діаспори в США. *Наукові записки*. Серія: Педагогічні науки. Кропивницький : ЦДУ ім. В. Винниченка, 2023. Вип. 209. С. 238–241. DOI: <https://doi.org/10.36550/2415-7988-2022-1-209-238-241>

39. Лелека В. М. Сучасні проблеми та перспективи розвитку фізичного виховання, здоров'я і професійної підготовки студентської молоді. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка*. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. Чернігів : ЧДПУ, 2014. Вип. 118. Т. 2. С. 138–140.

40. Лелека В. М. Теоретичні концепції та методології розвитку фізичної активності міжнародного та європейського досвіду серед студентської громади. *Сучасна освіта в Україні: особливості розвитку в умовах воєнного стану та повоєнні перспективи*: колективна моногр. [електронне видання] / за заг. редакцією проф. Я. В. Галети; наук. ред. проф. Т. Я. Довга. Дніпро: Середняк Т. К., 2024. С. 364–390.

41. Лелека В. М. Шляхи та засоби формування патріотизму студентської молоді у поза навчальній виховній діяльності. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського*. Педагогічні науки: зб. наук. пр. Миколаїв : МНУ імені В. О. Сухомлинського, 2019. № 3 (66). С. 156–160.

42. Мартинів О., Шукатка О., Борисевич Л., Кушнір Р. Розвиток умінь та навиків культури здоров'язбереження студентів на засадах міждисциплінарної інтеграції. *Освіта. Інноватика. Практика*, 2023. Том 11, DOI: 10.31110/2616-650X-vol11i3-003. 2023. № 3. С. 18–23

43. Методика і методологія наукових досліджень у фізичному вихованні та спорті : навч. посіб. Укладачі : Р. Ф. Ахметов, Т. Б. Кутек. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2022. 192 с.

44. Молодчая Н. С. Англо-український словник «Новітня лексика академічного дискурсу» з методичними рекомендаціями. 2021.

45. Моляко В. О. Концепція виховання творчої особистості. *Всеукраїнський науково-практичний журнал «Директор школи, ліцею, гімназії»*. 2020. № 21(1). С. 50–55.
46. Ничкало Н. Г. Субдисципліни педагогіки: глобалізаційні та інформаційно-технологічні контексти. *Рекомендовано до друку вченою радою Львівського державного університету безпеки життєдіяльності (протокол № 2 від 4 жовтня)*. 2017. С. 9.
47. Павлюк О. М., & Брусак О. М. Особливості науково-педагогічних компетентностей тренера-викладача як психолого-педагогічна проблема. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки*. 2020. №3 (351). С. 326–336.
48. Паламарчук В., & Барановська О. Педагогічні технології навчання в умовах нової української школи: вектор розвитку. *Український педагогічний журнал*. 2018. № 3. С. 60–66.
49. Пасічник О. С. Міжкультурна компетентність як складова іншомовної комунікативної компетентності. *Компетентнісно орієнтоване навчання: виклики та перспективи*. 2021. С. 160–165.
50. Поберезська Г. Г. Коучинг як педагогічна технологія студентоцентричного навчання у ВНЗ. *Технологія і техніка друкарства*. 2020. № (4). С. 99–107.
51. Приходько В., & Чернігівська С. Про потребу визначення місця фізичного виховання у реформі вітчизняної вищої школи в контексті компетентнісного підходу. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2016. № (1). С. 215–220.
52. Рибалко П. Керівні підходи і принципи у підготовці вчителів фізичної культури до оздоровчо-спортивної діяльності. *Гуманізація навчально-виховного процесу*. 2019. № 4 (96).
53. Рибалко П., & Хоменко С. Формування комплексної системи розвитку силових здібностей студентів аграрного вузу на заняттях з

тхеквондо. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2020. № 5. С. 103–106.

54. Романовська О. О., Романовська Ю. Ю., & Романовський О. О. Досвід вищої освіти Сполучених Штатів Америки ХХ–ХХІ століть. Книга 4.: *Особливості академічного (університетського) підприємництва у США другої половини ХХ – початку ХХІ століть*. Нова Книга. 2020. С. 240.

55. Самохвалова І. Ю., Мелюшкина В. В., & Рибалко П. Ф. Настільний теніс як засіб розвитку координаційних здібностей студентів аграрного університету. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки*. 2018. № (151 (1)). С. 133–136.

56. Согоконь О. А., & Донець О. В. Методичні рекомендації для проведення практичних занять з дисципліни «Фізичне виховання» у закладах вищої освіти. 2022.

57. Степанова І. В., & Федоренко Є. О. Організаційно-методичні засади рекреаційно-оздоровчої рухової активності різних груп населення: навч. посібник. Дніпро: Інновація, 2016. № 194. С. 6.

58. Троць Л. П. Роль викладача в формуванні мотивації студентів до занять фізичною культурою і спортом. 2021.

59. Фролова Л. С., Глазирін І. Д. Фахова виробнича практика: спортивно-масова та фізкультурно-оздоровча робота [навчальний посібник]. Черкаси: Вид. ЧНУ. 2013. С. 278.

60. Цьось А. В., & Гац Г. Педагогічна діагностика в процесі навчання фізичної культури учнів загальноосвітніх навчальних закладів. *Physical education, sport and health culture in modern society*. 2012. № 4 (20). С. 201–209.

61. Шевченко Галина. Освіта та духовне виховання людини. *Витоки педагогічної майстерності*. Сер.: Педагогічні науки. 2014. № (13). С. 8.

62. Шестерова Л., & Синиця Т. Шляхи підвищення мотивації студентів до занять фізичним вихованням в умовах карантину. *Проблеми та*

*перспективи розвитку фізичного виховання і здоров'я людини*. 2022. С. 348-351.

63. Ягупов В. В. Аксіологічний вимір європейського освітнього простору та методологічні проблеми українських дослідників у педагогіці. *Редакційна колегія*. 2020. С. 51.

64. Condello G., Capranica L., Doupona M., Varga K., & Burk V. Dual-career through the elite university student-athletes' lenses: The international FISU-EAS survey. *PloS one*, e022327. 2019. № 14(10).

65. Anatomy & Physiology: Support & Movement URL: <https://www.coursera.org/learn/anatomy--physiology-support--movement> (retrieved at 20.08.2023)

66. Abasilim U. D., Gberevbie D. E., & Osibanjo O. A. Leadership styles and employees' commitment: Empirical evidence from Nigeria. *Sage Open*, 2158244019866287. 2019. № 9(3).

67. Abelha M., Fernandes S., Mesquita D., Seabra F., & Ferreira-Oliveira A. T. Graduate employability and competence development in higher education – A systematic literature review using PRISMA. *Sustainability*. 2020. № 12(15). P. 5900.

68. About PHE URL: <https://www.peerhealthexchange.org/about> (Retrieved at 23.08.2023).

69. Acabchuk R. L., Brisson J. M., Park C. L., Babbott-Bryan N., Parmelee O. A., & Johnson B. T. Therapeutic effects of meditation, yoga, and mindfulness-based interventions for chronic symptoms of mild traumatic brain injury: a systematic review and meta-analysis. *Applied Psychology: Health and Well-Being*. 2021. № 13(1). P. 34–62.

70. Adams W. M., Terranova A. B., & Belval L. N. Addressing diversity, equity, and inclusion in athletic training: Shifting the focus to athletic training education. *Journal of Athletic Training*, . 2021. № 56(2). P. 129–133.

71. Aitchison B., Rushton A. B., Martin P., Bar, M., Soundy A., & Heneghan, N. R. The experiences and perceived health benefits of individuals with

a disability participating in sport: A systematic review and narrative synthesis. *Disability and health journal* . 2022. № 15(1). P. 101164.

72. Alessandri E., Rose D., & Wasley D. Health and wellbeing in higher education: a comparison of music and sport students through the framework of self determination theory. *Frontiers in psychology* . 2020. № 11. P. 566.

73. Almedina-McQuade L. M. *Yoga: Mindful Physical Activity to Enhance College Students' Well-Being*. The University of North Carolina at Greensboro. 2021.

74. Altavilla G., Manna A., & Lipoma M. Relevance of empathy in educational relationships and learning processes. *Journal of Physical Education and Sport*. 2021. № 21. P. 692–695.

75. Amaro N., Monteiro D., Rodrigues F., Matos, R., Jacinto M., Cavaco, B., ... & Antunes, R. Task-Involving Motivational Climate and Enjoyment in Youth Male Football Athletes: The Mediation Role of Self-Determined Motivation. *International Journal of Environmental Research and Public Health* . 2023. №20(4). P. 3044..

76. American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance URL: <https://www.pgpedia.com/a/american-alliance-health-physical-education-recreation-and-dance> (retrieved at 20.08.2023)

77. Anderson E., & White A. *Sport, theory and social problems: A critical introduction*. Routledge. 2017.

78. Ansari J. A. N., & Khan N. AExploring the role of social media in collaborative learning the new domain of learning. *Smart Learning Environments*. 2020. №7(1). P. 1–16.

79. Anwer M., & Reiss M. Linking research and practice in education: The views of expert researchers in the field. *Journal of Education for Teaching*. 2023. № 49(2). P. 326–340.

80. Aron C. M., Harve S., Hainline B., Hitchcock, M. E., & Reardon, C. L. Post-traumatic stress disorder (PTSD) and other trauma-related mental disorders in



elite athletes: a narrative review. *British journal of sports medicine*. 2019. №53(12). P. 779–784.

81. Aspers P., & Corte U.. What is qualitative in qualitative research. *Qualitative sociology*, 2019. № 42. P. 139–160.

82. Athletic training URL: <https://www.kines.umich.edu/academics/athletic-training> (retrieved at 21.08.2023)

83. Baena-Morales S., & González-Víllora S. Physical education for sustainable development goals: Reflections and comments for contribution in the educational framework. *Sport, Education and Society*. 2023. № 28(6). P. 697–713.

84. Balamuralithara B., & Woods P. C. Virtual laboratories in engineering education: The simulation lab and remote lab. *Computer Applications in Engineering Education*. 2009. № 17(1). P. 108-118.

85. Ballinger D. A., & Bishop J. G. Theory into practice: Mentoring student teachers: Collaboration with physical education teacher education. *Strategies*. 2011. № 24(4). P. 30–34.

86. Banks J. A. *Cultural diversity and education: Foundations, curriculum, and teaching*. Routledge. 2015.

87. Barrot J. S., Llenares I. I., & Del Rosario L. S. Students' online learning challenges during the pandemic and how they cope with them: The case of the Philippines. *Education and information technologies*. 2021. №. 26(6). P. 7321–7338.

88. Bates S., Greene D., & O'Quinn L. Virtual sport-based positive youth development during the COVID-19 pandemic. *Child and Adolescent Social Work Journal*. 2021. № 38(4). P. 437–448.

89. Bean C. N., Fortier M., Post C., & Chima K Understanding how organized youth sport may be harming individual players within the family unit: A literature review. *International journal of environmental research and public health* . 2020. № 11(10). P. 10226–10268.

90. Beauchamp M. R., & Eys M. A. (Eds.). *Group dynamics in exercise and sport psychology*. Routledge. 2014.

91. Benaraba C. M. D., Bulaon N. J. B., Escosio S. M. D., Narvaez A. H. G., Suinan A. N. A., & Roma M. N. A comparative analysis on the career perceptions of tourism management students before and during the COVID-19 pandemic. *Journal of Hospitality, Leisure, Sport & Tourism Education* . 2022. № 30, 100361.

92. Bernard P., Chevance G., Kingsbury C., Baillot A., Romain A. J., Molinier V., ... & Dancause K. N. Climate change, physical activity and sport: a systematic review. *Sports Medicine*. 2021. № 51. P. 1041–1059.

93. Bessa C., Hastie P., Araújo R., & Mesquita I. What do we know about the development of personal and social skills within the sport education model: A systematic review. *Journal of sports science & medicine*. 2019. №18(4). P. 812.

94. Bihu R. Using unstructured interviews in educational and social science research: The process, opportunity and difficulty. *Global Scientific Journals, GSSJ*, 8. 2020. № 10.

95. Billings A. C., Butterworth M. L., & Turman P. D. *Communication and sport: Surveying the field*. sage publications. 2017.

96. Birgili B. Creative and critical thinking skills in problem-based learning environments. *Journal of Gifted education and creativity*. 2015. № 2(2). P. 71-80.

97. Blackboard URL: <https://www.blackboard.com/> (retrieved at 20.08.2023)

98. Blankenship B. *The psychology of teaching physical education: From theory to practice*. Taylor & Francis. 2017.

99. Blikhar V., Kovalchuk Z., Vavryniv O., Yaremko R., Bodnarchuk V., & Tsiupryk A. Results of the Implementation of a Comprehensive Socio-Psychological Program to Foster Professional Empathy Among Professionals in the Helping Professions. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*. 2023. №14(2). P. 1–13.

100. Bond M., Buntins K., Bedenlier S., Zawacki-Richter O., & Kerres M. Mapping research in student engagement and educational technology in higher

education: A systematic evidence map. *International journal of educational technology in higher education*. 2020. № 17(1). P. 1–30.

101. Brandon R. N. *Adaptation and environment*. Princeton University Press. 2014. № 1040.

102. Bray S. R., & Born H. A. Transition to university and vigorous physical activity: Implications for health and psychological well-being. *Journal of American College Health*. 2004. № 52(4). P. 181–188.

103. Brecht A. A., & Burnett D. D. Advising student-athletes for success: Predicting the academic success and persistence of collegiate student-athletes. *NACADA Journal*. 2019. № 39(1). P. 49–59.

104. Brenner J. S. Sports specialization and intensive training in young athletes. *Pediatrics*. 2016. № 138 (3).

105. Brown A., & Danaher P. A. CHE principles: Facilitating authentic and dialogical semi-structured interviews in educational research. *International Journal of Research & Method in Education*. 2019. № 42(1). P. 76–90.

106. Bulger S. M., Mohr D. J., Carson L. M., & Wiegand, R. L. Infusing health-related physical fitness in physical education teacher education. *Quest*. 2001. № 53(4). P. 403–417.

107. Byram M. *Teaching and assessing intercultural communicative competence: Revisited*. Multilingual Matters. 2020.

108. Calderón A., Scanlon D., MacPhail A., & Moody B. An integrated blended learning approach for physical education teacher education programmes: teacher educators' and pre-service teachers' experiences. *Physical Education and Sport Pedagogy*. 2021. № 26(6). P. 562-577.

109. Calixte R., Rivera A., Oridota O., Beauchamp W., & Camacho-Rivera, M.. Social and demographic patterns of health-related Internet use among adults in the United States: a secondary data analysis of the health information national trends survey. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2020. № 17(18). P. 6856.

110. Campbell K. L., Winters-Stone K., Wiskemann J., May, A. M., Schwartz A. L., Courneya K. S., & Schmitz K. H. Exercise guidelines for cancer survivors: consensus statement from international multidisciplinary roundtable. *Medicine and science in sports and exercise*. 2019. №51(11). P. 2375.
111. Campus recreation Florida Atlantic University URL: <https://www.fau.edu/campusrec/club/> (retrieved at 20.08.2023).
112. Canvas URL: <https://www.canvas.net/> (retrieved at 20.08.2023)
113. Caputo E. L., & Reichert F. F. Studies of physical activity and COVID-19 during the pandemic: a scoping review. *Journal of Physical Activity and Health*, 2020. № 17(12). P. 1275–1284.
114. Carnevale A. P., Smith N., Melton M., & Price E. Learning While Earning: The New Normal. *Georgetown University Center on Education and the Workforce*. 2015.
115. Carrillo Álvarez E., & Riera Romani J. Measuring social capital: further insights. *Gaceta sanitaria* . 2017. № 31. P. 57-61.
116. Casey A., Goodyear V. A., & Armour K. M. (Eds.). *Digital technologies and learning in physical education: Pedagogical cases*. Taylor & Francis. 2016.
117. Cece V., Guillet-Descas E., Nicaise V., Lienhar, N., & Martinent G. Longitudinal trajectories of emotions among young athletes involving in intense training centres: Do emotional intelligence and emotional regulation matter?. *Psychology of Sport and Exercise*. 2019. № 43. P. 128–136.
118. Chalip L., & Fairley S. Thinking strategically about sport events. *Journal of Sport & Tourism*. 2019. № 23(4). P. 155-158.
119. Chambers F. C., Armour, K., Luttrell S., Bleakley W., Brennan D., & Herold, F. Mentoring as a profession-building process in physical education teacher education. *Irish Educational Studies*. 2012. № 31(3). P. 345–362.
120. Chang C., Putukian M., Aerni G., Diamond A., Hong G., Ingram Y., ... & Wolanin A. Mental health issues and psychological factors in athletes: detection, management, effect on performance and prevention: American Medical Society for

Sports Medicine Position Statement—Executive Summary. *British journal of sports medicine*, 2020. № 54(4). P. 216–220.

121. Checa D., & Bustillo A.. A review of immersive virtual reality serious games to enhance learning and training. *Multimedia Tools and Applications*. 2020. №79. P. 5501–5527.

122. Chelladurai P. Managing organizations for sport and physical activity: A systems perspective. Taylor & Francis. 2014.

123. Chiva-Bartoll O., Ruiz-Montero P. J., Martín-Moya R., Pérez López I., Giles Girela J., García-Suárez J., & Rivera García E. University service-learning in physical education and sport sciences: A systematic review. 2019.

124. Choy L. T. The strengths and weaknesses of research methodology: Comparison and complimentary between qualitative and quantitative approaches. *IOSR journal of humanities and social science*. 2014. № 19(4). P. 99–104.

125. Chu T. L., & Zhang T. The roles of coaches, peers, and parents in athletes' basic psychological needs: A mixed-studies review. *International Journal of Sports Science & Coaching*. 2019. № 14(4). P. 569–588.

126. Clark T. R. *The 4 stages of psychological safety: Defining the path to inclusion and innovation*. Berrett-Koehler Publishers. 2020.

127. Clarsen B., Bahr R., Myklebust G., Andersson S. H., Docking S. I., Drew M., ... & Verhagen E. Improved reporting of overuse injuries and health problems in sport: an update of the Oslo sport trauma research center questionnaires. *British journal of sports medicine* . 2020. №54(7). P. 390–396.

128. Clavio G., & Walsh P. Dimensions of social media utilization among college sport fans. *Communication & Sport* . 2014. № 2(3). P. 261–281.

129. Cooper K. H., Greenberg, J. D., Castelli D. M., Barton M., Martin S. B., & Morrow Jr, J. R. Implementing policies to enhance physical education and physical activity in schools. *Research quarterly for exercise and sport*, 2016. № 87(2). P. 133–140.

130. Costa G., Glinia E., & Drakou A. The role of empathy in sport tourism services: A review. *Journal of Sport & Tourism*. 2004. № 9(4). P. 331–342.
131. Coulson J., Roberts P., & Taylor I. *University trends: Contemporary campus design*. Routledge. 2014.
132. Covell D., & Walker S. *Managing intercollegiate athletics*. Routledge. 2021.
133. Crowley J., Ball L., & Hiddink G. J. Nutrition in medical education: a systematic review. *The Lancet Planetary Health*. 2020. №3(9). P. 379–389.
134. Danish S., Forneris T., Hodge K., & Heke I. Enhancing youth development through sport. *World leisure journal*. 2004. № 46(3). P. 38–49.
135. Deliens T., Deforche B., De Bourdeaudhuij I., & Clarys P. Determinants of physical activity and sedentary behaviour in university students: a qualitative study using focus group discussions. *BMC public health*. 2015. № 15(1). P. 1–9.
136. Dickinson R. K., Coulter, T. J., & Mallett C. J. Humanistic theory in sport, performance, and sports coaching psychology. In *Oxford Research Encyclopedia of Psychology*. 2019.
137. Dollarhide C. T., & Oliver K. Humanistic professional identity: The transtheoretical tie that binds. *The Journal of Humanistic Counseling*. 2014. № 53(3). P. 203–217.
138. Donnelly A. A., & MacIntyre T. E. (Eds.). *Physical activity in natural settings: green and blue exercise*. Routledge. 2019.
139. Donnor J. K. Towards an interest-convergence in the education of African-American football student athletes in major college sports. In *Critical Race Theory in Education*. Routledge. 2020. P. 57–59.
140. Dooling K., Marin M., Wallace M., McClung N., Chamberland M., Lee G. M., ... & Oliver S. E. The Advisory Committee on Immunization Practices' updated interim recommendation for allocation of COVID-19 vaccine – United States, December *Morbidity and Mortality Weekly Report*, 2021. № 69(51–52). P. 1657.

141. Duda J. L., Appleton P. R., Stebbings J., & Balaguer, I. Towards more empowering and less disempowering environments in youth sport: Theory to evidenced-based practice. In *Sport psychology for young athletes*. Routledge. 2017. P. 81–93.

142. Dweck C. S. From needs to goals and representations: Foundations for a unified theory of motivation, personality, and development. *Psychological review*. 2017. № 124(6). 689 p.

143. Dyachenko-Bogun M., Hrystai N., & Bolshaya O. Інтеграція здоров'язберезувальних технологій у навчальний процес студентів природничих спеціальностей. *Витоки педагогічної майстерності*. 2023. № (31). С. 52–59.

144. Dyson B., & Casey A. Cooperative learning in physical education and physical activity: A practical introduction. Routledge. 2016.

145. Elliott C., Mavriplis C., & Anis H. An entrepreneurship education and peer mentoring program for women in STEM: mentors' experiences and perceptions of entrepreneurial self-efficacy and intent. *International Entrepreneurship and Management Journal*. 2020. № 16. P. 43–67.

146. Ellis R., & Hogard E. (Eds.). *Handbook of quality assurance for University teaching*. Routledge. 2018.

147. Ennis C. D. (Ed.). *Routledge handbook of physical education pedagogies*. Routledge. 2016.

148. Ennis C. D. Educating students for a lifetime of physical activity: Enhancing mindfulness, motivation, and meaning. *Research Quarterly for Exercise and Sport*. 2017. № 88(3). P. 241–250.

149. Escamilla-Fajardo P., Alguacil M., & López-Carril, S. Incorporating TikTok in higher education: Pedagogical perspectives from a corporal expression sport sciences course. *Journal of Hospitality, Leisure, Sport & Tourism Education*. 2020. № 28. P. 100302.

150. Evans J., Jones R., Karvonen A., Millard L., & Wendler, J. Living labs and co-production: university campuses as platforms for sustainability science. *Current Opinion in Environmental Sustainability*. 2015. № 16. P. 1–6.

151. Falcão W. R., Bloom G. A., & Bennie A. Coaches' experiences learning and applying the content of a humanistic coaching workshop in youth sport settings. *International Sport Coaching Journal*. 2017. № 4(3). P. 279–290.

152. Falcao W. R., Bloom G. A., & Sabiston C. M. The impact of humanistic coach training on youth athletes' development through sport. *International Journal of Sports Science & Coaching*. 2020. № 15(5–6). P. 610–620.

153. Fanselow M. S. Emotion, motivation and function. *Current Opinion in Behavioral Sciences*. 2018. № 19. P. 105–109.

154. Fardilha F. D. S., & Allen J. B. Defining, assessing, and developing creativity in sport: a systematic narrative review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*. 2020. № 13(1). P. 104–127.

155. Farrokhi A., Farahbakhsh R., Rezazadeh J., & Minerva R. Application of Internet of Things and artificial intelligence for smart fitness: A survey. *Computer Networks*. 2021. № 189. P. 107859.

156. Feitosa W. G., Correia R. D. A., Barbosa T. M., & de Souza Castro F. A. Kinematic, coordinative and efficiency parameters of physically impaired swimmers at maximum aerobic power speed. *The Open Sports Sciences Journal*. 2019. № 12(1).

157. Feize L., & Faver C. Teaching self-awareness: social work educators' endeavors and struggles. *Social Work Education*. 2019. № 38(2). P. 159–176.

158. Ferrer R. L., Neira L. M., De Leon Garcia G. L., Cuellar K., & Rodriguez, J. Primary care and food bank collaboration to address food insecurity: a pilot randomized trial. *Nutrition and metabolic insights*. 2019. № 12.

159. Festival in University of Houston URL: <https://www.uh.edu/pharmacy/news-and-events/releases-2014/august/race-for-control-run-festival/> (retrieved at 20.08.2023)



160. Filo K., Lock D., & Karg A Sport and social media research: A review. *Sport management review*. 2015. № 18(2). P. 166–181.
161. Finlay M. J., Tinnion D. J., & Simpson T. A virtual versus blended learning approach to higher education during the COVID-19 pandemic: The experiences of a sport and exercise science student cohort. *Journal of hospitality, leisure, sport & tourism education*. 2022. № 30. P. 363.
162. Fister I., Rauter S., Yang X. S., Ljubič K., & Fister Jr, I. Planning the sports training sessions with the bat algorithm. *Neurocomputing* . 2015. № 149. P. 993–1002.
163. FISU America Games URL: <https://usateam.org/sports/2020-fisu-america-games> (retrieved at 20.08.2023)
164. For students by students URL: <https://intramurals.mit.edu/> (retrieved at 20.08.2023).
165. Ford J. L., Masters S., & Vosloo J. High school coaches' attitudes toward sport psychology consultation and the barriers to implementation of sport psychology services. *International Journal of Sports Science & Coaching*. 2022. № 17(5). P. 999-1008.
166. Fouraki V. A. S. I. L. I. K. I., Stavrou N. A., Apostolidis N. I. K. O. L. A. O. S., & Psychountaki M. A. R. I. A. Coach and athlete leadership behaviors: examining their role in athlete's satisfaction. *Journal of Physical Education & Sport*. 2020. №20(10). P. 775.
167. Fox K. R., & Magnus L. Self-esteem and self-perceptions in sport and exercise. In *Routledge companion to sport and exercise psychology*. Routledge. 2014. P. 34-48.
168. Fransen K., Haslam S. A., Steffens N. K., Peters K., Mallett C. J., Mertens, N., & Boen, F. All for us and us for all: Introducing the 5R shared leadership program. *Psychology of Sport and Exercise*. 2020. № 51. P. 101762.
169. Frederick E., Pegoraro A., & Smith L. R An examination of Michigan State University's image repair via Facebook and the public response following the Larry Nassar scandal. *Communication & Sport*. 2021. № 9(1). P. 128-149.

170. Fuchs T. Levels of empathy—primary, extended, and reiterated empathy. *Empathy: Epistemic problems and cultural-historical perspectives of a cross-disciplinary concept*. 2017. P. 27–47.

171. Fullagar H. H., Harper L. D., Govus A., McCunn R., Eisenmann J., & McCall A. Practitioner perceptions of evidence-based practice in elite sport in the United States of America. *The Journal of Strength & Conditioning Research*. 2019. № 33(11). P. 2897–2904.

172. Fullagar H. H., McCall A., Impellizzeri F. M., Favero T., & Coutts A. J. The translation of sport science research to the field: a current opinion and overview on the perceptions of practitioners, researchers and coaches. *Sports Medicine*. 209. № 49. P. 1817–1824.

173. Funk D. C., Pizzo A. D., & Baker B. J. eSport management: Embracing eSport education and research opportunities. *Sport Management Review*. 2018. №.21(1). P. 7–13.

174. Galli, F., Giancamilli, F, Palombi T., Vitale J. A., Borghi S., De Maria, A., ... & Chirico A. Anxiety, motives, and intention for physical activity during the Italian COVID-19 lockdown: An observational longitudinal study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2022. № 19(8). P. 4689.

175. García A. J., Fong C. J., & Regalado Y. M. Motivational, Identity-Based, and Self-Regulatory Factors Associated with Academic Achievement of US Collegiate Student-Athletes: A Meta-Analytic Investigation. *Educational Psychology Review*. 2023. № 35(1). P. 14.

176. Gil-Arias A., Harvey S., García-Herreros F., González-Víllora S., Práxedes, A., & Moreno, A. Effect of a hybrid teaching games for understanding/sport education unit on elementary students' self-determined motivation in physical education. *European Physical Education Review*. 2021. № 27(2). P. 366–383.

177. Gill D. L., Williams L., & Reifsteck E. J. *Psychological dynamics of sport and exercise*. Human Kinetics. 2017.

178. Giustino V., Parroco A. M., Gennaro A., Musumeci G., Palma A., & Battaglia G. Physical activity levels and related energy expenditure during COVID-19 quarantine among the Sicilian active population: a cross-sectional online survey study. *Sustainability*. 2020. № 12(11). P. 4356.

179. Gokeler A., Benjaminse A., Hewett T. E., Paterno M. V., Ford K. R., Otten, E., & Myer, G. D. Feedback techniques to target functional deficits following anterior cruciate ligament reconstruction: implications for motor control and reduction of second injury risk. *Sports medicine*. 2013. № 43. P. 1065–1074.

180. González-García H., Martinent G., & Trinidad Morales A. Perceived coach leadership profiles and relationship with burnout, coping, and emotions. *Frontiers in psychology*. 2019. № 10. P. 1785.

181. Gopalan V., Bakar J. A. A., Zulkifli A. N., Alwi A., & Mat R. C. A review of the motivation theories in learning. In *Aip conference proceedings* (Vol. 1891, No. 1). AIP Publishing. . 2017. №. 1 (Vol 1891).

182. Gould D., Nalepa J., & Mignano M. Coaching generation Z athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*. 2020. №32(1). P. 104–120.

183. Green Jr, P. I., Finkel E. J., Fitzsimons G. M., & Gino, F The energizing nature of work engagement: Toward a new need-based theory of work motivation. *Research in Organizational behavior*. 2017. № 37. P. 1–18.

184. Griffin K. Exploring the possibilities of outdoor/adventure education. *Kinesiology Review*. 2020. № 9(4). P. 299–304.

185. Griffiths M. A., Goodyear V. A., & Armour K. M. Massive open online courses (MOOCs) for professional development: Meeting the needs and expectations of physical education teachers and youth sport coaches. *Physical Education and Sport Pedagogy*. 2022. № 27(3). P. 276–290.

186. Grigal M., Papay C., Weir C., Hart D., & McClellan M. L. Characteristics of higher education programs enrolling students with intellectual disability in the United States. *Inclusion*. 2022. №10(1). P. 35–52.

187. Group Fitness classes URL: <https://www.ymca.org/what-we-do/healthy-living/fitness/group-classes> (retrieved at 20.08.2023)

188. Gucciardi D. F., Hanton S., & Fleming S. Are mental toughness and mental health contradictory concepts in elite sport? A narrative review of theory and evidence. *Journal of science and medicine in sport*. 2017. № 20(3). P. 307–311.

189. Gupta S., & McCarthy P. J. Sporting resilience during COVID-19: What is the nature of this adversity and how are competitive elite athletes adapting? *Frontiers in Psychology*. 2021. № 12. P. 611.

190. Hagiwara G., Iwatsuki T., Isogai H., Van Raalte J. L., & Brewer B. W. Relationships among sports helplessness, depression, and social support in American college student-athletes. *Journal of Physical Education and Sport* . 2017. № 17(2). P. 753.

191. Hall, R. W. Creating the innovative university. *Technology & Innovation*. 2020. №21(4). P. 1–14.

192. Hanaei S., Takian A., Majdzadeh R., Maboloc C. R., Grossmann I., Gomes, O., ... & Rezaei, NEmerging standards and the hybrid model for organizing scientific events during and after the COVID-19 pandemic. *Disaster medicine and public health preparedness*. 2022. № 16(3). P. 1172-1177.

193. Hardy L., Jones G., & Gould D. *Understanding psychological preparation for sport: Theory and practice of elite performers*. John Wiley & Sons. 2018.

194. Hargreaves A. Teacher collaboration: 30 years of research on its nature, forms, limitations and effects. *Policy, Teacher Education and the Quality of Teachers and Teaching*, 2021. P. 103–121.

195. Health and Wellness Coaching URL: <https://www.education.txst.edu/advising/Degree-Planning/Majors-and-Programs/HEWC.html> (retrieved at 20.08.2023)

196. Heckhausen J., & Heckhausen, H. (Eds.). *Motivation and action*. Springer. 2018.

197. Hedlund D. P., Fletcher C. A., Pack S. M., & Dahlin S. (The education of sport coaches: What should they learn and when should they learn it?). *International Sport Coaching Journal*. 2018. № 5(2). P. 192–199.

198. Hennink M. M., Kaiser B. N., & Weber M. B. What influences saturation? Estimating sample sizes in focus group research. *Qualitative health research*. 2019. № 29(10). P. 1483–1496.

199. Henriksen K., Hansen J., & Larsen C. H. *Mindfulness and acceptance in sport: How to help athletes perform and thrive under pressure*. Routledge. 2019.

200. Hills A. P., Dengel D. R., & Lubans D. R. Supporting public health priorities: recommendations for physical education and physical activity promotion in schools. *Progress in cardiovascular diseases*, 2015. № 57(4). P. 368–374.

201. Hoeger W. W., & Hoeger S. A. *Principles and labs for fitness and wellness*. Cengage Learning. 2015.

202. Holt E. W., Lombard Q. K., Besz N., Smiley-Smith S., & Quinn J. E. Active and passive use of green space, health, and well-being amongst university students. *International journal of environmental research and public health*. 2020. № 16(3). P. 424.

203. Hornsby W. G., Gleason B. H., DeLong M., & Stone M. H. «Are You Doing Any Sport Science?» A Brief Editorial. *Journal of Functional Morphology and Kinesiology*. 2022. № 7(3). P. 69.

204. How to become coach in California in 5 steps URL: <https://www.indeed.com/career-advice/finding-a-job/how-to-become-pe-teacher-in-california> (retrieved at 20.08.2023)

205. Degrees URL: <https://degrees.apps.asu.edu/masters-phd/major/ASU00/ECPHYEDMPE/physical-education-mpe?init=false&nopassive=true> <https://catalog.uta.edu/otheroffices/athletics/> (retrieved at 20.08.2023)

206. NCSU URL: <https://www.ncsu.edu/athletics/> (retrieved at 20.08.2023)

207. Hughes L. D., Dowshen N., Kidd K. M., Operario D., Renjilian C., & Gamarel K. E. Pediatric provider perspectives on laws and policies impacting

sports participation for transgender youth. *LGBT health* . 2022. № 9(4). P. 247–253.

208. Hutchins B., Li, B., & Rowe D. Over-the-top sport: live streaming services, changing coverage rights markets and the growth of media sport portals. *Media, Culture & Society* . 2019. № 41(7). P. 975–994.

209. Ismail M. A. A., Ahmad A., Mohammad J. A. M., Fakri N. M. R. M., Nor, M. Z. M., & Pa M. N. M. Using Kahoot! as a formative assessment tool in medical education: a phenomenological study. *BMC medical education*, 2019. № 19(1). P. 1–8.

210. Jaeschke L., Steinbrecher A., Luzak A., Puggina A., Aleksovska K., Buck C., & DEDIPAC consortium. Socio-cultural determinants of physical activity across the life course: a ‘Determinants of Diet and Physical Activity’(DEDIPAC) umbrella systematic literature review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 2017. № 14. P. 1–15.

211. Jewet, R., Sabiston C. M., Brunet J., O’Loughlin E. K., Scarapicchia T., & O’Loughlin J. School sport participation during adolescence and mental health in early adulthood. *Journal of adolescent health* . 2014. № 55(5). P. 640–644.

212. Kakhramonovich A. A. Principles of communicative competence and its practical reflection on homework. *Galaxy International Interdisciplinary Research Journal*. 2021. № 9(12). P. 480–484.

213. Kalajas-Tilga H., Koka A., Hein V., Tilga H., & Raudsepp, L. Motivational processes in physical education and objectively measured physical activity among adolescents. *Journal of Sport and Health Science*. 2020. № 9(5). P. 462–471.

214. Kalgotra P., Raja U., & Sharda R. Growth in the development of health and fitness mobile apps amid COVID-19 pandemic. *Digital Health*. 2022. № 8.

215. Kapilan N., Vidhya P., & Gao X. Z. Virtual laboratory: A boon to the mechanical engineering education during covid-19 pandemic. *Higher Education for the Future*. 2021. № 8(1). P. 31–46.

216. Kasper K. Sports training principles. *Current sports medicine reports*. 2021. № 18(4). P. 95–96.
217. Katzmarzyk P. T., Powell K. E., Jakicic J. M., Troiano R. P., Piercy K., Tennant B., & 2018 Physical Activity Guidelines Advisory Committee. Sedentary behavior and health: update from the 2018 physical activity guidelines advisory committee. *Medicine and science in sports and exercise*. 2018. № 51(6), P. 1227.
218. Kaylene P., & Rosone T. L. Multicultural perspective on the motivation of students in teaching physical education. *Jurnal Ilmiah Peuradeun*. 2016. № 4(1). P. 115–126.
219. Kenney W L., Wilmore J. H., & Costill D. L. *Physiology of sport and exercise*. Human kinetics. 2021.
220. Kercher V. M., Kercher K., Bennion T., Yates B. A., Feito Y., Alexander C., & Miguel Á. Fitness trends from around the globe. *ACSM's Health & Fitness Journal*. 2021. № 25(1). P. 20–31.
221. Khmel'nitska I., Lisenchuk G., Leleka V., Boretska N., Krupenya S., Danko G. Biomechanical control of motor function of junior schoolchildren with hearing impairment. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*. 2021. Vol. 21 (4). P. 1806–1813. URL: <https://efsupit.ro/images/stories/iunie2021/Art%20228.pdf> (retrieved at 20.08.2023)
222. Khrystych N., & Borysova N. Проблема вибору традиційних та інноваційних технологій навчання у процесі підготовки майбутніх учителів англійської мови. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»: Серія «Філологія»*. 2022. № 13 (81). С. 198–201.
223. Kim M., & Cardinal B. J. Psychological State and Behavioural Profiles of Freshman Enrolled in College and University Instructional Physical Activity Programmes under Different Policy Conditions. *Montenegrin Journal of Sports Science & Medicine*. 2019. № 8(2).
224. Kim M., Do Kim, Y., & Lee H. W. It is time to consider athletes' well-being and performance satisfaction: The roles of authentic leadership and psychological capital. *Sport Management Review*. 2020. №23(5). P. 964–977.

225. Kiuppis F. Inclusion in sport: Disability and participation. *Sport in society*. 2018. № 21(1). P. 4–21.

226. Koh K. T., Ong, S. W., & Camiré M. Implementation of a values training program in physical education and sport: perspectives from teachers, coaches, students, and athletes. *Physical Education and Sport Pedagogy*. 2016. №21(3). P. 295–312.

227. Komives S. R. Engagement with campus activities matters: Toward a new era of educationally purposeful activities. *Journal of Campus Activities Practice and Scholarship*. 2019. 1(1). P. 14–25.

228. Kotlarz N., McCord J., Collier D., Lea C. S., Strynar M., Lindstrom A. B., ... & Hoppin J. A. Measurement of novel, drinking water-associated PFAS in blood from adults and children in Wilmington, North Carolina. *Environmental health perspectives*. 2020. № 128(7). P. 77.

229. Kozdras G. P. Empathy in children practising judo compared to their non-practicing peers. *Revista de Artes Marciales Asiáticas*. 2019. № 14(2s). P. 40–42.

230. Kunkel T., & Biscaia R. Sport brands: Brand relationships and consumer behavior. *Sport Marketing Quarterly*. 2020. № 29(1). P. 3-17.

231. Kye B., Han N., Kim E., Park Y., & Jo S.. Educational applications of metaverse: possibilities and limitations. *Journal of educational evaluation for health professions*, 2021. № 18.

232. Larson L. R., Peterson M. N., Furstenberg R. V., Vayer V. R., Lee K. J., Choi D. Y., & Woosnam, K. M. The future of wildlife conservation funding: What options do US college students support?. *Conservation Science and Practice*. 2021. №3(10). P. 505.

233. Lee M. T., Kubzansky L. D., & VanderWeele T. J. (Eds.). Measuring well-being: Interdisciplinary perspectives from the social sciences and the humanities. Oxford University Press. 2021.



234. Lefebvre J. S., Turnnidge J., & Côté J. A systematic observation of coach leadership behaviors in youth sport. *Journal of Applied Sport Psychology*. 2021. № 33(3). P. 377–386.
235. Leibo W., Lisenchuk G., Stasiuk I., Marzec A., Zhigadlo G., Leleka V., Bogatyrev K., Derkach V., Adamenko O., Slavitiak O. Training Process Structure of Highly Skilled Players in Mini-Football during the Competitive Period. *Sport Mont*. 2021. 19 (S2). P. 17–22. DOI: <https://doi.org/10.26773/smj.210903>
236. Leleka V. M. Development of us professional sports and physical culture in the context of the mass media. *Наукові інновації та передові технології*. 2024. № 2(30). С. 987–993. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-2\(30\)-987-993](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-2(30)-987-993)
237. Leleka V. M. Development of physical culture and sports in Ukraine according to the american experience. *Перспективи та інновації науки*. 2023. № 15(33). С. 55–61. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-15\(33\)-55-61](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-15(33)-55-61).
238. Leleka V. M. Development of professional sports and physical fitness in the USA. *Вісник науки та освіти*. 2024. Вип. № 1(19). С. 604–611. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-6165-2024-1\(19\)-604-611](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2024-1(19)-604-611)
239. Leleka V.M. Healthy lifestyle as a factor in the development of physical education of american youth. *Наукові інновації та передові технології*. 2023. № 12(26). С. 457–464. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2023-12\(26\)-457-463](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2023-12(26)-457-463)
240. Leleka V., Khrolenko M., Kushnir A., Protsenko I., & Petriv A. Theoretical and methodological approaches to the educational potential of students in higher education institutions. *Amazonia Investiga*. 2023. Vol. 12(71). P. 162–174. DOI: <https://doi.org/10.34069/AI/2023.71.11.14>
241. Leleka V., Loiuk O., Maidanyk O., Iliichuk L., & Shapochka K. Possibilities of using smart technologies in the higher education system for high-quality training of specialists. *Revista Eduweb*. 2023. Vol. 17(4). P. 165–182. DOI: <https://doi.org/10.46502/issn.1856-7576/2023.17.04.16>
242. Leleka V. M. Optimization of the personnel structure of state policy for specific sports. *Теорія і практика цифрового навчання в сучасних закладах освіти* : матер. Всеукр. вебконф. (Вінниця, 25 травня 2023 р.). Вінниця, 2023.

C. 109–111. URL: [http://ito.vspu.net/konferenc/konf\\_digital\\_education/2023/Leleka\\_V.pdf](http://ito.vspu.net/konferenc/konf_digital_education/2023/Leleka_V.pdf)

243. Leleka V. M. Organization of physical and health and sports activities for persons with disabilities regarding increasing the efficiency of state policy. *Теорія і практика смарт навчання у професійній освіті* : матер. V Всеукр. вебконф. (Вінниця, 3 червня 2021 р.). Вінниця, 2021. С. 112–114. URL: [http://ito.vspu.net/konferenc/konf\\_teor\\_SMART/2021/Leleka\\_V.pdf](http://ito.vspu.net/konferenc/konf_teor_SMART/2021/Leleka_V.pdf)

244. Leleka V. M. Organization of physical education in the sphere of higher education of the USA. *Вісник науки та освіти*. 2023. № 10(16). С. 306–313. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-10\(16\)-306-313](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-10(16)-306-313)

245. Leleka V. M. Peculiarities of management and staffing in the field of physical culture and sports. *Інноваційні технології навчання в епоху цивілізаційних змін* : матер. Всеукр. вебконф. (Вінниця, 17 листопада 2022 р.). Вінниця, 2022. С. 157–159. URL: [http://ito.vspu.net/konferenc/konf\\_inn\\_tech/2022/Leleka\\_V.pdf](http://ito.vspu.net/konferenc/konf_inn_tech/2022/Leleka_V.pdf)

246. Leleka V. M. Physical education in us universities in the context of experience formation. *Перспективи та інновації науки*. 2023. № 13(31). С. 40–47. DOI: 10.52058/2786-4952-2023-13(31)-40-(4).

247. Leleka V. M. Program standards of physical education in the USA *Вісник науки та освіти*. 2023. № 8(14). С. 306–315. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-8\(14\)-306-314](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-8(14)-306-314)

248. Leleka V. M. State policy of the formation of physical and sports public organizations. *Теорія і практика цифрового навчання в сучасних закладах освіти* : матер. Всеукр. вебконф. (Вінниця, 26 травня 2022 р.). Вінниця, 2022. С. 187–189. URL: [http://ito.vspu.net/konferenc/konf\\_digital\\_education/2022/Leleka\\_V.pdf](http://ito.vspu.net/konferenc/konf_digital_education/2022/Leleka_V.pdf)

249. Leleka V., Zabiiaka I., Tsviakh O., Grubi T., Vytrykhovska O. Innovative approaches to teaching students in the modern educational information environment in the USA and Great Britain. *Amazonia Investiga*. 2022. Vol. 11 (60). P. 156–166. DOI: <https://doi.org/10.34069/AI/2022.60.12.17>

250. Li C., Ivarsson A., Lam L. T., & Sun, J. Basic psychological needs satisfaction and frustration, stress, and sports injury among university athletes: a four-wave prospective survey. *Frontiers in psychology*. 2019. № 10. P. 665.

251. Linsenmeyer M. Brief activities: questioning, brainstorming, think-pair-share, jigsaw, and clinical case discussions. In *How-to guide for active learning*. Cham: Springer International Publishing. 2021. P. 39–66.

252. Lisenchuk G., Leleka V., Bogatyrev K., Adamenko O., Bairachny O., Balan B. Relationships between technical-tactical and physical preparedness of 13–14-year-old skilled football goalkeepers. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*. 2021. Vol. 21 (6). P. 3439–3444. DOI:10.7752/jpes.2021.06466

253. Lisenchuk G., Leleka V., Bogatyrev K., Kokareva S. Adamenko O., Shchekotylyna N., Romanenko S., Krupenya N. Fitness training in functional preparedness of highly qualified football players. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*. 2023. Vol. 23 (2). P. 502–509. DOI: 10.7752/jpes.2023.02062

254. Locke, E., & Latham, G. Goal-setting theory. In *Organizational Behavior*. Routledge. 2015. P. 159–183.

255. López-Carril S., Escamilla-Fajardo P., González-Serrano, M. H., Ratten, V., & González-García, R. J. The rise of social media in sport: A bibliometric analysis. *International journal of innovation and technology management*. 2020 № 17(06). P. 2050041.

256. Lower-Hoppe L. M., Beattie M. A., Wray D. E., Bailey R. L., Newman T. J., & Farrell A. The relationships between sport club activities and university and member attachment. *Recreational Sports Journal*. 2020. № 44(1). P. 5-14.

257. Lower-Hoppe L. M., Petersen J. C., & Hutton T. A. Collegiate varsity versus club sport: Comparison of student outcomes. *Journal for the Study of Sports and Athletes in Education*. 2020. № 14(1). P. 41–57.

258. Luczak T., Burch R., Lewis E., Chander H., & Ball J State-of-the-art review of athletic wearable technology: What 113 strength and conditioning coaches and athletic trainers from the USA said about technology in

sports. *International Journal of Sports Science & Coaching*. 2020. № 15(1). P. 26–40.

259. Lugrin J. L., Landeck M., & Latoschik M. E. Avatar embodiment realism and virtual fitness training. *IEEE Virtual Reality (VR)*. IEEE. 2015. P. 225–226.

260. Lyle J. *Sports coaching concepts: A framework for coaches' behaviour*. Routledge. 2005.

261. Lynch S., & Sargent J. Using the meaningful physical education features as a lens to view student experiences of democratic pedagogy in higher education. *Physical Education and Sport Pedagogy*. 2020. № 25(6). P. 629–642.

262. Manca S. Snapping, pinning, liking or texting: Investigating social media in higher education beyond Facebook. *The Internet and Higher Education*. 2020. № 44.

263. Manson J. H., Chua K. J., Rodriguez N. N., Barlev M., Durkee P. K., & Lukaszewski A. W. Sex differences in fearful personality traits are mediated by physical strength. *Social Psychological and Personality Science*. 2023. № 14(6). P. 763–771.

264. Markula, P. and Silk, M.L.. *Qualitative research for physical culture* London: Palgrave Macmillan. 2011. P. 252.

265. Marselle M. R., Warber S. L., & Irvine K. N Growing resilience through interaction with nature: Can group walks in nature buffer the effects of stressful life events on mental health? *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2019. № 16(6). P. 986.

266. Master of Education in Physical Education and Sport Pedagogy University of Virginia URL: <https://education.virginia.edu/academics/programs/kinesiology-med-master-education> (retrieved at 20.08.2023)

267. Mawer M. *Effective teaching of physical education*. Routledge. 2014.

268. Mazzer K. R., & Rickwood D. J. Mental health in sport: coaches' views of their role and efficacy in supporting young people's mental health. *International Journal of Health Promotion and Education*. 2015. № 53(2). P. 102-114.

269. McCrea M. A., Shah A., Duma S., Rowson S., Harezlak J., McAllister T. W., ... & Stemper, B. D. Opportunities for prevention of concussion and repetitive head impact exposure in college football players: a Concussion Assessment, Research, and Education (CARE) Consortium study. *JAMA neurology*. 2021. № 78(3). P. 346–350.

270. McCrory P., Meeuwisse, W., Dvorak J., Aubry M., Bailes J., Broglio S., & Vos, P. E. Consensus statement on concussion in sport—the 5th international conference on concussion in sport held in Berlin, October 2016. *British journal of sports medicine*. 2017. №. 51(11). P. 838–847.

271. McCuaig L., & Quennerstedt M. Health by stealth—exploring the sociocultural dimensions of salutogenesis for sport, health and physical education research. *Sport, education and society*. 2018. № 23(2). P. 111–122.

272. McCullough B., Kellison T., & Melton E. N. *The Routledge handbook of sport and sustainable development*. Taylor & Francis. 2022. P. 495.

273. McCullough B., Kellison, T., & Melton E. N. *The Routledge handbook of sport and sustainable development*. Taylor & Francis. 2022. P. 495.

274. McKenzie S. *Getting physical: The rise of fitness culture in America*. University Press of Kansas. 2016.

275. McQuade S., & Nash C. The role of the coach developer in supporting and guiding coach learning. *International Sport Coaching Journal*. 2015. № 2(3). P. 339–346.

276. Medical Center University of Maryland URL: <https://www.umms.org/ummc/health-services/shock-trauma/center-injury-prevention-policy/programs> (retrieved at 20.08.2023)

277. Meutia F. S., Sulaiman F., Elihami E., & Syarif S. Leadership Education and Economic Planning: Motivation the Entrepreneurship Learning. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*. 2020. № 4(2). P. 90–95.

278. Meyer J., McDowell C., Lansing, J., Brower C., Smith L., Tully M., & Herring M. Changes in physical activity and sedentary behavior in response to COVID-19 and their associations with mental health in 3052 US

adults. *International journal of environmental research and public health*. 2020. № 17(18). P. 6469.

279. Miles H. C., Pop S. R., Watt S. J., Lawrence, G. P., & John, N. W. A review of virtual environments for training in ball sports. *Computers & Graphics*. 2012. №36(6). P. 714-726.

280. Milroy J. J. *Behavior, theory and practice: Promoting physical activity among American college students*. The University of North Carolina at Greensboro. 2010.

281. Milton K., Cavill, N., Chalkley A., Foster C., Gomersall S., Hagstromer M., ... & Schipperijn J Eight investments that work for physical activity. *Journal of Physical Activity and Health*. 2020. № 18(6). P. 625–630.

282. Mishra S.. Social networks, social capital, social support and academic success in higher education: A systematic review with a special focus on ‘underrepresented’ students. *Educational Research Review*. 2020. № 29.

283. Moises Jr, C. Online data collection as adaptation in conducting quantitative and qualitative research during the COVID-19 pandemic. *European Journal of Education Studies*. 2020. № 7(11).

284. Mont L., Pelliccia A., Sharma S., Biffi A., Borjesson M., Terradellas J. B., ... & Corrado, D. Pre-participation cardiovascular evaluation for athletic participants to prevent sudden death: Position paper from the EHRA and the EACPR, branches of the ESC. Endorsed by APHRS, HRS, and SOLAECE. *Ep Europace*. 2017. № 19(1). P. 139–163.

285. Moreland J. J., Coxe K. A., & Yang J. Collegiate athletes’ mental health services utilization: A systematic review of conceptualizations, operationalizations, facilitators, and barriers. *Journal of sport and health science*. 2018. №. 7(1). P. 58–69.

286. Morgan P. J., Young M. D., Smith J. J., & Lubans D. R. Targeted health behavior interventions promoting physical activity: a conceptual model. *Exercise and sport sciences reviews*, 2016. № 44(2). P. 71–80.

287. Moy B., Renshaw I., & Davids K. The impact of nonlinear pedagogy on physical education teacher education students' intrinsic motivation. *Physical Education and Sport Pedagogy*. 2016. №21(5). P. 517–538.
288. Mungoli N. *Exploring the Technological Benefits of VR in Physical Fitness* (Doctoral dissertation, The University of North Carolina at Charlotte). 2020.
289. Muniz-Pardos B., Angeloudis, K., Guppy F. M., Keramitsoglou, I., Sutehall, S., Bosch, A., ... & Pitsiladis, Y. Wearable and telemedicine innovations for Olympic events and elite sport. *The Journal of sports medicine and physical fitness*. 2021. № 61(8). P. 1061–1072.
290. My fitness Pal App URL: <https://www.myfitnesspal.com/> (retrieved at 20.08.2023).
291. Nelson L., Groom R., & Potrac P. (Eds.). *Learning in sports coaching: Theory and application*. Routledge. 2016.
292. Neubauer B. E., Witkop C. T., & Varpio L. How phenomenology can help us learn from the experiences of others. *Perspectives on medical education*. 2019. № 8. P. 90–97.
293. Nicholls A. R. *Psychology in sports coaching: Theory and practice*. Routledge. 2021.
294. Nike Training Club URL: <https://www.nike.com/ntc-app> (retrieved at 20.08.2023)
295. Ningning W., & Wenguang C. The effect of playing e-sports games on young people's desire to engage in physical activity: Mediating effects of social presence perception and virtual sports experience. *Plos one*. 2023. № 18(7).
296. Norris L. A., Didymus F. F., & Kaiseler, M. Stressors, coping, and well-being among sports coaches: A systematic review. *Psychology of Sport and Exercise*. 2017. №33. P. 93–112.
297. Ntoumanis N., Quested E., Reeve J., & Cheon S. H. Need-supportive communication: Implications for motivation in sport, exercise, and physical

activity. In *Persuasion and communication in sport, exercise, and physical activity*. Routledge. 2020. P. 155–169.

298. Ntoumanis N., Quested E., Reeve J., & Cheon S. H. Need-supportive communication: Implications for motivation in sport, exercise, and physical activity. In *Persuasion and communication in sport, exercise, and physical activity*. Routledge. 2017. P. 155–169

299. Ntoumanis N., Quested E., Reeve J., & Cheon S. H. Need-supportive communication: Implications for motivation in sport, exercise, and physical activity. In *Persuasion and communication in sport, exercise, and physical activity* Routledge. 2017. P. 155–169.

300. Nuzzo J. L. The case for retiring flexibility as a major component of physical fitness. *Sports Medicine*. 2020. № 50(5). P. 853–870.

301. Opstoel K., Chapelle L., Prins F. J., De Meester A., Haerens L., van Tartwijk J., & De Martelaer K. Personal and social development in physical education and sports: A review study. *European Physical Education Review*. 2020. № 26(4). P. 797–813.

302. Outdoor Adventure Programs URL: <https://www.outwardbound.org/classic/journey/> (retrieved at 20.08.2023)

303. Owen K. B., Smith J., Lubans D. R., Ng J. Y., & Lonsdale C. Self-determined motivation and physical activity in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Preventive medicine*. 2014. № 67. P. 270-279.

304. Paek, B., Morse A., Hutchinson S., & Lim C. HExamining the relationship for sport motives, relationship quality, and sport consumption intention. *Sport Management Review*. 2021. № 24(2). P. 322–344.

305. Pascoe M., Bailey A. P., Craike M., Carter T., Patten R., Stepto N., & Parker A. Physical activity and exercise in youth mental health promotion: A scoping review. *BMJ open sport & exercise medicine*. 2020. № 6(1). P. 677.

306. Patel A. V., Friedenreich C. M., Moore S. C., Hayes S. C., Silver J. K., Campbell K. L., ... & Matthews C. E. American College of Sports Medicine



roundtable report on physical activity, sedentary behavior, and cancer prevention and control. *Medicine and science in sports and exercise*. 2020. № 51(11). P. 2391.

307. Paulson T. A., Mason B., Rhodes J., & Goosey-Tolfrey V. L. Individualized internal and external training load relationships in elite wheelchair rugby players. *Frontiers in physiology*. 2015. № 6. P. 388.

308. Peart D. J., Balsalobre-Fernández C., & Shaw M. P. Use of mobile applications to collect data in sport, health, and exercise science: A narrative review. *The Journal of Strength & Conditioning Research*. 2019. № 33(4). P. 1167–1177.

309. Pedersen P. M., Laucella P., Geurin A., & Kian E. *Strategic sport communication*. Human Kinetics Publishers. 2020.

310. Penn Athletics URL: <https://pennathletics.com/> (retrieved at 20.08.2023).

311. PennState URL: <https://hhd.psu.edu/kines/graduate/areas-study/history-and-philosophy-sport> (retrieved at 20.08.2023)

312. Pennsylvania State University Sport Campus URL: <https://www.psu.edu/news/athletics/campus-sports/> (retrieved at 20.08.2023)

313. Pharr J. R., Lough N. L., & Terencio A. M. Sociodemographic determinants of physical activity and sport participation among women in the United States. 2020. №, 8(7). P. 96.

314. Philippe R. A., Schiavio A., & Biasutt M. Adaptation and destabilization of interpersonal relationships in sport and music during the Covid-19 lockdown. *Heliyon*. 2020. № 6(10).

315. Piggin J. What is physical activity? A holistic definition for teachers, researchers and policy makers. *Frontiers in sports and active living*, 2020. № 2. P. 72.

316. Pol R., Balagué N., Ric A., Torrents C., Kiely J., & Hristovski, R. (Training or synergizing? Complex systems principles change the understanding of sport processes. *Sports Medicine-Open*. 2020. № 6(1). P. 1–13.

317. Pourmotabbed A., Moradi, S., Babaei A., Ghavami, A., Mohammadi H., Jalili C., ... & Miraghajani M. Food insecurity and mental health: a systematic review and meta-analysis. *Public health nutrition*. 2020. № 23(10). P. 1778-1790.
318. Princeton University URL: <https://goprincetontigers.com/sports/2018/6/13/sports-psychology> (retrieved at 20.08.2023)
319. Prochnow T., Park J. H., & Patterson M. S. Intramural sports social networks and implications for college student physical activity, sense of community, and retention. *Journal of American College Health*. 2023. № 1–7.
320. Physical education Arizona State University URL: <https://degrees.apps.asu.edu/masters-phd/major/ASU00/ECPHYEDMPE/physical-education-mpe?init=false&nopassive=true> (retrieved at 20.08.2023)
321. Qiu F. Research of Application of Physical Education Mooc in College Physical Education. *Challenge*. 2020. № 2(5). P. 36-38.
322. Rahiem M. D.. The emergency remote learning experience of university students in Indonesia amidst the COVID-19 crisis. *International Journal of Learning, Teaching and Educational Research*. 2020. № 19(6). P. 1-26.
323. Rahmatirad M. A review of socio-cultural theory. *Siasat*. 2020. №5(3), p. 23–31.
324. Recreation and Wellness Center Ohio State University URL: <https://campusrecmag.com/2761-2/> (retrieved at 20.08.2023)
325. Rhodes R. E., McEwan D., & Rebar A. L. Theories of physical activity behaviour change: A history and synthesis of approaches. *Psychology of sport and exercise* . 2019. № 42. P. 100–109.
326. Roo, H., Marshall A. N., Thatcher A., Valier A. R. S., Valovich McLeod T. C., & Bay R. C. Sport specialization and fitness and functional task performance among youth competitive gymnasts. *Journal of athletic training*. 2019. № 54(10). P. 1095-1104.
327. Rosenbaum S., Tiedemann A., Sherrington C., Curtis J., & Ward P. B. Physical activity interventions for people with mental illness: a systematic review and meta-analysis. *The Journal of clinical psychiatry*. 2014. № 75(9). P. 14465.

328. Rossi L., Behme N., & Breuer C. Physical activity of children and adolescents during the COVID-19 pandemic—A scoping review. *International journal of environmental research and public health*. 2020. № 18(21). P. 11440.

329. Rowbottom D. P., & Aiston S. J. The myth of ‘scientific method’ in contemporary educational research. *Journal of philosophy of education*. 2006. № 40(2). P. 137–156.

330. Ruwald A. C., Marcus F., Estes III N. M., Link M., McNitt, S., Polonsky, B., ... & Zareba, W. Association of competitive and recreational sport participation with cardiac events in patients with arrhythmogenic right ventricular cardiomyopathy: results from the North American multidisciplinary study of arrhythmogenic right ventricular cardiomyopathy. *European heart journal*. 2015. № 36(27). P. 1735–1743.

331. Sahu M., Hajra S., Panda S., Rajaita M., Panigrahi B. K., Rubahn H. G., ... & Kim H. J. Waste textiles as the versatile triboelectric energy-harvesting platform for self-powered applications in sports and athletics. *Nano Energy*. 2022. №97. P.107208.

332. Sanjar U., & Doston Creativity in improving professional and pedagogical skills of physical education teachers. *International journal of research in commerce, engeneering and social sciences*. ISSN: 2349-7793 Impact Factor: 6.876. 2022. № 16(10). P. 60–67.

333. Sarason I. G., Sarason B. R., & Pierce G. R. Social support, personality, and performance. *Journal of Applied Sport Psychology*. 1990 . №2(2). P. 117-127.

334. Schmidt A., Jacquet C., Pioger C., Parratte S., Argenson J. N., & Ollivier, M. Retrospective analysis of return to impact sport after medial unicompartmental knee arthroplasty based on a cohort of 92 patients. *Orthopaedics & Traumatology: Surgery & Research*. 2023. № 109(4). P. 103577.

335. Schrempft S., Jackowska M., Hamer M., & Steptoe, A Associations between social isolation, loneliness, and objective physical activity in older men and women. *BMC public health*. 2019. № 19(1). P. 1–10.

336. Schunk Dale H., and Jeffrey A. Greene. «Historical, contemporary, and future perspectives on self-regulated learning and performance». In *Handbook of self-regulation of learning and performance*. Routledge. 2017. P. 1–15
337. Schwarz E. C., & Hunter J. D. *Advanced theory and practice in sport marketing*. Routledge. 2017.
338. Sentell T., Vamos S., & Okan O. Interdisciplinary perspectives on health literacy research around the world: more important than ever in a time of COVID-19. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020. № 17(9). P. 3010.
339. Sevdalis V., & Raab M. Empathy in sports, exercise, and the performing arts. *Psychology of sport and Exercise*. 2014. № 15(2). P. 173–179.
340. Sherry E., Schulenkorf N., & Phillips P. (Eds.). *Managing sport development: An international approach*. Routledge. 2016.
341. Sherzod J. Physical education process taking into account regional features. *Thematics Journal of Physical Education*. 5(1). 2022.
342. Shurley J. P., Todd J., & Todd T. *Strength coaching in America: A history of the innovation that transformed sports*. University of Texas Press. 2019.
343. Siedentop D., & Van der Mars H. *Introduction to physical education, fitness, and sport*. Human kinetics. 2022.
344. Sim J., & Waterfield J. Focus group methodology: some ethical challenges. *Quality & quantity*. 2019. № 53(6). P. 3003–3022.
345. Smaldino P. E. The cultural evolution of emergent group-level traits. *Behavioral and Brain Sciences*. 2014. №37(3). P. 243–254.
346. Smith J. S., Nebgen B., Lubbers N., Isayev O., & Roitberg A. E. Less is more: Sampling chemical space with active learning. *The Journal of chemical physics*. 2018. №. P. 148(24).
347. Smith J., & Smolianov P. The high performance management model: From Olympic and professional to university sport in the United States. *The Sport Journal*. 2016. № 4(0204). P. 1–19.

348. Snedden T. R., Scerpella J., Kliethermes S. A., Norman R. S., Blyholder L., Sanfilippo J., ... & Heiderscheid B. Sport and physical activity level impacts health-related quality of life among collegiate students. *American Journal of Health Promotion*. 2019. № 33(5). P. 675–682.

349. Snyder A., Valdebran M., Terrero D., Amber K. T., & Kelly K. M. Solar ultraviolet exposure in individuals who perform outdoor sport activities. *Sports medicine-open*. 2020. № 6(1). P. 1–12.

350. Soule E. K., Rossheim M. E., Cavazos T. C., Bode, K., & Desrosiers, A. C. Cigarette, waterpipe, and electronic cigarette use among college fraternity and sorority members and athletes in the United States. *Journal of American College Health* . 2021. № 69(5). P. 463–469.

351. Sparkes A. C. (Ed.). *Seeking the senses in physical culture: Sensuous scholarship in action*. Taylor & Francis. 2017.

352. Sperber M College Sports Inc. In *Higher Education in the Information Age*. Routledge. 2021. P. 73–83.

353. Sport and Exercise Psychology West Virginia URL: <https://www.wvu.edu/academics/programs/sport-and-exercise-psychology-bs> (retrieved at 20.08.2023)

354. Sport Internship Ohio University URL: <https://sportsandsociety.osu.edu/student-engagement/meet-our-interns> (retrieved at 20.08.2023)

355. Sport Management URL: <https://eller.arizona.edu/programs/non-degree/sports-management> (retrieved at 20.08.2023)

356. Sport Medicine in Harvard URL: <https://huhs.harvard.edu/sports-medicine#gsc.tab=0> (retrieved at 20.08.2023)

357. Sport Programs Michigan state University URL: <https://msuspartans.com/sports/2019/9/19/michigan-state-athletic-training> (retrieved at 20.08.2023)

358. Sport Programs University of Florida URL: <https://recsports.ufl.edu/about/student-employment/sport-programs/> (retrieved at 20.08.2023)

359. Sport Programs University of Florida URL: <https://recsports.ufl.edu/about/student-employment/sport-programs/> (retrieved at 20.08.2023)

360. Sport Programs University of Michigan URL: <https://www.kines.umich.edu/academics/sport-management/undergraduate#:~:text=Major%20in%20Sport%20Management&text=Our%20curriculum%20explores%20the%20cultural,career%20advisors%2C%20and%20alumni%20mentors.> (retrieved at 20.08.2023)

361. Spring Fling in Penn University URL: <https://universitylife.upenn.edu/spring-fling-hits-the-stage-for-its-50-anniversary/>

362. Stamos A., Mills S., Malliaropoulos N., Cantamessa S., Darteville J. L., Gündüz E., ... & Engels-Deutsch M. The European Association for Sports Dentistry, Academy for Sports Dentistry, European College of Sports and Exercise Physicians consensus statement on sports dentistry integration in sports medicine. *Dental Traumatology*. 2020. № 36(6). P. 680–684.

363. Standage M., Duda J. L., & Ntoumanis, N. A model of contextual motivation in physical education: Using constructs from self-determination and achievement goal theories to predict physical activity intentions. *Journal of educational psychology*. 2003. № 95(1). P. 97.

364. Stansbie P., Nash R., & Chang S. Linking internships and classroom learning: A case study examination of hospitality and tourism management students. *Journal of Hospitality, Leisure, Sport & Tourism Education*. 2016. №19. P. 19–29.

365. State University of New York at Brockport Postgraduate Programs URL: <https://www2.brockport.edu/academics/kinesiology/athletic-administration-masters/> (retrieved at 20.08.2023)

366. Stockemer D., Stockemer G., & Glaeser J. *Quantitative methods for the social sciences* Cham, Switzerland: Springer International Publishing. 2019. № 50. P. 185.
367. Stokvis R. Social functions of high school athletics in the United States: A historical and comparative analysis. In *The Social Impact of Sport* Routledge. 2020. P. 128–141.
368. Stone A. G., & Patterson K. The history of leadership focus. *Springer Books*. 2023. P. 689–715.
369. Strassel, Juliane & Cherkin, Daniel & Steuten, Lotte & Sherman, Karen & Vrijhoef, Hubertus. A Systematic Review of the Evidence for the Effectiveness of Dance Therapy. *Alternative therapies in health and medicine*. 2012 № 17. P. 50–9.
370. Summerley R. The development of sports: A comparative analysis of the early institutionalization of traditional sports and e-sports. *Games and Culture* . 2020. № 15(1). P. 51–72.
371. Swann C., Rosenbaum S., Lawrence A., Vella S. A., McEwan D., & Ekkekakis P. Updating goal-setting theory in physical activity promotion: a critical conceptual review. *Health Psychology Review*. 2021. № 15(1). P. 34–50.
372. Tangney S. Student-centred learning: a humanist perspective. *Teaching in higher Education* . 2014. № 19(3). P. 266–275.
373. Tee J. C., McLaren S. J., & Jones B. Sports injury prevention is complex: we need to invest in better processes, not singular solutions. *Sports medicine*. 2020. № 50(4). P. 689–702.
374. Temple University URL: <https://events.temple.edu/wellness-week> (retrieved at 20.08.2023)
375. The linda grunin simulation lab learning center URL: <https://www.jmtarchitecture.com/project/the-linda-grunin-simulation-lab-learning-center/> (retrieved at 20.08.2023)

376. Thivel D., Tremblay A., Genin P. M., Panahi S., Rivière D., & Duclos M. Physical activity, inactivity, and sedentary behaviors: definitions and implications in occupational health. *Frontiers in public health*, 2018. № 6. P. 288.
377. Thomas J. R., Martin P., Etnier J. L., & Silverman S. J. *Research methods in physical activity*. Human kinetics. 2022.
378. Thomas, Jerry R., Philip Martin, Jennifer L. Etnier, and Stephen J. Silverman. *Research methods in physical activity*. Human kinetics, 2022. P. 504.
379. Thompson Burdine J., Thorne S., & Sandhu G. Interpretive description: a flexible qualitative methodology for medical education research. *Medical education*, 2021. № 55(3). P. 336–343.
380. Tinh D. T., Thuy N. T., & Ngoc Huy D. T.. Doing Business Research and Teaching Methodology for Undergraduate, Postgraduate and Doctoral Students-Case in Various Markets Including Vietnam. *Ilkogretim Online*. 2021. № 20(1).
381. Tondeur J., Van Braak J., Ertmer P. A., & Ottenbreit-Leftwich A. Understanding the relationship between teachers' pedagogical beliefs and technology use in education: a systematic review of qualitative evidence. *Educational technology research and development* . 2017. № 65. P. 555–575.
382. Trabelsi O., Souissi M. A., Scharenberg, S., Mrayeh, M., & Gharbi, A. YouTube as a complementary learning tool in times of COVID-19: self-reports from sports science students. *Trends in Neuroscience and Education*, 100186. 2022.
383. Trott M., Jackson S. E., Firth J., Fisher A., Johnstone J., Mistry A., ... & Smith L. Exercise addiction prevalence and correlates in the absence of eating disorder symptomology: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Addiction Medicine* . 2020. № 14(6). P. 321–329.
384. Trudel P., Milestetd M., & Culver D. M. What the empirical studies on sport coach education programs in higher education have to reveal: A review. *International Sport Coaching Journal*. 2020. № 7(1). P. 61–73.



385. UC San Diego Health URL: <https://health.ucsd.edu/care/emergency-trauma/trauma/injury-prevention/>
386. UCLA Sport Career Path URL: <https://www.anderson.ucla.edu/degrees/full-time-mba/career-impact/sports-career-path> (retrieved at 20.08.2023)
387. UCLA Sports and Athletics URL: <https://catalog.registrar.ucla.edu/About-UCLA/Student-Activities/Sports-and-Athletics> (retrieved at 20.08.2023)
388. Undergraduate sport programs California State University in Long Beach URL: <https://www.csulb.edu/college-of-health-human-services/kinesiology/undergraduate-degree-programs> (retrieved at 20.08.2023)
389. University of California, Los Angeles Graduate Programs URL: <https://grad.ucla.edu/> (retrieved at 20.08.2023)
390. USC Sports URL: <https://usctrojans.com/> (retrieved at 20.08.2023)
391. UT Austin Postgraduate Programs URL: <https://education.utexas.edu/academics/masters/sm-campus-masters-program/>
392. Valkenborghs S. R., Noetel M., Hillman, C. H., Nilsson M., Smith J. J., Ortega F. B., & Lubans D. R. The impact of physical activity on brain structure and function in youth: a systematic review. *Pediatrics*. 2019. №144(4).
393. Vasconcellos D., Parker P. D., Hilland T., Cinelli R., Owen K. B., Kapsal N., ... & Lonsdale C. Self-determination theory applied to physical education: A systematic review and meta-analysis. *Journal of educational psychology*. 2020. №112(7). P. 1444.
394. Vasold K. L., Deere S. J., & Pivarnik J. M. Club and intramural sports participation and college student academic success. *Recreational Sports Journal*. 2019. № 43(1). P. 55–66.
395. Waddington D. *Contemporary issues in public disorder: A comparative and historical approach*. Routledge. 2021.
396. Wald H. S., Anthony D., Hutchinson T. A., Liben S., Smilovitch, M., & Donato A. A. Professional identity formation in medical education for humanistic,

resilient physicians: pedagogic strategies for bridging theory to practice. *Academic Medicine*. 2015. № 90(6). P. 753–760.

397. Wallhead T. L., Garn A. C., & Vidoni C. Effect of a sport education program on motivation for physical education and leisure-time physical activity. *Research quarterly for exercise and sport*. 2014. № 85(4). P. 478-487.

398. Walton-Fisette J. L., Philpot R., Phillips S., Flory S. B., Hill J., Sutherland S., & Flemons M. Implicit and explicit pedagogical practices related to sociocultural issues and social justice in physical education teacher education programs. *Physical Education and Sport Pedagogy*. 2018. № 23(5). P. 497-509.

399. Wang F., & Boros S The effect of physical activity on sleep quality: a systematic review. *European Journal of Physiotherapy*. 2021. №23(1). P. 11-18.

400. Washif, J. A., Farooq A., Krug I., Pyne D. B., Verhagen, E., Taylor L., ... & Chamari K. Training during the COVID-19 lockdown: knowledge, beliefs, and practices of 12,526 athletes from 142 countries and six continents. *Sports Medicine*. 2022. № 52(4). P. 933–948.

401. Watson A. M., Biese K., Reardon C., Schwarz A., Haraldsdottir K., Alison Brooks, M., ... & McGuine, T. Psychosocial Benefits of Sport Participation During COVID-19 Are Only Partially Explained by Increased Physical Activity. *Journal of Athletic Training*. 2023.

402. Week of wealnth URL: <https://hr.uiowa.edu/employee-well-being/livewell/week-wellness> (retrieved at 20.08.2023)

403. Whitley M. A., Massey W. V., Camiré M., Boutet M., & Borbee, A. Sport-based youth development interventions in the United States: A systematic review. *BMC public health*. 2019. №19(1). P. 1–20.

404. Wiliam D., & Thompson M. Integrating assessment with learning: What will it take to make it work?. In *The future of assessment*. Routledge. 2017. P. 53–82.

405. Williams A. M., & Hodges N. J. (Eds.). Skill acquisition in sport: Research, theory and practice. 2004.

406. Williams S. M., & Lacy A. C. *Measurement and evaluation in physical education and exercise science*. Routledge. 2018.
407. Wilson O. W., Holland K. E., Elliott L. D., Duffey M., & Bopp M. The impact of the COVID-19 pandemic on US college students' physical activity and mental health. *Journal of Physical Activity and Health*. 2021. № 18(3). P. 272–278.
408. Winnick J. P., & Porretta D. L. *Adapted physical education and sport*. Human Kinetics. 2016.
409. Woessner M. N., Tacey A., Levinger-Limo, A., Parker A. G., Levinger P., & Levinger I. The evolution of technology and physical inactivity: the good, the bad, and the way forward. *Frontiers in public health*. 2021. 9. P. 655491.
410. Wolcott M. D., & Lobczowski N. G. Using cognitive interviews and think-aloud protocols to understand thought processes. *Currents in Pharmacy Teaching and Learning*. 2021. № 13(2). P. 181–188.
411. Wong W. H., & Chapman E. Student satisfaction and interaction in higher education. *Higher education*. 2023. № 85(5). P. 957–978.
412. Woods R., & Butler B. N. *Social issues in sport*. Human Kinetics Publishers. 2020.
413. Yakubjonov I. A. Modern Requirements For Teaching Discipline “Sports” In Higher Education. *The American Journal of Interdisciplinary Innovations and Research*. 2023. № 3(02). P. 21–23.
414. Yang Y., & Koenigstorfer J. Determinants of physical activity maintenance during the Covid-19 pandemic: a focus on fitness apps. *Translational behavioral medicine*. 2020. № 10(4). P. 835–842.
415. Young K. *Sport, violence and society*. Routledge. 2019.
416. Yuksel H. S., Şahin F. N., Maksimovic N., Drid P., & Bianco A. School-based intervention programs for preventing obesity and promoting physical activity and fitness: A systematic review. *International journal of environmental research and public health*. 2020. № 17(1). P. 347.

417. Zaremski J. L., Zeppieri Jr, G., & Tripp B. L Sport specialization and overuse injuries in adolescent throwing athletes: a narrative review. *Journal of athletic training*. 2019. № 54(10). P. 1030–1039.

418. Zhao M., Veeranki S. P., Magnussen C. G., & Xi B. Recommended physical activity and all cause and cause specific mortality in US adults: prospective cohort study. *Bmj*. 2020. 370 p.

419. Zimmerman B. J. Dimensions of academic self-regulation: A conceptual framework for education. In *Self-regulation of learning and performance*. Routledge. 2023. P. 3–21.

420. Zubin Maslov P., Schulman A., Lavie C. J., & Narula J. Personalized exercise dose prescription. *European heart journal*. 2018. № 39(25). P. 2346–2355.

421. Zuckerman S. L., Yengo-Kahn A. M., Brett B. L., Kuhn A. W., Wolfson D. I., & Kerr Z. Y. Benefits of team sport participation versus concerns of chronic traumatic encephalopathy: prioritizing the health of our youth. *Concussion*. 2020. №5(2). P. 75.

## ДОДАТКИ

Додаток А

## Додаток для здорової організації життя My fitness Pal

myfitnesspal

LOG IN

## Good health starts with what you eat.

Want to eat more mindfully? Track meals, learn about your habits, and reach your goals with MyFitnessPal.

[START FOR FREE](#)


## The Tools for Your Goals

Trying to lose weight, tone up, lower your BMI, or invest in your overall health? We give you the right features to get there.



### Learn. Track. Improve.

Keeping a food diary helps you understand your habits and increases your likelihood of hitting your goals.



### Logging Simplified.

Scan barcodes, save meals and recipes, and use Quick Tools for fast and easy food tracking.

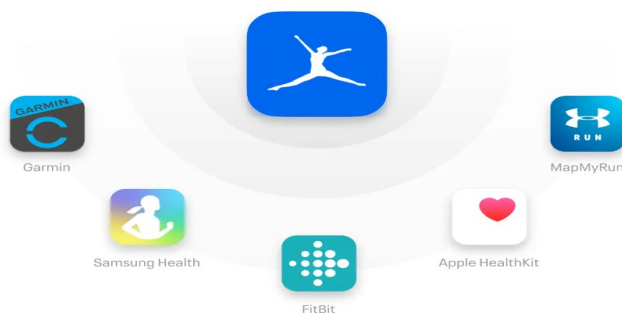


### Stay Motivated.

Join the World's Largest Fitness Community for advice, tips, and support 24/7.

## Connect with over 50 apps.

Easily link your MyFitnessPal account with apps that support your healthier lifestyle. It's not just about calories. It's about feeling better, looking better, and living better.



Джерело: My fitness Pal URL: <https://www.myfitnesspal.com/> (retrieved at 20.08.2023)


## Додаток для організації онлайн навчання CANVAS



The screenshot shows the top portion of the Canvas Network website. At the top left is the Canvas Network logo, consisting of a red circular icon with a white grid pattern followed by the text "CANVAS | NETWORK". To the right of the logo are three navigation links: "ABOUT US", "TAKE A COURSE", and "LOGIN". Below the navigation is a large red banner with white text. The main headline reads "The Best Educators Never Stop Learning". Below the headline is a sub-headline: "Lifelong learning for educators go hand-in-hand with Canvas Network's open and online courses, taught by experts and institutions worldwide."

Джерело: CANVAS URL: <https://www.instructure.com/canvas> (retrieved at 20.08.2023)

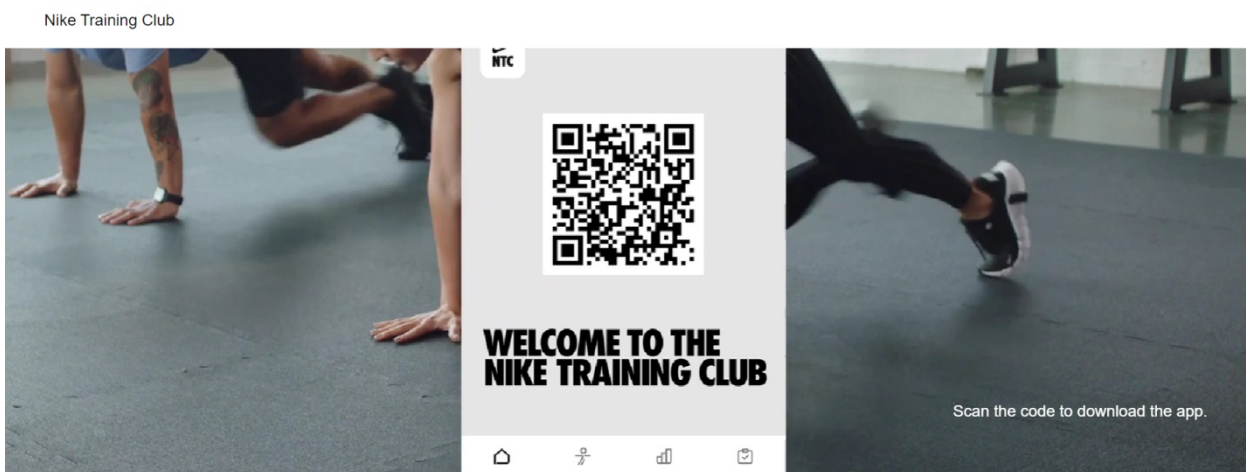
## Додаток для організації онлайн навчання Blackboard



The screenshot shows the top navigation bar of the Blackboard website. On the left is the Blackboard logo with the tagline "NOW PART OF ANTHOLOGY". To its right are menu items: "Teaching & Learning", "Engaging Your Community", "Services", "Industries", and "About Us", each with a dropdown arrow. On the far right is an orange button labeled "TRY BLACKBOARD". Below the navigation bar is a large black banner. At the top of the banner is the Anthology logo (a colorful bar chart) followed by the text "anthology + Blackboard". Below this is the headline "Combining Best-in-Tech Solutions to Power Your Success" and a sub-headline: "Together, Blackboard and Anthology are creating the most comprehensive EdTech portfolio powering learner and institutional success." At the bottom center of the banner is an orange button labeled "LEARN MORE".

Джерело: Blackboard URL: <https://www.blackboard.com/> (retrieved at 20.08.2023) Додаток Г

## Додаток для занять спортом Nike Training Club



The screenshot displays the Nike Training Club (NTC) app interface. At the top left, the text "Nike Training Club" is visible. The main content area is split into three vertical panels. The left panel shows a person's hands and forearms on a dark grey floor in a plank position. The middle panel features a QR code, the NTC logo at the top, and the text "WELCOME TO THE NIKE TRAINING CLUB" at the bottom. The right panel shows a person's legs and feet in a dynamic pose on a dark grey floor. At the bottom right of the right panel, there is a small text prompt: "Scan the code to download the app." At the very bottom of the screen, there is a navigation bar with four icons: a home icon, a person icon, a bar chart icon, and a checkmark icon.

Джерело: Nike Training Club URL: <https://www.nike.com/ntc-app> (retrieved at 20.08.2023)



Інфраструктура

"Recreation and Wellness Center" Ohio State University



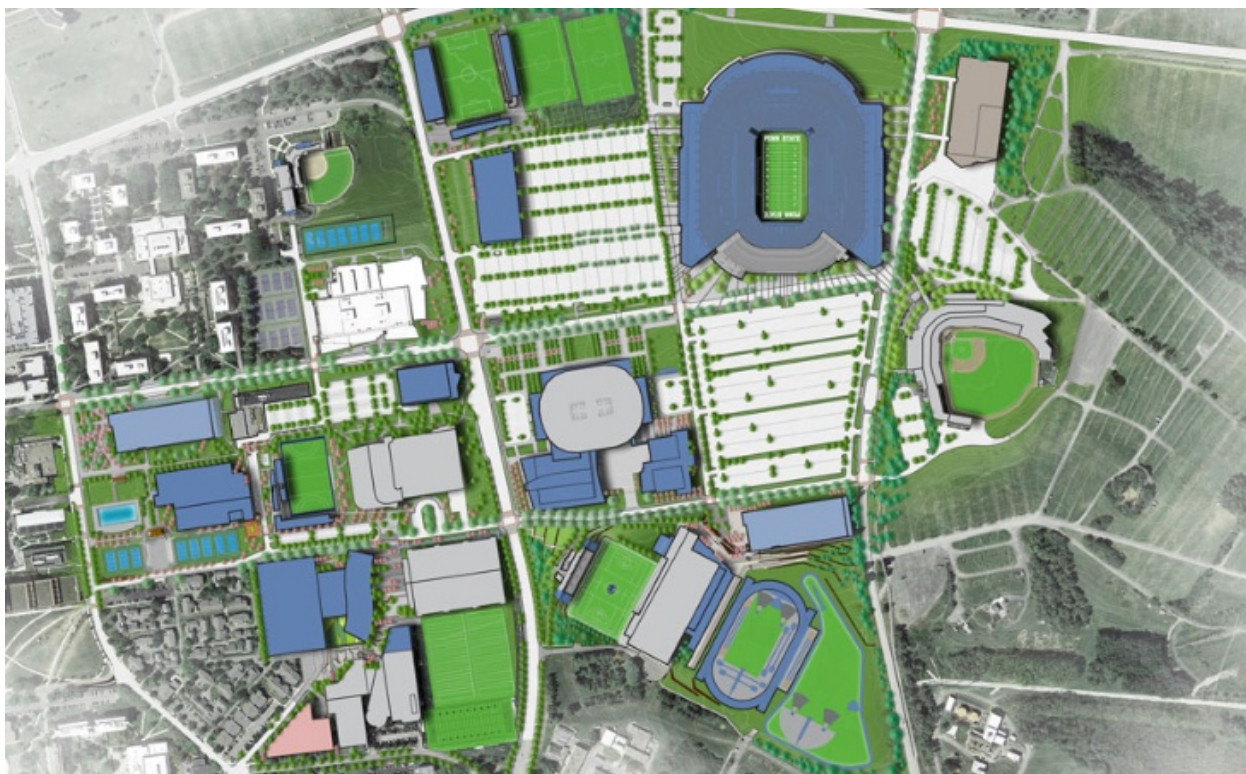




Джерело: "Recreation and Wellness Center" Ohio State University URL:  
<https://recsports.osu.edu/> (retrieved at 20.08.2023)

## Инфраструктура

## Sport Campus Pennsylvania State University







Джерело: Sport Campus Pennsylvania State University URL:  
<https://www.psu.edu/news/athletics/campus-sports/> (retrieved at 20.08.2023)

## Симуляційні лабораторії в Monmouth University



Джерело: Simulation Labs Monmouth University URL: <https://www.monmouth.edu/school-of-nursing-health/grunin-sim-lab-and-learning-center/> (retrieved at 20.08.2023)



## Darrell K Royal–Texas Memorial Stadium



Джерело: Darrell K Royal–Texas Memorial Stadium URL:  
[https://texasarchive.org/2011\\_03733?gclid=CjwKCAjwg4SpBhAKEiwAdyLwvC6jdBYohTWwxQ1jGzgubHCOATQqI\\_DI9IrMkpWoN47t4kHgZOjdEhoCSFAQAvD\\_BwE](https://texasarchive.org/2011_03733?gclid=CjwKCAjwg4SpBhAKEiwAdyLwvC6jdBYohTWwxQ1jGzgubHCOATQqI_DI9IrMkpWoN47t4kHgZOjdEhoCSFAQAvD_BwE) (retrieved at 20.08.2023)



## Stanford Stadium



Джерело: Stanford Stadium URL: <https://gostanford.com/facilities/stanford-stadium/16> (retrieved at 20.08.2023)

## The Ohio State University



Джерело: The Ohio State University URL: <https://www.osu.edu/> (retrieved at 20.08.2023)



**Bachelor of Arts in Kinesiology – Pedagogy All Level Certification (Physical Education Teacher Education)**

**Program Description:** The Bachelor of Arts in Physical Education with All-Level Teacher Certification prepares individuals for teaching and coaching positions in public and private schools. This degree is specifically designed to prepare graduates for certification in teaching K-12 physical education. The program is designed to provide a scientific and pedagogical foundation with multiple public school experiences that enable students to observe, assist teachers and coaches, experiment with curriculum, create programs, and gain structured experiences in teaching.

YEAR 1	Fall	Spring	Milestones	
<b>COMMUNICATION:</b> <b>1. ENGL 1301:</b> English Composition I  <b>2. KINE 1400:</b> Intro to Exercise Science  <b>MATHEMATICS:</b> <b>3. MATH 1302:</b> College Algebra  <b>AMERICAN HISTORY:</b> <b>4. HIST 1311:</b> History of the U.S. to 1865  <b>CREATIVE ARTS:</b> <b>5.</b> Student may choose a Creative Arts option from the <a href="#">General Core Requirements</a> listing.	<b>COMMUNICATION:</b> <b>6. ENGL 1302:</b> English Composition II  <b>AMERICAN HISTORY:</b> <b>7. HIST 1312:</b> History of the U.S., 1865-Present  <b>MATHEMATICS:</b> <b>8. MATH 1308:</b> Elementary Statistical Analysis  <b>LIFE &amp; PHYSICAL SCIENCES:</b> <b>9. BIOL 1441:</b> Cell and Molecular Biology	<b>10. KINE 1315:</b> Intro to Teaching Physical Education Sport	Admission into Department of Kinesiology; 2.5 GPA and 12 hours at UTA.	
	<b>16 Hours</b>	<b>16 Hours</b>		
	<b>16 Hours</b>			<b>16 Hours</b>
	<b>16 Hours</b>			<b>16 Hours</b>
	<b>16 Hours</b>			<b>16 Hours</b>



YEAR 2	Fall	Spring	Milestones
<p><b>LIFE &amp; PHYSICAL SCIENCES:</b> 11. BIOL 2457: Human Anatomy and Physiology <sup>1,9</sup></p> <p>12. KINE 2301: Teaching Games for Understanding<sup>10</sup></p> <p><b>GOVERNMENT/POLITICAL SCIENCES:</b> 13. POLS 2311: Government of the U.S.</p> <p>14. KINE 2302: Dance and Movement Activities<sup>10</sup></p> <p><b>LANGUAGE, PHILOSOPHY, AND CULTURE:</b> 15. ENGL 2309: World Literature<sup>1,6</sup> OR ENGL 2319: British Literature<sup>1,6</sup> OR ENGL 2329: American Literature<sup>1,6</sup></p> <p style="text-align: right;"><b>16 Hours</b></p>	<p><b>SECOND CONCENTRATION AREA:</b> 16. Student may work with an advisor to choose a course from the second concentration area in fulfillment toward the 16 hours second concentration requirement.</p> <p><b>FOUNDATIONAL COMPONENT AREA:</b> 17. BIOL 2458: Human Anatomy and Physiology II<sup>1,11</sup></p> <p><b>GOVERNMENT/POLITICAL SCIENCES:</b> 18. POLS 2312: State and Local Government</p> <p>19. KINE 3300: Functional Anatomy<sup>2,11</sup></p> <p><b>SECOND CONCENTRATION AREA:</b> 20. Student may work with an advisor to choose a course from the second concentration area in fulfillment toward the 16 hours second concentration requirement.</p> <p style="text-align: right;"><b>16 Hours</b></p>		
<p><b>YEAR 3</b></p> <p><b>SOCIAL AND BEHAVIORAL SCIENCES:</b> 21. PSYC 1315: Introduction to Psychology OR MANA 2302: Communications in Organizations OR SOCI 1311: Intro to Sociology OR CRJ 2334: Introduction to the Criminal Justice System</p> <p>22. KINE 3315: Physiology of Exercise<sup>2,3,12,17</sup></p> <p>23. KINE 3388: Theory and Application in Motor Development<sup>2,10</sup></p> <p>24. KINE 3304: Adapted Physical Exercise and Sport<sup>2,10,23</sup></p> <p><b>SECOND CONCENTRATION AREA:</b> 25. Student may work with an advisor to choose a course from the second concentration area in fulfillment toward the 16 hours second concentration requirement.</p> <p style="text-align: right;"><b>15 Hours</b></p>	<p><b>Spring</b></p> <p>26. KINE 3325: Undergraduate Research Methods<sup>2,3,8</sup></p> <p>27. KINE 3302: Sport and Exercise Psychology OR KINE 3307: Sport and Society: Issues and Debates</p> <p>28. KINE 3301: Biomechanics of Human Movement<sup>2,3,11</sup></p> <p>29. KINE 4321: Teaching Elem Physical Education<sup>2,3,24</sup></p> <p>30. KINE 4319: Fitness and Outdoor Adventure Activities Education.<sup>1,4</sup></p> <p style="text-align: right;"><b>16 Hours</b></p>	<p><b>Milestones</b></p> <p>Admission into College of Education:</p> <p>Have a cumulative GPA of at least 2.75 for classes taken at UT Arlington.</p>	

YEAR 4	Fall	Spring	Milestones
<b>31. EDM1 4300: Pre-Adolescent/Adolescent Growth and Development</b>	<b>37. KINE 4647: Clinical Teaching Physical Education EC-12</b> <small>10,12,14,24,26,29,30,31,32,34,35.</small>	<b>38. EDUC 3301: Teaching Diverse Learners</b>	GPA of 3.0 or higher sustained across education course sequence.
<b>32. KINE 4193: Physical Education Teacher Certification Practicum</b>	<b>SECOND CONCENTRATION AREA:</b> 33. Student may work with an advisor to choose a course at the 3000 or 4000 level from the second concentration area in fulfillment toward the 16 hours second concentration requirement.		
<b>34. LIST 4343: Content Area Reading and Writing</b>			
<b>35. KINE 4320: Teaching Secondary Physical Education</b> <sup>23,24</sup>	<b>SECOND CONCENTRATION AREA:</b> 36. Student may work with an advisor to choose a course at the 3000 or 4000 level from the second concentration area in fulfillment toward the 16 hours second concentration requirement.		
<b>36. LIST 4343: Content Area Reading and Writing</b>			
<b>16 Hours</b>		<b>9 Hours</b>	<b>Total: 120 Hours</b>

Students should meet with an advisor to determine the best courses for their individual circumstances. Blue boxes are representative of courses required in the major. White boxes are representative of the University's General Core Requirements. Those Core categories are:

- Communication (6 hours)
- Mathematics (6 hours)
- American History (6 hours)
- Foundational Component Area (3 hours)
- Creative Arts (3 hours)
- Life and Physical Sciences (6 hours)
- Government/Political Science (6 hours)
- Social and Behavioral Sciences (3 hours)
- Language, Philosophy and Culture (3 hours).

The superscript numbers listed at the end of a course title are indicative of the pre-requisites or co-requisites necessary for that course. For example, a course that reads "FINA 3313: Business Finance<sup>7, 16, 17</sup>" indicates that the courses numbered 7, 16 and 17 on the degree plan are each pre-requisites or co-requisites for FINA 3313.

**Job titles relevant to this major:**

Physical Education Teacher, Elementary School Teacher, Middle School Teacher, and High School Teacher.  
 For salary information please refer to the [Occupational Outlook Handbook](#) from the U.S. Bureau of Labor Statistics.

COLLEGE OF NURSING  
 and HEALTH INNOVATION  
 Form Revised 05/2021

**DEPARTMENT OF KINESIOLOGY**  
**DEGREE PLAN - Pedagogy All Level Certification**  
 Bachelor of Arts Degree in  
 Kinesiology  
 The University of  
 Texas at Arlington

Date: \_\_\_\_\_

Name: \_\_\_\_\_ Student # \_\_\_\_\_

Phone # \_\_\_\_\_ Email Address: \_\_\_\_\_

**GENERAL REQUIREMENTS:**

Total hours required for degree: 120, plus any courses needed to fulfill certification requirements. At least 36 hours must be advanced (3000-4000).

**CORE CURRICULUM: (42+3 hours)**

\* = upper level (3000-4000) T = Transfer

Course	Hours	Earned	To Be Earned
COMMUNICATION (6 hours):			
ENGL 1301	3		
ENGL 1302	3		
ENGL 1303	3		
ENGL 1304	3		
ENGL 1305	3		
ENGL 1306	3		
ENGL 1307	3		
ENGL 1308	3		
ENGL 1309	3		
ENGL 1310	3		
ENGL 1311	3		
ENGL 1312	3		
ENGL 1313	3		
ENGL 1314	3		
ENGL 1315	3		
ENGL 1316	3		
ENGL 1317	3		
ENGL 1318	3		
ENGL 1319	3		
ENGL 1320	3		
ENGL 1321	3		
ENGL 1322	3		
ENGL 1323	3		
ENGL 1324	3		
ENGL 1325	3		
ENGL 1326	3		
ENGL 1327	3		
ENGL 1328	3		
ENGL 1329	3		
ENGL 1330	3		
ENGL 1331	3		
ENGL 1332	3		
ENGL 1333	3		
ENGL 1334	3		
ENGL 1335	3		
ENGL 1336	3		
ENGL 1337	3		
ENGL 1338	3		
ENGL 1339	3		
ENGL 1340	3		
ENGL 1341	3		
ENGL 1342	3		
ENGL 1343	3		
ENGL 1344	3		
ENGL 1345	3		
ENGL 1346	3		
ENGL 1347	3		
ENGL 1348	3		
ENGL 1349	3		
ENGL 1350	3		
ENGL 1351	3		
ENGL 1352	3		
ENGL 1353	3		
ENGL 1354	3		
ENGL 1355	3		
ENGL 1356	3		
ENGL 1357	3		
ENGL 1358	3		
ENGL 1359	3		
ENGL 1360	3		
ENGL 1361	3		
ENGL 1362	3		
ENGL 1363	3		
ENGL 1364	3		
ENGL 1365	3		
ENGL 1366	3		
ENGL 1367	3		
ENGL 1368	3		
ENGL 1369	3		
ENGL 1370	3		
ENGL 1371	3		
ENGL 1372	3		
ENGL 1373	3		
ENGL 1374	3		
ENGL 1375	3		
ENGL 1376	3		
ENGL 1377	3		
ENGL 1378	3		
ENGL 1379	3		
ENGL 1380	3		
ENGL 1381	3		
ENGL 1382	3		
ENGL 1383	3		
ENGL 1384	3		
ENGL 1385	3		
ENGL 1386	3		
ENGL 1387	3		
ENGL 1388	3		
ENGL 1389	3		
ENGL 1390	3		
ENGL 1391	3		
ENGL 1392	3		
ENGL 1393	3		
ENGL 1394	3		
ENGL 1395	3		
ENGL 1396	3		
ENGL 1397	3		
ENGL 1398	3		
ENGL 1399	3		
ENGL 1400	3		
ENGL 1401	3		
ENGL 1402	3		
ENGL 1403	3		
ENGL 1404	3		
ENGL 1405	3		
ENGL 1406	3		
ENGL 1407	3		
ENGL 1408	3		
ENGL 1409	3		
ENGL 1410	3		
ENGL 1411	3		
ENGL 1412	3		
ENGL 1413	3		
ENGL 1414	3		
ENGL 1415	3		
ENGL 1416	3		
ENGL 1417	3		
ENGL 1418	3		
ENGL 1419	3		
ENGL 1420	3		
ENGL 1421	3		
ENGL 1422	3		
ENGL 1423	3		
ENGL 1424	3		
ENGL 1425	3		
ENGL 1426	3		
ENGL 1427	3		
ENGL 1428	3		
ENGL 1429	3		
ENGL 1430	3		
ENGL 1431	3		
ENGL 1432	3		
ENGL 1433	3		
ENGL 1434	3		
ENGL 1435	3		
ENGL 1436	3		
ENGL 1437	3		
ENGL 1438	3		
ENGL 1439	3		
ENGL 1440	3		
ENGL 1441	3		
ENGL 1442	3		
ENGL 1443	3		
ENGL 1444	3		
ENGL 1445	3		
ENGL 1446	3		
ENGL 1447	3		
ENGL 1448	3		
ENGL 1449	3		
ENGL 1450	3		
ENGL 1451	3		
ENGL 1452	3		
ENGL 1453	3		
ENGL 1454	3		
ENGL 1455	3		
ENGL 1456	3		
ENGL 1457	3		
ENGL 1458	3		
ENGL 1459	3		
ENGL 1460	3		
ENGL 1461	3		
ENGL 1462	3		
ENGL 1463	3		
ENGL 1464	3		
ENGL 1465	3		
ENGL 1466	3		
ENGL 1467	3		
ENGL 1468	3		
ENGL 1469	3		
ENGL 1470	3		
ENGL 1471	3		
ENGL 1472	3		
ENGL 1473	3		
ENGL 1474	3		
ENGL 1475	3		
ENGL 1476	3		
ENGL 1477	3		
ENGL 1478	3		
ENGL 1479	3		
ENGL 1480	3		
ENGL 1481	3		
ENGL 1482	3		
ENGL 1483	3		
ENGL 1484	3		
ENGL 1485	3		
ENGL 1486	3		
ENGL 1487	3		
ENGL 1488	3		
ENGL 1489	3		
ENGL 1490	3		
ENGL 1491	3		
ENGL 1492	3		
ENGL 1493	3		
ENGL 1494	3		
ENGL 1495	3		
ENGL 1496	3		
ENGL 1497	3		
ENGL 1498	3		
ENGL 1499	3		
ENGL 1500	3		

**KINE MAJOR CURRICULUM (39 HRS):**

Course	Hours	Earned	To Be Earned
KINE 1100	3		
KINE 1300	3		
KINE 1315	3		
KINE 2301	3		
KINE 2302	3		
KINE 3398	3		
KINE 3399	3		
KINE 3400	3		
KINE 3401	3		
KINE 3402	3		
KINE 3403	3		
KINE 3404	3		
KINE 3405	3		
KINE 3406	3		
KINE 3407	3		
KINE 3408	3		
KINE 3409	3		
KINE 3410	3		
KINE 3411	3		
KINE 3412	3		
KINE 3413	3		
KINE 3414	3		
KINE 3415	3		
KINE 3416	3		
KINE 3417	3		
KINE 3418	3		
KINE 3419	3		
KINE 3420	3		
KINE 3421	3		
KINE 3422	3		
KINE 3423	3		
KINE 3424	3		
KINE 3425	3		
KINE 3426	3		
KINE 3427	3		
KINE 3428	3		
KINE 3429	3		
KINE 3430	3		
KINE 3431	3		
KINE 3432	3		
KINE 3433	3		
KINE 3434	3		
KINE 3435	3		
KINE 3436	3		
KINE 3437	3		
KINE 3438	3		
KINE 3439	3		
KINE 3440	3		
KINE 3441	3		
KINE 3442	3		
KINE 3443	3		
KINE 3444	3		
KINE 3445	3		
KINE 3446	3		
KINE 3447	3		
KINE 3448	3		
KINE 3449	3		
KINE 3450	3		
KINE 3451	3		
KINE 3452	3		
KINE 3453	3		
KINE 3454	3		
KINE 3455	3		
KINE 3456	3		
KINE 3457	3		
KINE 3458	3		
KINE 3459	3		
KINE 3460	3		
KINE 3461	3		
KINE 3462	3		
KINE 3463	3		
KINE 3464	3		
KINE 3465	3		
KINE 3466	3		
KINE 3467	3		
KINE 3468	3		
KINE 3469	3		
KINE 3470	3		
KINE 3471	3		
KINE 3472	3		
KINE 3473	3		
KINE 3474	3		
KINE 3475	3		
KINE 3476	3		
KINE 3477	3		
KINE 3478	3		
KINE 3479	3		
KINE 3480	3		
KINE 3481	3		
KINE 3482	3		
KINE 3483	3		
KINE 3484	3		
KINE 3485	3		
KINE 3486	3		
KINE 3487	3		
KINE 3488	3		
KINE 3489	3		
KINE 3490	3		
KINE 3491	3		
KINE 3492	3		
KINE 3493	3		
KINE 3494	3		
KINE 3495	3		
KINE 3496	3		
KINE 3497	3		
KINE 3498	3		
KINE 3499	3		
KINE 3500	3		
KINE 3501	3		
KINE 3502	3		
KINE 3503	3		
KINE 3504	3		
KINE 3505	3		

BIOL 2457	Human Anatomy & Physiology I		
BIOL 2458	Human Anatomy & Physiology II		
Subtotal Science			

**Джерело: Bachelor of Arts in Kinesiology – Pedagogy All Level Certification (Physical Education Teacher Education)**  
**URL: <https://www.uta.edu/academics/schools-colleges/conhi/academics/undergrad-programs/ba-kinesiology-pete>**  
**(retrieved at 20.08.2023)**

### **B.S. in Kinesiology, Option in Fitness (California University)**

Kinesiology, Fitness Option, B.S. (120 units)

Students pursuing the Bachelor of Science degree in Kinesiology must complete the course requirements and the physical fitness proficiency of each Option. Students may select their area of specialization from the options.

- Admission Under Impaction
- Fitness is an Impacted Option

Degree Progress for Pre-Kinesiology Majors

Pre-Kinesiology majors must complete the following requirements within four semesters of being admitted as a Pre-Kinesiology major or declaring a Pre-Kinesiology major. Some students may need to take courses during Summer Session to meet these requirements. At the end of the four semesters after Declaration of a Pre-Kinesiology major, students who have not met the requirements must either declare another major or meet with an Academic Advisor to determine if the student's performance in the courses merits an additional semester to complete.

At the end of the second semester, pre-Kinesiology students must have a cumulative GPA of 3.0 in the following courses:

- Written Communication in English (General Education Category A1)
- Oral Communication in English (General Education Category A2)
- Critical Thinking (General Education Category A3)
- Mathematics/Quantitative Reasoning\* (General Education Category B2)
- KIN 201
- PSY 100

\*If the Kinesiology option requires a specific Mathematics/Quantitative Reasoning course to be completed, students must have this course completed at the end of the second semester with a grade of "C" or better.

At the end of the fourth semester, pre-Kinesiology students must have a minimum cumulative GPA of 3.0 and a minimum GPA of 2.5 in all required major preparation course work (see Major Specific Criteria). At the end of the fourth semester, Pre-Kinesiology students must be eligible to be fully declared into the intended option within Kinesiology.

Pre-Kinesiology students who are admitted into one Kinesiology option will not be granted permission to switch into another Kinesiology option without a formal appeal to the Kinesiology appeals committee.

Pre-Kinesiology students should note that withdrawing or repeating courses to improve their grades or GPA will result in poor academic progress and will likely make them ineligible for admission.

#### Requirements

##### Core Courses:

Take all of the following courses:

- KIN 201 - Introduction to Kinesiology (3 units)
- KIN 300 - Biomechanics of Human Movement (3 units)
- KIN 301 - Exercise Physiology (3 units)
- KIN 312 - Motor Control and Learning (3 units)
- KIN 332 - Sociocultural Dimensions of Sport and Human Movement (3 units)

##### Lower Division:

Take one of the following courses:

- STAT 108 - Statistics for Everyday Life (3 units) \*"C" or better
- PSY 110 - Introductory Statistics (4 units) \*"C" or better
- STAT 118 - Introductory Business Statistics (3 units) \*"C" or better
- HDEV 190 - Elementary Statistics in Social and Behavioral Sciences (4 units) \*"C" or better
- SOC 170 - Elementary Statistics (4 units) \*"C" or better

Take all of the following courses:

- NUTR 132 - Introductory Nutrition (3 units) \*"C" or better

- PSY 100 - General Psychology (3 units) \*"C" or better
- KIN 218 - Professional Development in the Fitness Industry (2 units)
- KIN 263 - Techniques of Physical Fitness (2 units)
- BIOL 207 - Human Physiology (4 units) \*"C" or better
- BIOL 208 - Human Anatomy (4 units) \*"C" or better

Physical Activity Courses:

Take a minimum of 4 units selected from different classes: KIN 100-198; KIN 250-261

Upper Division:

- KIN 339 - Psychology of Sport Behavior and Athletic Performance (3 units)
- KIN 363 - Theory and Analysis of Group Fitness Instruction (2 units)
- KIN 364 - Fitness for Adult Populations with Unique Health Considerations (3 units)
- KIN 367 - Fitness and the Aging Process (3 units)
- KIN 368 - Resistance Training for Fitness (3 units)
- KIN 410 - Corrective Exercise Training in Fitness (3 units)
- KIN 411 - Advanced Program Design for Fitness and Performance (3 units)
- KIN 412 - Fitness and Wellness Coaching (3 units)
- KIN 467 - Fundamentals of Personal Training (3 units)
- KIN 468 - Nutrition for Exercise and Performance (3 units)
- KIN 469 - Fitness Management (3 units)
- KIN 489D - Fieldwork in Fitness

Take six units of elective courses from the following:

- ATEP 207 - Prevention and Care of Athletic Injuries (3 units)
- KIN 462 - Advanced Strength and Conditioning (3 units)
- KIN 478 - Psychological Aspects of Exercise and Fitness (3 units)
- KIN 487 - Supervised Activity Instruction Experience (1-3 units)
- NUTR 439 - Nutrition and Aging (3 units)



Note: A fieldwork, field experience, or internship requires current certification in First Aid (American Red Cross: Community First Aid & Safety or Emergency Response or Workplace Training: Standard First Aid or equivalent) and Cardiopulmonary Resuscitation (American Red Cross: Adult CPR or Adult, Infant & Child CPR or CPR for the Professional Rescuer; American Heart Association: Adult CPR or Adult, Infant & Child CPR or ACLS Provider or equivalent) prior to enrollment.

Джерело: B.S. in Kinesiology, Option in Fitness (California University) URL: <https://www.csulb.edu/college-of-health-human-services/kinesiology/bs-kinesiology-option-fitness> (retrieved at 20.08.2023)

Додаток С

Athletic Training B.S. Programme Florida State University

Course #	Hours	Name
BSC X010, X010L	4 (3+1)	Biological Science or BSC X010C, Biology I with lab (4)
PHY X053, X053L	4 (3+1)	General Physics or PHY X053C, College Physics A with lab (4)
PSY X012	3	General Psychology
STA X122	4	Introduction to Applied Statistics or STA X023, Statistical Methods ( <i>STA X122 preferred</i> )
HUN X201	3	Science of Nutrition or HUN X941 ( <i>"B-" or better required</i> )
PET X322, X322L	4 (3+1)	Functional Anatomy & Physiology I (and lab) or BSC X085, X085L or equivalent ( <i>"C+" or better required</i> )
PET X323C	4	Functional Anatomy & Physiology II (with lab) or BSC X086, X086L or equivalent



Note 1: State-wide common prerequisites are always under review. For the most current information and for acceptable alternative courses, visit the “Common Prerequisites Manual.” This is available from the “Student Services” section of <http://www.flvc.org>.

Note 2: Students should take MAC 1105 (3) College Algebra to partially satisfy the math area requirement for General Education, as it is a prerequisite to several of the above courses.

### **Requirements**

This is a **limited access major**; admission is competitive. Please contact the department directly for more information. Students should apply for admission to this program during freshman year.

Since access to clinical opportunities is limited, students must complete the following to be admitted:

1. Minimum FSU GPA of 2.5 or higher on a minimum of 15 hours
2. Successful completion of ATR 1800
3. Must meet all technical standards for admission (contact an academic advisor for details)

### **Program of Study**

Many of these courses may also be used to satisfy general education requirements. Please contact the department regarding possible curricular changes. In order to graduate with a degree in Athletic Training, students must have a minimum FSU overall GPA of 2.5 and a grade of “C minus” or higher in all required courses.

### **97 Total Hours**

#### **Required Math, Science & Psych Courses (26 hours)**

MAC 1105	3	College Algebra
MAC 1114	2	Trigonometry
MAC 1140	3	Precalculus
STA 2122	3	Introduction to Applied Statistics
BSC 2010, 2010L	4 (3+1)	Biological Science I (and lab)
CMH 1045, 1045L	4 (3+1)	General Chemistry I (and lab)
PHY 2053C	4	College Physics A with lab
PSY 2012	3	General Psychology

### College of Human Sciences Core (6 hours)

FAD 2230	3	Family Relationships
HSC 4711	3	Wellness / Risk Reduction

### Departmental Coursework (15 hours)

HUN 1201	3	Science of Nutrition
PET 3322, 3221L	4 (3+1)	Functional Anatomy and Physiology I or BSC 2085, 2085L (3+1)
PET 3323C	4	Functional Anatomy and Physiology II or BSC 2086, 2086L (3+1)
PET 3380C	4	Applied Exercise Physiology

### Athletic Training Core Coursework (27 hours)

ATR 1800	1	Introduction to Athletic Training
ATR 2020	2	First Aid – Professional Rescuer
ATR 3102	3	Athletic Training I
ATR 3012C	3	Orthopedic Assessment – Upper Ext.
ATR 3132	3	Kinesiology
ATR 3213c	3	Orthopedic Assessment – Lower Ext.
ATR 3312c	3	Therapeutic Exercise / Rehabilitation
ATR 4302c	3	Therapeutic Modalities
ATR 3512	3	Athletic Training Administration
ATR 4932	3	Issues in Sports Training

Students must complete one of the four following options (21-26 hours):

#### I. Pre-Athletic Training

APK 3113	3
ATR 1810	1

### I. Pre-Athletic Training

ATR 2820	1
ATR 3832	1
ATR 4842	1
Electives	14
<b>Total Hours</b>	<b>21</b>

### II. Pre-Physical Therapy

BSC 2011, 2011L	4 (3+1)
CHM 1046, 1046L	4 (3+1)
PHY 2054C	4
PSY XXXX	3-6
Electives	3-6
<b>Total Hours</b>	<b>21</b>

### III. Pre-Physician Assistant

CHM 1046, 1046L	4 (3+1)
MCB 2004, 2004L <b>or</b> MCB 4403, 4403L	4 (3+1)
APK 2001	3
CHM 3217, 3217L <b>or</b> CHM 2210	4 (3+1) <b>or</b> 3
Electives	6
<b>Total Hours</b>	<b>21</b>

### IV. Pre-Sports Medicine

BSC 2011, 2011L	4 (3+1)
CHM 1046, 1046L	4 (3+1)
PHY 2054C	4
CHM 2210	3

<b>IV. Pre-Sports Medicine</b>	
CHM 2211, 2211L	6 (3+3)
BCH 4053	3
<i>Suggested: PCB 3063</i>	3
<i>Suggested: Spanish (FL)</i>	6
<b>Total Hours</b>	<b>24</b>

#### **Minimum Program Requirements (Summary)**

<b>Min. Hours Required</b>	120
<b>General Education</b>	36*
<b>Prerequisites</b>	0 (beyond coursework required for liberal studies & the major)
<b>Major Coursework</b>	97*
<b>Minor Coursework</b>	0
<b>Computer Skills</b>	0-3 (beyond major requirements)
CGS 2060 (3) or BSC 2010L (1)	
<b>Oral Competency</b>	0 (beyond major requirements)
Students must demonstrate the ability to orally transmit ideas and information clearly. This requirement may be met through with an approved college-level course; SPC 1017 suggested.	
<b>Electives</b>	TBD ( <i>to bring total hours to 120</i> )

Джерело: Athletic Training B.S. Programme Florida State University URL: <https://www.bachelorsportal.com/studies/116702/athletic-training.html> (retrieved at 20.08.2023)

### M.S. Sport Management and Education (Texas University)

Our experience shows that students from diverse academic backgrounds can excel in Sport Management. Our recent students have undergraduate majors in business, management, communication, journalism, history, American Studies, marketing, English, film studies, women's studies, computer science, philosophy, political science, government, and of course other undergraduate programs related to kinesiology, health, and physical activity.

Our classes deal with business concepts like:

- strategic planning,
- organizational change,
- human resource management,
- facility management,
- marketing,
- event promotion, and more.

We have found that a committed, engaged, student who is passionate about a career in sport will excel here at Texas no matter what major they completed as an undergraduate.

#### Are There Prerequisites?

Although it is helpful to begin the master's program with some exposure to the basics of management theory, marketing, and accounting, we do not require our applicants to have taken coursework in those areas. We believe that students from diverse academic backgrounds can all succeed in Sport Management, and have admitted dozens of students who have done well in the program and did not have a business foundations background.

If you have not had any previous training in basic marketing and management principles, we would certainly encourage you to try to familiarize yourself with these subjects before you start classes. You might, for example, want to participate in a [MOOC class online](#), or pick up an entry-level textbook to read through.

Your advisor will also be happy to make suggestions on how to bridge any gaps in your knowledge. However, a lack of coursework in such areas will not be held against you in admission decisions. There are no prerequisite courses for the On-Campus M.Ed. and M.S. in Sport Management or for our On-Line program.

### What Do I Need to Apply?

You must follow the application steps outlined on the [How to Apply](#) page and submit your undergraduate and other academic transcripts, a statement of purpose, three letters of reference, a resume, and your Graduate Record Examination (GRE) scores. If you are an international student you will also need to submit TOEFL scores or other evidence of language proficiency. International students must also check with the **International Office** about their special requirements. Applications may be submitted pending GRE scores but no admission decision will be made until the application file is complete. Be sure to schedule your GRE exam as soon as possible. We do not accept the GMAT or LSAT.

### Master of Education

The On-Campus Master of Education (M.Ed.) requires 36 hours of coursework. All graduate courses in the Sport Management program are numbered either KIN 386 or KIN 395 and carry three hours of credit. A normal course load for graduate students is three courses (nine hours) per semester.

### Coursework

You will enter the On-Campus Sport Management master's program with a cohort and take five of your six core courses and one elective in your first year. In your second year, you will conduct a semester-long internship (a "six-hour" course), take your remaining core course (Strategic Management), and fulfill electives.

An advisor will be assigned to you before you arrive on campus. You will need to meet with your advisor every semester to register for new classes, and to make sure you stay on track. Talk with your advisor about your future goals so they can help you choose electives that enrich your career path. **Please note:** the internship cannot be scheduled until you have taken the five core courses required in Year One.

Please familiarize yourself with all the internship requirements during Year One so you can find an internship that aligns with your career goals. In special circumstances, a few students have been granted permission to intern in the summer between Year One and Year Two in the program.

The On-Campus M.Ed. requires 36 hours of coursework. All graduate courses in the Sport Management program are numbered either KIN 386 or KIN 395 and carry three hours of credit. A normal course load for graduate students is three courses (nine hours) per semester.

- KIN 395 Sport Marketing (Fall Year One)
- KIN 395 Managing People & Organizations (Fall Year One)
- KIN 395 Legal Issues in Sport (Fall Year One)
- KIN 395 Ethics in Sport (Spring Year One)
- KIN 395 Strategic Management for Sport (Fall Year Two)
- KIN 395 Facility and Event Management (Spring Year One)
- Three hours from either: KIN395 Sport Policy, KIN 395 Sport and International Relations, KIN 395 Sport Analytics, KIN Sport Economics or KIN History of the Sport Industry in America
- Completion of **KIN 697P: Internship In Sport Management** (Following Year One)
- Electives
  - 3 hours of additional graduate-level coursework in the Department of Kinesiology and Health Education chosen in consultation with the advisor.
  - 6 hours of coursework from inside or outside the department, chosen in consultation with the advisor (3 hours may be at upper-division undergraduate level)

Electives may be taken from Sport Management or Physical Culture and Sport Studies courses, other KIN/HED classes, and courses outside the department. Three hours of upper-division, undergraduate coursework is permitted.

KIN 697P Internship Course Requirements

The culminating experience of the Master's Degree in Sport Management is the successful completion of:

1. a 300-hour (paid or unpaid) internship in an established work environment,
2. completion of a written consulting report for your site, and
3. an oral examination in front of the faculty in Sport Management based on your organizational analysis.

Students may not intern until after they have completed at least 15 hours of required sport management courses. In order to enroll for the internship, students must be in good academic standing and have no grades of incomplete. They must also have the approval of their faculty advisor in the Department of Kinesiology & Health Education, who will be their internship supervisor.

Students are responsible for locating their own internship site and must make an appointment with their advisor at least 6 weeks prior to the internship semester to discuss options and get faculty approval. The student should bring to this meeting several options for discussion. **Students must determine if their site already has an existing approved site agreement and program agreement with UT-Austin. If not, then site and program agreements must be completed in addition to the contract.**

#### [Review the list](#)

Once the details are worked out with a sponsoring agency and an on-site supervisor is identified, the student, in conjunction with his or her site supervisor, will complete the standard sport management program contract to be approved by the faculty advisor that must be signed by all three parties (intern, on-site supervisor, and faculty advisor) before the internship begins. It must be understood that both the faculty advisor and the on-site supervisor have the authority to terminate the internship experience at any time if the intern fails to complete written requirements or fails to meet behavioral or effort expectations. The written requirements must be typed and of the highest professional quality with special attention given to content, format, and style.

#### A. Internship Evaluations



Internship supervisors will complete a midterm and final evaluation. Evaluations must be sent via email attachment (PDF) or by US Mail directly to the student's faculty advisor. The student may not hand deliver.

#### B. Written Consulting Report

Your consulting report will have two parts. The report will answer the questions provided below in detail with reference to sport management theories and concepts. In order to provide a sufficient level of explanation and demonstrate understanding, students are encouraged to interview employees across their internship site. Responses to these questions should integrate specific course content from the sport management program and should also include academic references, using appropriate APA formatting. This will be submitted no less than 5 days before your oral defense to your supervisor who will then share with all core faculty before your oral presentation.

#### **Part I**

1. Is your pricing appropriate for the product/service offered by your organization? Identify any untapped sources of revenue available to your organization (note: think of this broadly — it can include revenues from services provided, as well as sponsorships, grants, donations, etc.). If your agency provides free services—discuss the costs involved in providing those free services.
2. What are the biggest risk management challenges for your organization? How does your organization manage these risks?
3. What forms of promotion does your organization use? How effective are these promotions? Of the current promotions, what activities would you recommend your organization stop doing? What promotional activity would you recommend your organization add?
4. The members/customers/patrons of your organization presumably have a variety of choices for the goods and/or services that you provide. Who are your competitors? Where does your organization rank among the organizations that offer a similar product? (This can be based on your

observation and can be general, e.g., industry leader, newly established, growing). Note: every organization has competitors, so the response that you have no competitors is not acceptable.

5. How would you describe your internship site's organizational culture? What specific strategies have you used to learn about and adapt to the culture?
6. In order to be successful, an organization needs to have a unique value proposition (i.e., something unique that makes your organization's customers choose the goods/services you provide). What is your organization's unique value proposition?
7. You should separately upload your internship site's organizational chart. What are the benefits of your organization's chosen structure? What are its limitations? Why do you think your internship site is structured in the way that it is?

## **Part 2**

Based on the analysis in Part 1, you will identify a significant challenge currently facing the organization. You *will fully explain* why the problem you have identified is important and worthy of attention. This must include **specific** ways that the problem negatively impacts the organization and symptoms of the problem that affect organizational effectiveness. Then, you will provide a solution that addresses the problem and an implementation plan. This implementation plan will include the identification of all necessary resources, stakeholders who must be involved, and timeline for implementation. To conclude, you should discuss why you expect the proposed plan to be successful and any barriers to implementation.

### **C. Culminating Oral Defense of Consulting Report**

**This Oral Examination** is designed to demonstrate the student's analytic skills, communication skills, professional readiness, and mastery of the field of sport management. On the designated day, dressed in appropriate business attire, you will meet with core sport management faculty to answer questions posed by the faculty related to your consulting report. All aspects of the consulting report are "fair game" for questions, although most questions will center on the problem and

solution you proposed in Part II above. There will be no prepared remarks from the student.

**Grading:** (Please note that Plus/Minus Grading Will Be Used for This Course)

A) Internship Experience (50%) – Based on professionalism in setting up internship, quality of monthly reports, and internship evaluations from site supervisor.

B) Written consulting report (30%) – Graded by faculty pairs. This report should also include a memorandum explaining what competencies they learned.

C) Oral Presentation to Faculty (20%) – All faculty present will grade the student's performance.

### Careers in Sport Management

Our M.Ed. is designed for practitioners who want to work in the sport industry. Our department has a close relationship with UT's Athletics Department, as well as many other organizations around Austin and the Southwest.

A few recent examples of organizations where our graduates have been hired or interned include:

- NCAA
- PGA
- NFL Players Association
- San Antonio Spurs
- Dallas Cowboys
- Texas Rangers
- Houston Astros
- Houston Texans
- Denver Broncos
- San Diego Padres
- Seattle Sounders
- Walt Disney World
- Iron Man Triathlon

- Minnesota Vikings
- X Games
- University of Texas Athletics
- Flo Sports
- Circuit of the Americas
- Nascar

Джерело: M.S. Sport Management and Education (Texas University) URL:  
<https://knsn.tamu.edu/academics/ms-sport-management/> (retrieved at 20.08.2023)

## Physical Education Teacher Education (MSEd) SUNY

### Curriculum

#### *Delivery Modes:*

- 100% online — Students should apply for the **summer** semester to ensure timely completion.
- Face to Face — Students can apply for **any** semester.

We designed this program to spark your intellectual curiosity in physical education, the promotion of physical activity, and the design and use of culturally relevant curricula. Graduates will gain a strong understanding of issues around diversity as they relate to effective teaching and curricular development in physical education.

The Pedagogy track is available to students who have completed an undergraduate degree in physical education and are eligible to apply for NYS initial certification in physical education. Students must complete their initial certification by the time they have completed 12 credit-hours of coursework.

### Curriculum & Learning Outcomes

#### Career Outlook

As society is focusing more attention on the physical fitness of our children, the need for great physical education teachers is increasing.

Our graduates find work all over the country as physical education teachers, coaches and more. Some go on to further graduate study at top institutions around the country.

#### Program Eligibility

- Proof of New York State initial teacher certification.
- Minimum GPA of 3.0 (although a GPA of 2.5 through 2.9 may be admitted with conditions).
- Online Learning

Our master's program can be completed completely online, in a classroom setting, or a hybrid of both.

You can discuss your options with one of our advisors to determine which would work best for you.

Джерело: Physical Education Teacher Education (MSEd) SUNY URL:  
<https://www2.brockport.edu/academics/kinesiology/teacher-education/pedagogy-masters/> (retrieved at 20.08.2023)

**Graduate Program: Health Management MPH (UCLA)****200A. Health Systems Organization and Financing**

Units: 4.0

Lecture, three hours; discussion, one hour. Limited to graduate health services students. In-depth analysis of health services systems in U.S., using relevant theories, concepts, and models. S/U or letter grading.

**200B. Health Systems Organization and Financing**

Units: 4.0

Lecture, three hours; discussion, one hour. Limited to graduate health services students. In-depth analysis of health services systems in U.S., using relevant theories, concepts, and models. S/U or letter grading.

**M201. Topics in Theoretical Epidemiology**

Units: 4.0

(Same as Epidemiology M203.) Lecture, three hours. Emphasis on methods that help to understand how systems operate and how to intervene on them. Exploration of how to characterize human-centered problems that arise, and how to handle complexity as core design and development challenge. Examination of different traditions of studying and modeling (representing) systems, both conceptually and quantitatively, to address questions that arise in public health. Consideration of utility and limitations of these methods for providing insight to stakeholders who are addressing population health problem. S/U or letter grading.

**202. Introduction to Statistics and Research Methods for Health Services Research**

Units: 4.0

Lecture, two hours; laboratory, two hours. Overview of statistical and research methods for health services research. Preparation for subsequent graduate coursework in statistics and leading independent research projects. Students learn to develop analytical skills involving distributions, probability, and descriptive statistics and how they can be applied to public health. S/U or letter grading.

**M203A. Microeconomic Analysis for Public Health and Policy**

Units: 4.0

(Same as Public Policy M201A.) Lecture, four hours. Requisite: Mathematics 3A or 3B or 31A. Course M203A is requisite to M203B. Basic concepts of microeconomics, with emphasis on their application to actual situations and their use in problem solving and focus on theory of choice. Extensive use of differential calculus. Letter grading.

**M203B. Microeconomic Analysis for Public Health and Policy**

Units: 4.0

(Same as Public Policy M204A.) Lecture, four hours. Requisites: course M203A, and one course from Mathematics 3A, 3B, or 31A. Basic concepts of microeconomics, with emphasis on their application to actual situations and their use in problem solving and focus on theories of firms and markets. Extensive use of differential calculus. Letter grading.

**M204A. Seminar: Pharmaceutical Economics and Policy**

Units: 1.0

(Same as Economics M204L.) Seminar, three hours every other week. Requisite: course M236. Limited to graduate public health and economics students. Various topics in economics of pharmaceutical industry, including rates of innovation, drug regulation, and economic impact of pharmaceuticals. In Progress grading (credit to be given only on completion of courses M204B and M204C).

**M204B. Seminar: Pharmaceutical Economics and Policy**

Units: 1.0

(Same as Economics M204M.) Seminar, three hours every other week. Requisite: course M236. Limited to graduate public health and economics students. Various topics in economics of pharmaceutical industry, including rates of innovation, drug regulation, and economic impact of pharmaceuticals. In Progress grading (credit to be given only on completion of course M204C).

**M204C. Seminar: Pharmaceutical Economics and Policy**

Units: 2.0



(Same as Economics M204N.) Seminar, three hours every other week. Requisite: course M236. Limited to graduate public health and economics students. Various topics in economics of pharmaceutical industry, including rates of innovation, drug regulation, and economic impact of pharmaceuticals. Letter grading.

### **M205. Pharmaceutical Policy**

Units: 4.0

(Formerly numbered 205.) (Same as Public Policy M265.) Lecture, three hours. Policy issues pertaining to pharmaceutical sector. Topics include determinants of expenditures on drugs, price setting in industry, health insurance coverage for pharmaceuticals, and research and development process. Letter grading.

### **206. Healthcare for Vulnerable Populations**

Units: 4.0

Lecture, three hours. Overview of health services issues associated with organization, financing, and delivery of healthcare services to vulnerable populations within domestic and international contexts to gain understanding of social, political, economic, and cultural issues that lead to disparities in access, quality, and cost of healthcare services that lead to vulnerability for particular population groups. Introduction to strategies that have been adopted to address these health disparities. Analysis and development of policy and management options that serve needs of vulnerable populations within healthcare system. Letter grading.

### **214. Measurement of Effectiveness and Outcomes of Health Care**

Units: 4.0

Lecture, three hours. Requisites: courses 200A, 200B, M422. Historical perspective for development of health status measures and their utilization in assessment of outcomes and effectiveness in medical care. Review of current methods in context of current research and practice. Letter grading.

### **215A. Healthcare Quality and Performance Management**

Units: 4.0

Lecture, four hours. Management and operations of individual units and organizations of American healthcare system. Exploration of ways in which they actually function and how to ensure their quality and effectiveness. Examination of roles, activities, and

daily challenges of managers and how these challenges can best be met on day-to-day basis. Emphasis on applied practice with intent being improvement of student managerial competencies and on development of skills to manage operational processes in delivery of health services, primarily directed to improving effectiveness, efficiency, performance, and quality of healthcare services. Quality improvement (QI) techniques such as performance measurement, rapid cycle testing, breakthrough series, and interorganizational collaboration benefit quality and productivity. Letter grading.

### **215B. Applied Methods for Improvement/Implementation Science**

Units: 4.0

Lecture, four hours. Planning and management of improvement programs in current work of students and future roles as change agents and leaders of healthcare systems. Training in skills and analytic methods for applying improvement science in clinical settings and health systems. Completion of improvement projects that demonstrate student competence in improvement science. Emphasis on case studies and applications so students gain skills in improvement project design and implementation. Analyses of cases, individual improvement projects, and class discussions to allow students to apply this knowledge to organizational examples. Letter grading.

### **216. Special Topics in Health Services: Quality Assessment and Assurance**

Units: 4.0

Seminar, four hours. Fundamental issues in quality assessment, quality assurance, and measurement of health status. S/U or letter grading.

### **217. Evidence-Based Medicine and Organizational Change**

Units: 4.0

Lecture, three hours. Requisites: courses 200A, 200B, M422. Designed for graduate students in public health or other health sciences disciplines. Participation of students in critical review and discussion of selected papers dealing with course topics, including clinical trials, meta-analysis, small and large area variations in care, and development and implementation of clinical guidelines. Emphasis on implications for health policy. Letter grading.

**C221. Tobacco: Prevention, Use, and Public Policy**

Units: 4.0

Lecture, four hours. Designed for juniors/seniors and graduate students. Study of tobacco use and its health consequences, including interplay of historical, biological, sociocultural, political, and economic forces with knowledge, attitudes, and behavior choices of individuals. Introduction to prevention interventions, cessation interventions, anti-tobacco efforts in U.S., and international trends in tobacco use. Concurrently scheduled with course C121. Letter grading.

**225A. Health Services Research Design**

Units: 6.0

Lecture, four hours; laboratory, two hours. Limited to departmental MS and PhD students. Introduction to scope of health services research, conceptualization and design of health services research, choice and assessment of measures for such research, and methods for studies involving direct data collection. Broad overview to conducting health services research, alternative research paradigms, building conceptual models of what students are trying to study, designing and testing measures, and direct data collection issues of survey and questionnaire design, sampling, community engagement, and research ethics. Letter grading.

**225B. Health Services Research Design**

Units: 6.0

Lecture, four hours; laboratory, two hours. Requisite: course 225A. Limited to departmental MS and PhD students. Development of conceptual models for health services research, identification and use of secondary data sources, study design, and its operationalization through regression models. Letter grading.

**225C. Research Methods for Improvement/Implementation Science**

Units: 4.0

Lecture, four hours. Enforced requisite: course 215A or 215B. Design and implementation of studies of dynamic interventions, including improvement initiatives and pragmatic clinical trials. Provides skills in research methods for improvement and implementation studies in clinical settings (including community-based settings) and health systems. Completion of improvement research projects that

demonstrate student competence in design and implementation. Fundamentals in research design and methods for conducting rigorous inferential evaluation in real world of implementation science, with emphasis on methods for generalizing results of improvement and implementation studies involving dynamic testing. Emphasis on case studies and applications so students gain skills in design and implementation. Letter grading.

**226A. Readings in Health Services Research**

Units: 4.0

**226B. Readings in Health Services Research**

Units: 2.0

Seminar, two hours. Limited to departmental MS and PhD students. Introduction to research literature in health services research, including literature on key conceptual models, classic empirical studies, and current research illustrating cutting-edge methods or findings. S/U grading.

**226B. Readings in Health Services Research (Effective Winter 2024 )**

Units: 4.0

**227A. Special Topics in Health Services: Seminar Series**

Units: 2.0 to 4.0

(Formerly numbered 227B.) Seminar, two hours. Designed for doctoral students. Presentation of proposed or ongoing research projects by faculty members and students, with discussion to determine relevant methodological and policy issues, as well as to offer constructive criticism. Letter grading.

**227B. Special Topics in Health Services: Current Research Issues**

Units: 2.0

(Formerly numbered 227A.) Seminar, two hours. Designed for doctoral students. Review of articles in health services journals nominated as best published during previous year. Analysis of articles to determine contribution to theory, methods, and/or implications for management or policy in health services organizations or health services as field. May be repeated for credit with topic change. Letter grading.

**M228. Introduction to Mixed Methods Research**

Units: 4.0

(Same as Community Health Sciences M228.) Seminar, three hours; discussion, one hour. Limited to graduate students. Highly recommended: courses 225A and 225B, or completion of coursework in basic research design and methods. Introduction to mixed methods research, with emphasis on its application to public health research. Equips students with skills to critique mixed method research designs and to design mixed methods research investigation for health issue of interest. Study of different mixed methods research designs commonly used in public health and health services research, including feasibility studies, convergent parallel design, sequential mixed methods, and multiphase studies. Use of combination of didactic and applied techniques. S/U or letter grading.

### **230A. Health Economics: Low- and Middle-Income Countries' Perspectives**

Units: 2.0

Seminar, two hours; discussion, two hours. Development of student thinking on how microeconomic theories help us understand determinants of health and behaviors of consumers and providers in health sector. Offers critical framework in evaluating efficiency of health systems in improving health of populations. Health economics field provides public policy tools to evaluate distributional benefits/penalties of policies such as sin taxes, and to assess extent market failures motivate role of governments in financing, organization, and delivery of health care. Emphasis on low- and middle-income country (LMIC) settings. In Progress grading (credit to be given only on completion of course 230B).

### **230B. Health Economics: Low- and Middle-Income Countries' Perspectives**

Units: 2.0

Seminar, two hours; discussion, two hours. Development of student thinking on how microeconomic theories help us understand determinants of health and behaviors of consumers and providers in health sector. Offers critical framework in evaluating efficiency of health systems in improving health of populations. Health economics field provides public policy tools to evaluate distributional benefits/penalties of policies such as sin taxes, and to assess extent market failures motivate role of governments in financing, organization, and delivery of health care. Emphasis on low- and middle-income country (LMIC) settings. S/U or letter grading.

**231. History of Public Health**

Units: 4.0

Discussion, three hours. Designed for doctoral students. Emphasis on topics which illuminate current issues in public health policy. Discussion of historical perspectives on healthcare providers, healthcare institutions, healthcare reform movements, public health activities, childbirth, and AIDS. S/U or letter grading.

**232. Leadership Capstone Seminar**

Units: 4.0

Seminar, four hours. Preparation: completion of summer internship requirement. Designed for graduate students completing their master's training in health management and health policy. Examination of leaders and leadership in healthcare and other organizations to provide broad introduction to literature on skills, behaviors, and characteristics of organizational leaders. Relationship and importance of vision, values, change, strategy, and communication. Identification of characteristics of successful leaders. Students evaluate their own leadership style and identify opportunities to further develop their leadership abilities. Letter grading.

**M233. Health Policy Analysis**

Units: 4.0

(Same as Community Health Sciences M252.) Lecture, three hours. Requisites: courses 200A, M236, M287. Conceptual and procedural tools for analysis of health policy, emphasizing role of analysis during various phases of lifecycle of public policy. Letter grading.

**234. Health Services Organization and Management Theory**

Units: 4.0

Lecture, two hours; discussion, two hours. Preparation: two upper-division social sciences courses. Application of contemporary organization and management theory to systems that provide personal health-care services. Environmental characteristics, missions/goals, structure, and processes of health services organizations. S/U or letter grading.

**235. Law, Social Change, and Health Service Policy**

Units: 4.0

Lecture, four hours. Preparation: two upper-division political science or sociology courses. Requisite: course 100. Legal issues affecting policy formulation for environmental, preventive, and curative health service programs. S/U or letter grading.

**M236. Microeconomic Theory of Health Sector**

Units: 4.0

(Same as Public Policy M268.) Lecture, four hours; discussion, two hours. Preparation: intermediate microeconomics. Microeconomic aspects of health-care system, including health manpower substitution, choice of efficient modes of treatment, market efficiency, and competition. Letter grading.

**237C. Issues in Health Services Methodologies**

Units: 6.0

Lecture, four hours; discussion, two hours. Requisites: courses 237A, 237B, Biostatistics 200A, 200B (or 201). Designed for doctoral students. Intended to train students in statistical and economic methods used in health services research, with focus on practical application of advanced regression models. Letter grading.

**239A. Special Topics in Health Services: Introduction to Decision Analysis and Cost-Effectiveness Analysis**

Units: 4.0

Lecture, four hours. Requisites: courses 200A and 200B, or M233. Techniques to assess broad spectrum of medical technologies: therapeutic and diagnostic tests and procedures, clinical practice patterns, public health interventions, and pharmaceuticals. Demonstration of how decision analysis provides basic framework for conducting various economic evaluations. May be repeated for credit with topic change. Letter grading.

**239B. Special Topics in Health Services: Advanced Topics in Decision Analysis and Cost-Effectiveness Analysis**

Units: 4.0

Lecture, four hours. Requisite: course 239A. How to conduct uncertainty analyses, understand methods used to construct quality-adjusted life years (QALYs), conduct Markov analyses, critically analyze large-scale published cost-effectiveness analyses

(CEAs), effectively present strengths and limitations of published CEAs to peers, and use advanced features of TreeAge software to construct and analyze CEA models, including Markov models. May be repeated for credit with topic change. Letter grading.

#### **240. Global Health Institutions, Policies, and Systems**

Units: 4.0

Lecture, four hours. Introduction to global health, from health policy and management perspective. Examination of institutions, from global to local, through lenses including governance, financing, history, and agenda-setting. Discussion of major topics in global health systems, such as human resources and health IT. Through series of short assignments, students' work culminates in final presentation that examines these many dimensions of single topic in global health. S/U or letter grading.

#### **241. Economics of Health Policy**

Units: 4.0

Lecture, four hours. Requisite: course M236 or doctoral standing. Second-level health economics course, with emphasis on health policy applications, designed to provide more nuanced view of health economics than does course M236. Provides more training for master's students interested in policy, as well as material and insights for doctoral students who may find it useful in thinking about dissertation topics. Emphasis on special characteristics of health and healthcare and how these characteristics can result in market failure and various policy tools that can be used to deal with these failures. Because U.S. is only developed country that has traditionally relied on private insurance, course goes into more detail on that topic. Alternative conceptual models to traditional market one, discussion of proposed U.S. reforms, and examination of systems in selected other countries. Letter grading.

#### **M242. Determinants of Health**

Units: 4.0

(Same as Community Health Sciences M232.) Lecture, three hours; discussion, one hour. Designed for graduate students. Critical analysis of models for what determines health and evidence for social, economic, environmental, genetic, health system, and



other factors that influence health of populations and defined subgroups. Letter grading.

### **243. Population Health Approach to Autism Spectrum Disorder**

Units: 4.0

Lecture, three hours. Overview of impact that Autism Spectrum Disorder has on individuals, families, and communities, including access to services, ongoing therapies, and adult vocational and residential placement. Covers opportunities for research and national policy. S/U or letter grading.

### **244. Telehealth and Technology**

Units: 4.0

Lecture, four hours. Preparation: working knowledge of Excel, PowerPoint, Internet, and smartphone devices. Connects multiple aspects of Telehealth and how to deploy them in health-care operations setting. Exploration of new devices/technologies, connectivity in wireless world, delivery modalities, and user experience/interface (UX/UI) design. Study teaches ways to apply new technology to facilitate efficient health-care business operations. Students learn how to implement Telehealth interventions, understand its challenges, and optimize data visualization for decision making. S/U or letter grading.

### **M248. Primary Health Care**

Units: 4.0

(Same as Community Health Sciences M248.) Lecture, four hours. Strongly recommended requisite: Public Health 200A, 200B. Recommended requisite: course 240 or Community Health Sciences 200. Primary Health care (PHC) is considered to be foundation of all health systems and should be able to resolve 80 percent or more of population's health problems. Overview of organization, structure, and functions of primary health care with emphasis on low- and middle-income country settings. Study of history and origins of PHC, roles and functions of PHC in health systems, different organizational and managerial approaches to organizing and delivering health care within PHC framework, and tools for measuring how well PHC programs and services are functioning. Review and critical analysis of evidence-based on PHC

effectiveness and impact and present detailed case studies of PHC programs in diverse settings around world. Letter grading.

### **249. Advanced Research Topics in Health Policy and Management**

Units: 2.0 to 4.0

Seminar, to be arranged. Limited to Public Health graduate students. Seminars may be organized in special topics. Advanced study and analysis of current topics in health policy and management. Discussion of current research and literature in research specialty of faculty member teaching course. May be repeated for credit with topic change. S/U or letter grading.

### **M249Q. Editorial Board Apprenticeship**

Units: 2.0

(Same as Psychiatry M210.) Seminar, two hours. Designed for postdoctoral fellows and advanced PhD students. Participation in peer review process for academic journal, Health Psychology, with consideration of interface between behavioral science, health, and medicine. Reading and discussion of submissions and advising of editor on suitability for full review. S/U or letter grading.

### **249S. Special Topics in Health Services: Introduction to Implementation Science**

Units: 4.0

Seminar, four hours. Preparation: good grasp of social science research methods. Designed to provide basic understanding of science of implementing innovations and evidence-based approaches in real-world practice settings. Includes exposure to terminology, conceptual frameworks, research designs and methods, and their appropriate applications across various practice settings and populations. Interactive class discussion and guest lectures by experts in implementation science. S/U or letter grading.

### **251. Project Management for Health-Care Organizations**

Units: 4.0

Lecture, four hours. Exploration of opportunities for using project management, change management, and process improvement techniques to enhance execution of project and improvement initiatives within health-care organizations. Letter grading.

### **M252. Medicare Reform**

Units: 4.0

(Same as Public Policy M267.) Lecture, three hours; outside study, nine hours. Designed for graduate students. Analytical and managerial skills learned earlier to be used to analyze problems with existing medicare program and to develop specific options for reforming features of program to accommodate coming pressures generated by retirement of baby-boom generation. Letter grading.

**253. Transforming Health System in U.S.: Where Have We Been, Where Are We Going, and How Can We Get There?**

Units: 4.0

Seminar, four hours. Systematic examination of requirements and opportunities to transform U.S. health care system to produce substantially better results and for significantly lower expenditures. Inquiry assesses preconditions and infrastructure required to support transformation, and leading efforts underway in U.S. and globally. Students gain deeper understanding of current context, exposure to promising tools and approaches, and increased knowledge of key drivers of transformation. S/U or letter grading.

**M255. Obesity, Physical Activity, and Nutrition Seminar**

Units: 4.0

(Same as Community Health Sciences M234.) Seminar, three hours; outside study, one hour. Designed for graduate students. Multidisciplinary introduction at graduate level to epidemiology, physiology, and current state of preventive and therapeutic interventions for obesity in adults and children, including public health policy approaches to healthy nutrition and physical activity promotion. S/U or letter grading.

**M259. Smoking, Drinking, Shooting, and Driving: Understanding Public Health Policy in U.S.**

Units: 4.0

(Same as Community Health Sciences M259.) Lecture, two hours; discussion, two hours. Recommended requisite: course 286. Overview of essential theories regarding development, implementation, and impact of public health policies in U.S. with emphasis on state and local governments. Students develop skills in public health policy research (laws, regulations, statutes, ordinances) and engage in critically

analyzing evidence for different approaches currently used to address some of main causes of death and disability in U.S. including tobacco, alcohol, firearms, food and nutrition, and motor vehicle safety. Readings, case studies, exploration of public use data, group discussions, and directed individual research. Students engage in discussion and debate regarding contemporary challenges and emerging trends. S/U or letter grading.

### **260. World Health**

Units: 4.0

Lecture, two hours. Designed for graduate students. Overview of world health, with emphasis on healthcare outside U.S. Key areas include burden of infectious diseases, health economics, and impact of healthcare policy on healthcare delivery. Letter grading.

### **265. Challenges in Clinical Health Services Research**

Units: 4.0

Lecture, four hours. Requisites: courses 200A, 200B. Designed to prepare students for challenges involved in conducting health services research on clinical topics and populations. Topics include formulating appropriate questions, identifying sources, mechanism of conducting field studies, identifying funding sources, writing grants, and publishing findings. S/U or letter grading.

### **266A. Community-Based Participatory Health Research: Methods and Applications**

Units: 4.0

Lecture, one hour; discussion, one hour; fieldwork, two hours. Limited to clinical scholars fellows. Mentoring of field experiences with introduction to critical issues in conducting research in community settings. Review of assignments, interventions, and evaluation designs for community settings and discussion of practical issues in partnering with communities. Letter grading.

### **266B. Community-Based Participatory Health Research: Methods and Applications**

Units: 4.0

Lecture, one hour; discussion, one hour; fieldwork, two hours. Limited to clinical scholars fellows. Mentoring of field experiences with introduction to critical issues in conducting research in community settings. Review of assignments, interventions, and evaluation designs for community settings and discussion of practical issues in partnering with communities. Letter grading.

### **M269. Healthcare Policy and Finance**

Units: 4.0

(Same as Public Policy M269.) Seminar, three hours; outside study, nine hours. Exploration of demand for health insurance, policies for public insurance (Medicaid and Medicare), uninsured, and health insurance reform. Examination of effects of managed care on health and costs, consumer protection movement, and rise of competitive healthcare markets. Letter grading.

### **M274. Health Status and Health Behaviors of Racial and Ethnic Minority Populations**

Units: 4.0

(Same as Psychology M274.) Lecture, two hours; discussion, one hour. Limited to graduate students. Overview of physical and mental health behaviors and status of major racial/ethnic groups in U.S. Where appropriate, discussion of international issues as well. S/U or letter grading.

### **280. Health Reform: Policy, Research, and Implementation Issues**

Units: 4.0

Seminar, three hours. Requisites: courses 200A, 200B. Limited to second-year MPH and doctoral students. Analysis of components of major federal healthcare reform legislative initiative to identify important policy, research, and implementation issues. Application of principles of stakeholder analysis to understand how and why this legislation was constructed and how it passed Congress. Conducting of policy analyses of selected components through completion of written assignments. Examination of respective roles of federal and state government in implementing and administering various components. Identification of significant implementation and administrative challenges at federal and state levels and development of possible strategies for addressing those challenges. Letter grading.

**281. Policy Making amid Health, Economic, and Social Crises: Pandemics and Beyond**

Units: 4.0

Seminar, four hours. Preparation: one year of graduate coursework. In past two decades there have been four respiratory pandemics. While COVID-19 led to most devastating health and economic consequences, threat it presented is not unique. Climate change and environmental degradation, increasing encroachment on animal habitats are together increasing rate of emerging disease outbreaks. In nearly every case, pandemics have highlighted and been worsened by underlying health, social, and economic inequalities. Focus on what can be done to address underlying inequalities, as well as what can be done to improve response to simultaneous health, economic, and social crises. Students learn comparative policy methods, analyze area of particular interest, and study what approaches states and countries have taken in the past and impact of these approaches. S/U or letter grading.

**282. Mental Health Policy: Investing in Children's Mental Health**

Units: 4.0

**284. Social Policy and Health: Case for Gender**

Units: 4.0

Lecture, four hours. Preparation: completion of core MPH curriculum. Masters students in other degree programs should have completed their core requirements. Doctoral students should have completed at least one year of doctoral coursework. Focus on relationships among gender inequality, restrictive gender norms, and health. Examination of evidence pulled together by World Health Organization (WHO) Commission on social determinants of health and others on how gender inequality and restrictive gender norms impact health across sexes and genders. Examination of evidence on extent of gender inequality in other social determinants of health globally including education, work, and poverty. Focus on policies to improve health. Discussion of examples of policy and programmatic approaches to inequalities in education, work, family, and other spheres. Students have opportunity to dive deeper into area of choice. S/U or letter grading.

**M285. Ethical Theory and Applications in Public Health**

Units: 4.0

(Same as Community Health Sciences M249L.) Lecture, two hours (MPH day program) or four hours (MPH for Health Professionals). Requisites: courses 200A, 200B. Case conferences, based on real-life experience, focus on ethical issues in health services organization and management, including ethical issues related to conflict of interest, quality of care, health insurance selection, choice of drugs, reproductive rights, AIDS, and resource allocation. Letter grading.

### **286. American Political Institutions and Health Policy**

Units: 4.0

Lecture, three hours; discussion, one hour. To effectively participate in policy process as analyst, policymaker, advocate, or citizen, it is necessary to understand institutional and political context within which policy is made. Introduction to federal and state policy-making, with focus on health policy. Discussion of federalism and constitutionalism. Examination of stakeholders, public, interest groups, and nature of issue space for health policy. Structure and process of political institutions at federal level, Congress, President, executive agencies, courts, and administrative law. State responsibilities and federal/state relations. How analysis enters policy process with examination of roles of federal analytic agencies and private research and advocacy groups. Letter grading.

### **M287. Politics of Health Policy**

Units: 4.0

(Same as Community Health Sciences M287 and Public Policy M266.) Lecture, three hours; discussion, one hour. Examination of politics of health policy process through analysis of case studies such as environmental protection, pandemic preparedness and response, preventive health services for women, and racial and income inequality and health. Examination of framework for assessing evidence-based policy making and effects of political structure and current political divisions, including efforts such as to repeal and dismantle Affordable Care Act. Letter grading.

### **288. Role and Impact of Technology on Health Services**

Units: 4.0

Lecture, four hours. Examination of role and impact of technology on health services in the U.S. from point of view of system itself. Exploration of various types of technologies for their policy, economic, and organizational impact. S/U or letter grading.

### **289. Healthcare Disparities**

Units: 4.0

Seminar, three hours. Limited to graduate students. Exploration of what constitutes and explains disparity in healthcare. Emphasis on understanding history of disparities in U.S. to understand current state of disparities, and on evaluating effectiveness of ongoing strategies to eliminate them, such as increasing insurance coverage and delivery of culturally competent healthcare. Examination of sociological models that explain disparities in healthcare and evaluation and expansion on these models. Letter grading.

### **M290. Evolving Paradigms of Prevention: Interventions in Early Childhood**

Units: 4.0

(Same as Community Health Sciences M237.) Seminar, three hours; fieldwork, one hour. Designed for graduate students. Introduction to use of early childhood interventions as means of preventing adverse health and developmental outcomes. Concepts of developmental vulnerability, approaches to assessment, models of service delivery, evaluation and cost-benefit issues, funding, and other policy issues. Letter grading.

### **375. Teaching Apprentice Practicum**

Units: 1.0 to 4.0

Seminar, to be arranged. Preparation: apprentice personnel employment as teaching assistant, associate, or fellow. Teaching apprenticeship under active guidance and supervision of regular faculty member responsible for curriculum and instruction at UCLA. May be repeated for credit. S/U grading.

### **400. Field Studies in Health Services**

Units: 4.0

Fieldwork, to be arranged. Preparation: summer internship. Required of all graduating MPH students. Continuation of summer placement in organizations for delivery,



financing, and evaluation of health services. Preparation of consulting report based on organizational problem or project from summer internship. Exposure to selected professional development issues. Letter grading.

#### **401. Public Health Informatics**

Units: 4.0

Lecture, three hours. Preparation: general familiarity and understanding of basic information technologies. Recommended requisite: course 251. Introduction to field of public health informatics and examination of impact of information technology on practice of public health. Entire process, from systems conceptualization and design to project planning and development to system implementation and use. Letter grading.

#### **403. Healthcare Financial Accounting**

Units: 4.0

Lecture, four hours. Introduction to basic concepts of accounting, providing basis for understanding of language of business. Letter grading.

#### **M411. Issues in Cancer Prevention and Control**

Units: 4.0

(Same as Community Health Sciences M411.) Lecture, four hours. Designed for juniors, seniors, and graduate students. Introduction to causes and characteristics of cancer epidemic, cancer control goals for nation, and interventions designed to encourage smoking cessation/prevention, cancer screening, and other dietary, psychosocial, and lifestyle changes. Letter grading.

#### **415. Organizational Analysis**

Units: 4.0

Seminar, four hours. Introduction to important questions and perspectives relevant to understanding organizational behavior and change in healthcare and public health environments. Active paradigms in organizational theory, particularly perspectives important for understanding delivery system change. Examination of empirical research to clarify how important organizational constructs have been operationalized and to highlight methodology-related challenges of studying organizations in healthcare/public health. Letter grading.

#### **M420. Children with Special Healthcare Needs: Systems Perspective**

Units: 4.0

(Same as Community Health Sciences M420 and Social Welfare M290I.) Lecture, three hours; fieldwork, one hour. Examination and evaluation of principles, policies, programs, and practices that have evolved to identify, assess, and meet special needs of infants, children, and adolescents with developmental disabilities or chronic illness and their families. Letter grading.

**M422. Practices of Evaluation in Health Services: Theory and Methodology**

Units: 4.0

(Same as Sociology M402.) Lecture, four hours. Requisites: courses 200A, 200B. Introduction to evaluation of health services programs and policies. Exposure to basic theoretical concepts and specific evaluation methodologies and designs. Letter grading.

**423. Advanced Evaluation Theory and Methods for Health Services**

Units: 4.0

Lecture, four hours. Designed for departmental MS and PhD students. Familiarity with current theoretical concepts in evaluation to gain skills in integrating theory into program implementation and evaluation design. Development of student ability to apply various evaluation methodologies most appropriate to variety of settings both within and outside health care and public health, and consideration of advantages and disadvantages of potential design. Examination of shift in field of evaluation over past decade from principal focus on program efficacy (i.e., internal validity) to more balanced approach considering efficacy in content of feasibility, reach, cost, and sustainability (i.e., external validity) and evaluation designs that have emerged (e.g., pragmatic and adaptive trials). Letter grading.

**424. Proposal Writing for Health Services Research**

Units: 4.0

Seminar, four hours. Requisites: courses 225A, 225B. Designed for MS and PhD students. Introduction to conceptualizing and writing fundable research proposals. How review process--culture, structure, procedures, timetables, and outcomes--operates in different research environments. Application of grant writing principles

and skills to develop research proposals following National Institutes of Health guidelines. S/U or letter grading.

### **M428. Child and Family Health Program Community Leadership Seminar**

Units: 2.0

(Same as Community Health Sciences M428.) Seminar, two hours. Designed for graduate students. Examination of characteristics of community-based organizations (CBOs) and role of leadership in decision-making process involved in major issues facing maternal and child health in Los Angeles County. Focus on specific leadership competencies that are or should be employed by organizations effective in shaping maternal and child health programs and policies (or any population-level policies and programs). Leaders from CBOs in Los Angeles meet with students, comment on their practicum experiences, and underscore community leadership concepts demonstrated by those CBOs. S/U or letter grading.

### **430. Healthcare Innovation and E-Health**

Units: 4.0

Lecture, four hours. Introduction of new technologies in healthcare e-commerce/Internet/new media area, with emphasis on general background, review of applications, and discussion of organizational and managerial issues dealing with successful use and implementation of technologies. S/U or letter grading.

### **431. Organizational Behavior and Human Resources in Healthcare Organizations**

Units: 4.0

Lecture, four hours. Managerial skills and behaviors applied to components of organizations at several levels: individual, interpersonal, group, intergroup, and system. Core human resources skills required by managers. Unique features of health services organizations stressed as applications are presented. Letter grading.

### **432. Management of Healthcare Delivery Organizations**

Units: 4.0

Seminar, four hours. Preparation: summer internship, work experience in health services. Readings, case analyses, and term papers concerned with operations,

performance management, and service quality of healthcare delivery institutions. S/U or letter grading.

### **433. Health Care Strategy**

Units: 4.0

Lecture, three hours; discussion, one hour. Enforced requisites: courses 200A, 200B, 234, M236, Management 403. Conceptual, analytical, and technical aspects of policy and strategy formulation in health services organizations. Special attention to structure and dynamics of competitive markets, corporate-level strategic planning and marketing, managerial ethics and values, organizational creativity/innovation. Letter grading.

### **M434. Building Advocacy Skills: Reproductive Health Focus**

Units: 4.0

(Same as Community Health Sciences M430.) Seminar, three hours. Recommended requisite: one prior health policy course such as Community Health Sciences 247 or Health Policy 235. Designed for School of Public Health graduate and doctoral students. Skills-building course to develop competency in assessing, developing, and implementing advocacy strategies for reproductive health initiatives. Introduction to legislative and community advocacy initiatives and to policymaking process, including policy analysis and development of resources necessary for legislative advocacy. Identification of advocacy goals and objectives, development of advocacy plan, coalition building, organizational capacity building, media relations, and message development for various audiences. Students learn about range of former and current reproductive health advocacy campaigns. Letter grading.

### **435. Innovations and Current Trends in Ambulatory Care**

Units: 4.0

Lecture, three hours. Requisites: courses 200A, 200B. Examination of U.S. ambulatory care delivery system, with focus on more recent trends that are highlighted under Patient Protection and Affordable Care Act of 2010. Structure of ambulatory care service delivery system, infrastructure challenges, financing and quality of care, role of healthcare reform in shaping future of ambulatory care, concepts of chronic care/disease management, medical home, and accountable care

organizations, measurement, implementation, and impact of these models. Letter grading.

### **436. Healthcare Financial Management**

Units: 4.0

Lecture, four hours. Requisites: courses 234, 403. Designed to prepare students for financial management responsibilities in health care. Practical approach for identifying, analyzing, and making recommendations regarding fiscal issues facing health care organizations. Topics include revenue capture and cost classifications, break-even analysis under diverse payer scenarios, financial statement analytics, operational and capital budgeting, variance analysis, forecasting and pro forma, sensitivity analysis, FTE calculations, and utilization of financial dashboards. S/U or letter grading.

### **437. Legal Environment of Health Services Management**

Units: 2.0

Lecture, two hours. Requisites: courses 200A, 200B. General survey of legal aspects of health services management, including governance, agency, informed consent, medical malpractice, and contracts. S/U or letter grading.

### **438. Issues and Problems of Local Health Administration**

Units: 4.0

Lecture, three hours. Preparation: one health services course. Requisites: course 100, Epidemiology 100. Overview of administrative issues currently faced by local health departments, including providing public health programs during fiscal constraint, quality improvement, interagency relationships and partnerships, and political and public interactions. Letter grading.

### **439. Data Software for Public Health Professionals**

Units: 4.0

Lecture, two hours; activity, one hour. Development of software skills around data analytics (e.g., Excel), including use of formulas and functions, formatting and manipulating datasets, developing visualizations including charts and tables, using lookup and database functions, and implementing basic analytic methods. Letter grading.

**440A. Healthcare Information Systems and Technology**

Units: 4.0

Lecture, four hours. Preparation: completion of summer internship. Provides strong foundation in health information technology (HIT) for those working in healthcare, with emphasis on development of knowledge and skill to plan, manage, and implement HIT systems in healthcare delivery organizations with clinical and business partners and evolving HIT spaces. Background and evolution of HIT; how it is planned, implemented, and managed; and how it can be productively used by healthcare delivery organizations, external research organizations, regulatory organizations, providers, and patients/consumers. Fundamentals of technology, electronic medical records (EMR), electronic health records (EHR), personal health records (PHR), meaningful use, interoperability, and health information exchanges (HIE). Letter grading.

**440B. Health Information Systems: Organization and Management**

Units: 4.0

Lecture, two hours; laboratory, three hours. Requisite: course 440A. Health and administrative research using clinical records. Principles of planning for routine and special studies. Individual investigation in methods of obtaining and processing data to meet needs of programs in institution and agency. Introduction to principles of medical auditing; analysis of medical and health services. S/U or letter grading.

**441. Data Analytics: Identifying, Collecting, and Analyzing Data in Health Care**

Units: 4.0

Lecture, three hours. Requisite: course 439 or proof of waiver examination. Exploration of data sources and uses in health care, e.g., electronic medical records, social media, wireless biosensors, system and facility data. Review of hands-on techniques including data management, development of indexes and metrics, choosing and implementing analysis methods and visualizations. Discussion of role of data collection and processing within health care system. Letter grading.

**442. Integrated Health Systems**

Units: 4.0

Lecture, four hours. Requisites: courses 200A, 200B. Position of integrated health systems in U.S. and how they function. Introduction to important technical and organizational developments. Exploration of changes in organization and delivery of healthcare as result of growth of integrated health systems. Letter grading.

#### **445. Healthcare Marketing**

Units: 2.0 to 4.0

Lecture, two hours. Requisites: courses 200A, 200B. Introduction to concepts of healthcare marketing. Exploration of principles of market-driven decision-making process. Examination of development of key elements in annual marketing process and of consumer, competitor, company analysis, market segmentation, and target markets. Letter grading.

#### **445. Healthcare Marketing (Effective Winter 2024 )**

Units: 4.0

#### **446. Health-Care Operations Management**

Units: 4.0

Lecture, four hours. Health-care managers are charged with reducing costs and improving financial outcomes in their organizations while simultaneously improving patient service and satisfaction. Focus on operations improvement and how health-care organizations can get things done. Review of integrated, systematic approach and wide variety of operations improvement tools. Designed to further prepare students for entry into managerial positions in health-care organizations by making them aware of importance of operations techniques and strategies at all career levels, and providing them with sufficient knowledge of health-care operations so they can provide departmental input to organization's leadership. S/U or letter grading.

#### **M449A. Child Health, Programs, and Policies**

Units: 4.0

(Same as Community Health Sciences M436A.) Lecture, four hours. Course M449A is requisite to M449B. Examination of history of child health policy trends and determinants of health, structure, and function of health service system; needs, programs, and policies affecting especially at-risk populations. Letter grading.

#### **M449B. Child Health, Programs, and Policies**

Units: 4.0

(Same as Community Health Sciences M436B.) Lecture, four hours. Requisite: course M449A. Examination of history of child health policy trends and determinants of health, structure, and function of health service system; needs, programs, and policies affecting especially at-risk populations. Letter grading.

#### **450. Healthcare Financial Applications**

Units: 2.0

Lecture, two hours. Requisites: courses 200A, 200B. Study of healthcare financial management, including variables of cost of funds, availability of physicians to provide necessary patients, efficiency of operations, and legal constraints. Letter grading.

#### **501. Cooperative Program**

Units: 2.0 to 8.0

Tutorial, to be arranged. Preparation: consent of UCLA graduate adviser and graduate dean, and host campus instructor, department chair, and graduate dean. Used to record enrollment of UCLA students in courses taken under cooperative arrangements with USC. No more than 8 units may be applied toward master's degree minimum total course requirement; may not be applied toward minimum graduate course requirement. S/U grading.

#### **596. Directed Individual Study or Research**

Units: 2.0 to 8.0

Tutorial, to be arranged. Limited to graduate students. Individual guided studies under direct faculty supervision. Only 4 units may be applied toward MPH and MS minimum total course requirement. May be repeated for credit. S/U or letter grading.

#### **597. Preparation for Master's Comprehensive or Doctoral Qualifying Examinations**

Units: 2.0 to 12.0

Tutorial, to be arranged. Limited to graduate students. May not be applied toward any degree course requirements. May be repeated for credit. S/U grading.

#### **598. Master's Thesis Research**

Units: 2.0 to 8.0



Tutorial, to be arranged. Only 4 units may be applied toward MPH and MS minimum total course requirement; may not be applied toward minimum graduate course requirement. May be repeated for credit. S/U grading.

**599. Doctoral Dissertation Research**

Units: 2.0 to 12.0

Tutorial, to be arranged. May not be applied toward any degree course requirements. May be repeated for credit. S/U grading.

Джерело: Graduate Program: Health Management MPH (UCLA) URL:  
<https://grad.ucla.edu/programs/school-of-public-health/health-policy-and-management-department/health-management-mph/> (retrieved at 20.08.2023)

## **KINESIOLOGY - DOCTORATE (PHD)**

### **University of Texas**

#### **PROGRAM OVERVIEW**

The Doctor of Philosophy in Kinesiology prepares students to be scholarly researchers who generate new knowledge in the field of Kinesiology, with the skills to apply existing scholarship to questions concerning the prevention, assessment, and treatment of motor difficulties, chronic diseases, and musculoskeletal injuries.

The program's interprofessional and multidisciplinary curriculum, as well as research focus, incorporates basic and clinical science approaches to identify disease markers and mechanisms, as well as evidence-based interventions designed to prevent and treat specific health conditions such as chronic illnesses and injuries in vulnerable and at-risk populations comprised of obese, older, and/or minority persons. This program builds and extends the Department of Kinesiology's existing research, education, and community outreach initiatives in health and the human condition across the lifespan. Students will work with their advisor to design an individualized program of study to meet their research interests and career goals.

#### **DEGREE OPTIONS, TRACKS, AND FOCUSES**

The Ph.D. in Kinesiology is organized by option, track, and focus.

Depending on the student's current academic progress, the student will choose from one of two degree options:

1. B.S. to Ph.D.
2. M.S. to Ph.D.

Both degree options will be customized in a specialized area of Kinesiology, organized into three tracks:

1. Movement and Rehabilitation Sciences
2. Applied Physiology
3. Physical Education

#### **COURSES**

Degree Requirements for Doctor of Philosophy Degree in Exercise Science

The degree requirements differ slightly depending on if a student enters the B.S. to Ph.D. program or the M.S. to Ph.D. program.

- **B.S. - Ph.D. program:** Requires 69 total credit hours (minimum) - 18 required course credit hours, 42 credit hours (minimum) of track electives, and 9 - 12 credit hours of dissertation.
- **M.S. – Ph.D. program:** Requires 42 total credit hours (minimum) - 11 required course credit hours, 22 credit hours (minimum) of track electives, and 9 - 12 credit hours of dissertation.

Students in the B.S. – Ph.D. and the M.S. – Ph.D. tracks **MUST** complete 9 – 12 credit hours of dissertation. Individual graduate advisors / research mentors may require additional courses.

#### **B.S. – PH.D. REQUIRED COURSES**

- KINE 6300 Research Methods
- KINE 5376 Introduction to Biostatistics -or- KINE 5305 Applied Statistics in Kinesiology
- 3 hours of advanced statistics -or- Advanced Research Methods (course can be taken outside of the department).
- KINE 6293 Grant Writing
- KINE 6105 Laboratory Techniques in Kinesiology I
- KINE 6106 Laboratory Techniques in Kinesiology II
- KINE 6103 Professional Development
- 4 hours of KINE 6100 Seminar in Kinesiology (this is a 1 hour credit course that must be taken in a minimum of 4 different semesters).

#### **M.S. – PH.D. REQUIRED COURSES**

- 3 hours of advanced statistics -or- Advanced Research Methods (course can be taken outside of the department).
- KINE 6293 Grant Writing
- KINE 6105 Laboratory Techniques in Kinesiology I
- KINE 6103 Professional Development

- 4 hours of KINE 6100 Seminar in Kinesiology (this is a 1 hour credit course that must be taken in a minimum of 4 different semesters).

### **ELECTIVE COURSEWORK FOR EITHER TRACK (EXAMPLE COURSES)**

- KINE 5331 Obesity and Weight Management
- KINE 5329 Strength & Conditioning
- KINE 6322 Metabolism & Exercise Biochemistry
- KINE 6326 Cardiocirculatory Physiology of Exercise
- KINE 6327 Pulmonary Physiology of Exercise
- KINE 6328 Neuromuscular Physiology of Exercise
- KINE 6330 Environmental Physiology of Exercise
- KINE 6350 Applied Biomechanics
- KINE 6360 Fundamental Principles of Integrative Physiology
- KINE 6393 Physiology of Exercise Internship
- KINE 6394 Research in Kinesiology

**Electives Cont.: If all of the following are completed they will count towards the PhD in Kinesiology degree but will also satisfy the requirements for a Graduate Certificate in Public Health**

- KINE 5372 Introduction to Epidemiology
  - KINE 5373 Introduction to Environmental and Occupational Health
  - KINE 5375 Community and Behavioral Health
  - KINE 5376 Introduction to Biostatistics -or- KINE 5305 Applied Statistics in Kinesiology
- KINE 5377 Introduction to Health Systems and Policy

### **COURSE SEQUENCE EXAMPLES**

Example course sequences for the different tracks are provided below. Please note that these are *examples*; each student will work with their program and academic advisors to tailor a course of study that specifically addresses the individual student's needs and goals.

### **GRADUATE TEACHING ASSISTANTSHIP (GTA)**

**Funding:**

- Funding will be in the form of a monthly stipend with consideration made to offset a portion of tuition and associated fees.
- Renewable the second year based on positive performance evaluation and the maintenance of a minimum GPA of 3.00
- Out-of-state and international students qualify for in-state tuition

**Criteria:**

- 3.0 GPA in their last 60 undergraduate credit hours
- 3.0 GPA in any graduate level credit hours
- Admission to the Department of Kinesiology Doctoral Program
- International students must submit a TSE score of at least 45, or a score on the Speaking section of the TOEFL iBT of at least 23 or a score of at least 7 on the Speaking section of the IELTS. Alternatively, students who have not taken the TSE or who have failed to attain a score of 23 on the Speaking section of the TOEFL iBT or a score of 7 on the Speaking section of the IELTS, may achieve a score of at least 45 on the

**Responsibilities:**

- Teach 5 to 6 semester credit hours of kinesiology and/or activity courses each semester
- Register for and complete no fewer than 9 semester hours per semester in the fall and spring terms

**HOW TO APPLY FOR A GTA**

- All GTAs must remain in good academic standing.
- Interested students should reach out to their primary faculty mentor to express interest in a GTA position.

**GTA SELECTION CRITERIA**

Graduate assistantships are awarded based upon the following criteria:

1. Quality of application package
2. Availability of the candidates preferred research mentor to accept the candidate as a graduate research mentor

3. Common research interest by the candidate and the candidate's preferred research mentor
4. Candidates academic record and GRE scores
5. Candidates career goals and future directions after completing their graduate study at UTA

### ***GRADUATE RESEARCH ASSISTANTSHIP (GRA)***

#### **Funding:**

- The payscale will vary depending on the faculty grant and availability of funds.
- Differ from GTA in that that these funds are paid by a graduate faculty member (most often funds come from research grants). Therefore the duration can differ from a GTA (can be longer or shorter) depending on the availability of funds.

#### **Criteria:**

- Up to the funding faculty member to choose who receives the GRA. Those interested are encouraged to reach out to faculty or advisor for additional information.

#### **Responsibilities:**

- Register for and complete no fewer than 9 semester hours per semester in the fall and spring terms
- Conduct the activities in accordance with agreements made by the funding faculty member.

### **HOW TO APPLY FOR A GRA**

#### **GRA Selection Criteria**

- GRAs are awarded by the funding faculty member based upon the following criteria. Interested students should reach out to their primary faculty mentor to express interest in a GTA position.
- Alignment of research interests with a graduate faculty member who has agreed to serve as your faculty mentor.
- Availability of funds from the graduate faculty member's laboratory.

Джерело: KINESIOLOGY - DOCTORATE (PHD) URL:  
<https://www.uta.edu/academics/programs/Kinesiology-phd> (retrieved at 20.08.2023)

Освітні програми українських закладів вищої освіти

**ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
імені Г. С. СКОВОРОДИ**

**УХВАЛЕНО**

Вчена рада університету

Протокол №3

Від «20» квітня 2022 р.

**ПОГОДЖЕНО**

Керівник проектної групи гарант освітньої програмизі спеціальності  
017 Фізична культура і спорт

кандидат наук з фізичного виховання і спорту

**ОСВІТНЬО-ПРОФЕСІЙНА ПРОГРАМА  
Тренерська діяльність в обраному виді спорту**

**Перший (бакалаврський) рівень вищої освіти**

*(назва рівня вищої освіти)*

**бакалавр**

*(назва ступеня, що присвоюється)*

**Галузь знань 01 Освіта / Педагогіка**

*(шифр і назва галузі знань)*

**спеціальність 017 Фізична культура і спорт**

Ректор Харківського національного педагогічного університету  
імені Г.С.Сковороди

Ю. Бойчук від «21» квітня 2022 року

### 1. Профіль освітньої програми «Тренерська діяльність в обраному виді спорту» зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт»

<b>1 – Загальна інформація</b>	
<b>Повна назва ЗВО та структурного підрозділу</b>	Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди, Факультет фізичного виховання і спорту, Кафедра олімпійського і професійного спорту, спортивних ігор та туризму
<b>Рівень вищої освіти</b>	Перший (бакалаврський) рівень
<b>Ступінь вищої освіти</b>	бакалавр
<b>Галузь знань</b>	01 «Освіта/Педагогіка»
<b>Спеціальність</b>	017«Фізична культура і спорт»
<b>Освітня кваліфікація</b>	Бакалавр з фізичної культури і спорту за спеціалізацією «Тренерська діяльність в обраному виді спорту»
<b>Кваліфікація в дипломі</b>	Ступінь вищої освіти – Бакалавр Спеціальність – 017 Фізична культура і спорт Спеціалізація – Тренерська діяльність в обраному виді спорту Освітня програма – Тренерська діяльність в обраному виді спорту
<b>Тип диплому та обсяг освітньої програми</b>	Диплом бакалавра, одиничний 240 кредитів ЄКТС, 3 рік 10 міс.
<b>Наявність акредитації</b>	Сертифікат про акредитацію Міністерства освіти і науки України Серія УД № 21002383, строк дії сертифікату до 01.07.2028
<b>Цикл/рівень</b>	НРК України – 6 рівень, EQ-EHEA – перший цикл, EQFLLL – 6 рівень
<b>Передумови</b>	Наявність атестату про повну загальну середню освіту або диплому молодшого спеціаліста за даною чи спорідненою спеціальністю. Сертифікати зовнішнього незалежного оцінювання з української мови та літератури, біології, творчий конкурс з фізичної культури.
<b>Мова викладання</b>	українська
<b>Термін дії освітньої програми</b>	2022-2026 рік
<b>Інтернет-адреса освітньої програми</b>	<a href="http://hnpu.edu.ua">http://hnpu.edu.ua</a>



<b>2 – Мета освітньої програми</b>	
<p>Формування фахівця здатного розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми в процесі професійної діяльності у сфері фізичної культури і спорту, зокрема у тренерській діяльності з обраного виду спорту, що передбачає застосування відповідних теорій та методів і характеризується комплексністю та невизначеністю умов в різних напрямках спортивної діяльності.</p>	
<b>3 – Характеристика освітньої програми</b>	
<p><b>Предметна область, галузь знань, спеціальність, спеціалізація (за наявності)</b></p>	<p><b>01 «Освіта / Педагогіка»</b>  <b>017 «Фізична культура і спорт»</b>  <b>Об'єкти вивчення та діяльності:</b> сфера фізичної культури і спорту  <b>Цілі навчання:</b> підготовка фахівців, здатних розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми, що характеризується комплексністю та невизначеністю умов, під час професійної діяльності у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання.  <b>Теоретичний зміст предметної області:</b> парадигми, концепції, теорії фізичної культури і спорту; соціально-гуманітарні науки; педагогіка і психологія; основи анатомії, фізіології, біохімії, гігієни, спортивної медицини; загальна теорія здоров'я, здорового способу життя.  <b>Методи, методики та технології:</b> загальнонаукові методи пізнання та дослідницької діяльності; спостереження, опитування, тестування та вимірювання у фізичній культурі і спорті; словесні, наочні та практичні методи фізичного виховання та спортивної підготовки; технології організації та проведення фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходів; надання долікарської допомоги; інформаційно-комунікаційні технології.  <b>Інструменти та обладнання:</b> сучасне інформаційно-комунікативне обладнання; спеціалізоване програмне забезпечення; фізкультурно-спортивне спорядження та обладнання.</p>
<p><b>Орієнтація освітньої програми</b></p>	<p>Освітня програма зорієнтована на вивчення медико-біологічних і психолого-педагогічних дисциплін та циклу дисциплін фахового спрямування (теорія і методика викладання обраного виду спорту).          Теорія і методика викладання футболу, теорія і методика фізичного виховання, загальна теорія підготовки спортсмена, організація краєзнавчо-туристичної роботи, психологія спорту і психологія здоров'я, олімпійський і професійний спорт.</p>

<b>Основний фокус освітньої програми та спеціалізації</b>	Спеціальна освіта та професійна підготовка у сфері фізичної культури і спорту, зокрема у тренерській діяльності з обраного виду спорту. Ключові слова: фізична культура, спорт, тренерська діяльність.
<b>Особливості програми</b>	Освітньо-професійна програма передбачає поглиблені знання особливостей роботи людського організму при навантаженнях, відновленні працездатності, засвоєння медико-біологічних основ фізичної культури і спорту, зокрема – біомеханіки, фізіології, біохімії, спортивної медицини. Положення про визначення видів спорту, за якими здійснюється підготовка здобувачів вищої освіти ступеня бакалавра за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт, спеціалізація – тренерська діяльність в обраному виді спорту, а також перелік таких видів спорту затверджується наказом ректора ХНПУ ім. Г.С. Сковороди
<b>4–Придатність випускників до працевлаштування та подальшого навчання</b>	
<b>Придатність до працевлаштування</b>	Випускники можуть займати, зокрема, такі первинні посади (за КВЕД ДК 003:2010): 3475 – тренер з виду спорту (федерації, збірної чи клубної команди, спортивної школи і т.ін.); 3475 – тренер-викладач з виду спорту (спортивної школи, секції і т. ін.); 3475 –т ренер-методист. Випускники спроможні обіймати посади, кваліфікаційні вимоги яких передбачають наявність кваліфікації бакалавра фізичної культури і спорту у суб'єктах господарювання, що здійснюють такі види економічної діяльності (за КВЕД ДК 009:2010): 85.51 Освіта у сферіспорту та відпочинку; 93.11 Функціонування спортивних споруд; 93.12 Діяльність спортивних клубів; 93.19 Інша діяльність у сферіспорту.
<b>Подальше навчання</b>	Навчання на другому рівні вищої освіти (7 рівня НРК, другого циклу FQ-EHEA та 7 рівня EQF-LLL)

5 – Викладання та оцінювання	
<b>Викладання та навчання</b>	<p>Студентоцентроване, проблемно-орієнтоване навчання за принципом «навчаючись-досліджуємо», реалізація якого передбачає максимальний розвиток умінь та навичок шляхом впровадження практик та науково-дослідної роботи здобувачів, ініціативне самонавчання. Організаційні форми: колективне, групове та інтегративне навчання; лекції, семінарські, практичні заняття. Технології навчання: інформаційно-комунікаційні, дистанційні, студентсько-центричні, модульні, дискусійні. Навчально-методичне забезпечення самостійної роботи здійснюється через використання електронних лекцій, методичних вказівок та завдань. Дистанційне навчання за допомогою платформи дистанційного навчання Moodle, on-line відеолекцій, консультацій, які транслюються з використанням спеціалізованих додатків відеоконференцзв'язку та комплексів навчальних матеріалів.</p>
<b>Оцінювання</b>	<p>Оцінювання навчальних досягнень здобувачів здійснюється відповідно до «Положення про організацію освітнього процесу в ХНПУ імені Г. С. Сковороди» (нова редакція) за 100-бальною (рейтинговою) шкалою ECTS. Критерії та методи оцінювання оприлюднюються заздалегідь. Оцінювання здобувачів вищої освіти є послідовним, прозорим та проводиться відповідно до встановлених процедур</p> <p><b>Види контролю:</b> <i>за рівнями:</i> самоконтроль, контроль на рівні викладача, контроль на рівні завідувача кафедри, контроль на рівні деканату, контроль на рівні ректорату, державний контроль;</p> <p><i>за терміном проведення:</i> оперативний (вхідний, поточний, проміжний, підсумковий) та відтермінований;</p> <p><b>Форми контролю:</b> усне та письмове опитування, тестовий, презентація індивідуального науково-дослідного завдання, захист курсових робіт; заліки, екзамени.</p> <p>Система оцінювання через такі види контролю з накопиченням отриманих балів:</p>

<b>6 – Програмні компетентності</b>	
<b>Інтегральна компетентність</b>	Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів відповідних наук, і характеризується комплексністю та невизначеністю умов.
<b>Загальні компетентності</b>	<p><b>ЗК1.</b> Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.</p> <p><b>ЗК2.</b> Здатність реалізовувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.</p> <p><b>ЗК3.</b> Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати досягнення суспільства на основі розуміння Історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій.</p> <p><b>ЗК4.</b> Здатність працювати в команді.</p> <p><b>ЗК5.</b> Здатність планувати та управляти часом.</p> <p><b>ЗК6.</b> Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.</p> <p><b>ЗК7.</b> Здатність спілкуватися іноземною мовою.</p> <p><b>ЗК8.</b> Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.</p> <p><b>ЗК9.</b> Навички міжособистісної взаємодії.</p> <p><b>ЗК10.</b> Здатність бути критичним і самокритичним.</p> <p><b>ЗК11.</b> Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).</p> <p><b>ЗК12.</b> Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p>

<p><b>Спеціальні (фахові, предметні) компетентності спеціальності</b></p>	<p><b>СК1.</b> Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.</p> <p><b>СК2.</b> Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях.</p> <p><b>СК3.</b> Здатність доорганізації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення.</p> <p><b>СК4.</b> Здатність визначати заходи з фізкультурно-спортивної реабілітації та форми адаптивного спорту для осіб, що їх потребують.</p> <p><b>СК5.</b> Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здоровогоспособужиття.</p> <p><b>СК6.</b> Здатність до розуміння ретроспективи формування сфери фізичної культури і спорту.</p> <p><b>СК7.</b> Здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини.</p> <p><b>СК8.</b> Здатність проводити біомеханічний аналіз рухових дій людини.</p> <p><b>СК9.</b> Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів.</p> <p><b>СК10.</b> Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.</p> <p><b>СК11.</b> Здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом.</p> <p><b>СК12.</b> Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.</p> <p><b>СК13.</b> Здатність застосовувати сучасні технології управління суб'єктами сфери фізичної культури і спорту.</p> <p><b>СК14.</b> Здатність до безперервного професійного розвитку.</p>
---	--

<p><b>Спеціальні (фахові, предметні) компетентності спеціалізації</b></p>	<p><b>СК15.</b> Здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань базові знання із тренерської діяльності в обраному виді спорту</p> <p><b>СК16.</b> Здатність застосовувати знання про основи завдання та принципи, засоби та методи, зміст та структуру підготовки спортсменів в обраному виді спорту</p> <p><b>СК17.</b> Здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань знань про фізіологічні та біохімічні основи адаптації до фізичних навантажень різної спрямованості.</p> <p><b>СК18.</b> Здатність здійснювати планування та реалізацію тренувального процесу на всіх етапах багаторічної підготовки спортсменів в обраному виді спорту.</p>
<p><b>7 – Програмні результати навчання</b></p>	
<p>ПРН1</p>	<p>Здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв’язання існуючих проблем</p>
<p>ПРН2</p>	<p>Спілкуватися українською та іноземною мовами у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією та професійним дискурсом, дотримуватися етики ділового спілкування.</p>
<p>ПРН3</p>	<p>Уміти обробляти дані з використанням комунікаційних технологій сучасних інформаційних</p>
<p>ПРН4</p>	<p>Показувати навички самостійної роботи, критичне самокритичне мислення.</p>
<p>ПРН5</p>	<p>Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.</p>
<p>ПРН6</p>	<p>Мати базові знання з проведення досліджень проблем фізичної культури і спорту, підготовки та оформлення наукової праці.</p>
<p>ПРН7</p>	<p>Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами.</p>
<p>ПРН8</p>	<p>Здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань</p>

ПРН9	Демонструвати готовність до зміцнення особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та інших чинників здорового способу життя, проведення роз'яснювальної роботи серед різних груп населення.
ПРН10	Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи.
ПРН11	Обґрунтовувати вибір заходів з фізкультурно-спортивної реабілітації та адаптивного спорту.
ПРН12	Аналізувати процеси становлення та розвитку різних напрямів спорту, олімпійського руху та олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях.
ПРН13	Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості
ПРН14	Застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом.
ПРН15	Визначати функціональний стан організму людини та обґрунтовувати вибір засобів профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою і спортом.
ПРН16	Надавати долікарську медичну допомогу при невідкладних станах та патологічних процесах в організмі людини.
ПРН17	Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини
ПРН18	Аналізувати психічні процеси, стани та властивості людини під час занять фізичною культурою і спортом.
ПРН19	Аргументувати управлінські рішення для вирішення проблем, які виникають в роботі суб'єктів фізичної культури і спорту; мати навички лідерства.
ПРН20	Використовувати нормативні та правові акти, що регламентують професійну діяльність.
ПРН21	Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

<b>8 – Ресурсне забезпечення реалізації програми</b>	
<b>Кадрове забезпечення</b>	Керівник проектної групи та викладацький склад, який забезпечує її реалізацію, відповідає вимогам, визначеним Ліцензійним умовам провадження освітньої діяльності закладів освіти. До реалізації програми залучаються науково-педагогічні працівники університету з науковими ступенями та/або вченими званнями. З метою підвищення фахового рівня всі науково-педагогічні працівники регулярно проходять стажування, в т.ч. закордонні.
<b>Матеріально-технічне забезпечення</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>–навчальні корпуси;</li> <li>–гуртожитки;</li> <li>–тематичні кабінети;</li> <li>–спеціалізовані лабораторії;</li> <li>–комп'ютерні класи;</li> <li>–пункти харчування;</li> <li>–точки бездротового доступу до мережі Інтернет;</li> <li>–мультимедійне обладнання;</li> <li>–спортивні й тренажерні зали;</li> <li>–спортивні майданчики;</li> <li>–басейн.</li> </ul>
<b>Інформаційне та навчально-технічне забезпечення</b>	<p>Навчально-методична робота й інформаційне забезпечення на кафедрах ведеться шляхом видання навчальних посібників, монографій; конспектів лекцій; використання інформації Internet, створення презентацій до лекційного матеріалу. Методичне забезпечення, визначене у критеріях відповідності, на сьогодні у повному обсязі є в електронному форматі та у друкованому вигляді. Навчально-методичне забезпечення дисципліна освітньо-професійною програмою «Фізична культура і спорт»:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Програми навчальних дисциплін.</li> <li>2.Робочі програми навчальних дисциплін.</li> <li>3.Силабуси</li> <li>4.Конспекти лекцій.</li> <li>5.Методичні вказівки до практичних занять.</li> <li>6.Тематика та методичні вказівки до виконання курсових робіт (якщо передбачено навчальним планом).</li> <li>7.Методичні вказівки до самостійної роботи здобувачів.</li> <li>8.Питання підсумкового контролю знань,</li> </ol>



	<p>екзаменаційні білети.</p> <p>9. Платформа дистанційного навчання Moodle(<a href="http://lms.hnpu.edu.ua">http://lms.hnpu.edu.ua</a>)</p> <p>10. Програми практик.</p> <p>11. Критерії оцінювання навчальних досягнень здобувачів.</p> <p>12. На факультеті видається 2 фахових журналів зі спеціальностей з фізичної культури і спорту та педагогічних спеціальностей, які входять до наукометричних баз Scopus, баз Index Copernicus, PBN, ERIH PLUS, DOAJ, фахові видання категорії А, Б,</p> <p>13. електронна бібліотека, а також:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- офіційний сайт ХНПУ імені Г.С. Сковороди: <a href="http://hnpu.edu.ua/">http://hnpu.edu.ua/</a></li> <li>- сайт факультету фізичного виховання і спорту: <a href="http://hnpu.edu.ua/fac-fizvosp">http://hnpu.edu.ua/fac-fizvosp</a></li> <li>- сайт кафедри олімпійського і професійного спорту, спортивних ігор та туризму: <a href="http://hnpu.edu.ua/uk/division/kafedra-olimpiyskogo-i-profesiynogo-sportu-sportyvnyh-igor-ta-turyzmu">http://hnpu.edu.ua/uk/division/kafedra-olimpiyskogo-i-profesiynogo-sportu-sportyvnyh-igor-ta-turyzmu</a></li> <li>- електронний архів-репозитарій ХНПУ імені Г.С. Сковороди (<a href="http://dspace.hnpu.edu.ua/">http://dspace.hnpu.edu.ua/</a>)</li> </ul>
--	--

<b>9 – Академічна мобільність</b>	
<b>Національна кредитна мобільність</b>	Оцінювання результатів навчання та академічних досягнень приведено у відповідність до європейської кредитної системи і співвідносно із національною шкалою оцінювання, що уможлиблює взаємозарахування кредитів між різними університетами країни
<b>Міжнародна кредитна мобільність</b>	Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди має укладені угоди з університетами світу, зокрема здійснюється співпраця з впровадження академічного співробітництва та реалізації програми подвійного дипломування з Університетом Економіким. Бидгощ (Польща), Академією спорту та науки в Бидгощі, Науковим товариством спортивного права в Бидгощі, Європейським інститутом спорту та освіти Познані, Вищою школою Уні-терра в Познані. Здобувачі мають можливість пройти онлайн-курси на платформі Prometheus, Intela, IBM, Coursera; долучатися до програм Erasmus+, Fulbright Research and Development Program
<b>Навчання іноземних здобувачів</b>	Умежах ліцензійного обсягу спеціальності та за умови попередньої мовної підготовки.

**2. Структурно-логічна схема  
Перелік компонент освітньо-професійної програми та їх логічна  
послідовність**

<i>Обов'язкові компоненти освітньої програми</i>		Кре- дити ЄКТС	Форма Підсумко- вого контролю
<b>I. Теоретична підготовка підготовки</b>			
<i>Цикл загальної підготовки</i>			
ОК 1	Україна: історія і сучасні реалії	3	Залік
ОК 2	Політично-правові студії	3	Залік
ОК 3	Основи економічної теорії	3	Іспит
ОК 4	Філософія	3	Іспит
ОК 5	Іноземна мова	5	Іспит
ОК 6	Здоров'я та безпека людини	4	Залік
ОК 7	Українська мова (за професійним спрямуванням)	3	Залік
<b>Разом:</b>		<b>24</b>	
<i>Цикл професійної (спеціальної) підготовки</i>			
ОК 8	Загальна педагогіка	6	Залік
ОК 9	Провайдинг освітніх технологій	8	Іспит
ОК 10	Психологія	4	Іспит
ОК 11	Біохімія	3	Іспит
ОК 12	Анатомія людини з основами біомеханіки	5	Іспит
ОК 13	Фізіологія людини, фізичного виховання і спорту	6	Іспит
ОК 14	Біомеханічні основи рекреаційної діяльності	3	Залік
ОК 15	Спортивна медицина	3	Іспит
ОК 16	Фізична реабілітація з основами масажу	4	Іспит
ОК 17	Фізіологічні та біомеханічні основи обраного виду спорту	4	Залік
ОК 18	Теорія і методика викладання обраного виду спорту	22,5	залік, іспит
ОК 19	Теорія і методика викладання гімнастики	4	залік, іспит
ОК 20	Теорія і методика викладання легкої атлетики	4	залік, іспит
ОК 21	Теорія і методика викладання спортивних ігор	4	залік, іспит
ОК 22	Ритміка і хореографія	3	Залік
ОК 23	Теорія і методика викладання футболу	3	Залік
ОК 24	Теорія і методика викладання плавання	4	залік, іспит
ОК 25	Теорія і методика викладання лижного	3	Залік

	спорту		
ОК 26	Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав	3	Залік
ОК 27	Вступ до спеціальності	3	Іспит
ОК 28	Теорія і методика фізичної культури і спорту	4	Іспит
ОК 29	Загальна теорія підготовки спортсмена	5,5	Іспит, Курсова робота
ОК 30	Матеріально-технічне забезпечення спортивної діяльності	3	Залік
ОК 31	Олімпійський, професійний та адаптивний спорт	5	Іспит
ОК 32	Технології управління суб'єктами сфери фізичної культури та спорту	3	Залік
ОК 33	Психологія спорту і психологія здоров'я	3	Іспит
<i>Курсові роботи</i>			
ОК 34	Курсова робота з ТМОВС	3	Залік
<b>Разом:</b>		<b>126</b>	
<b>Загальний обсяг обов'язкових компонентів:</b>		<b>150</b>	
<i>Вибіркові компоненти ОПІІ</i>			
ВК	Дисципліни за вибором здобувача	60	залік, іспит
<b>Разом:</b>		<b>60</b>	
<b>Загальний обсяг вибірових компонентів:</b>		<b>60</b>	
<b>Разом:</b>			
<b>2. Практична підготовка</b>			
ОК 35	Безперервна пропедевтична педагогічна практика в дитячо-юнацьких спортивних школах	3	Залік
ОК 36	Педагогічна практика в дитячо-юнацьких спортивних школах та спеціалізованих навчальних закладах спортивного профілю	7,5	Залік
ОК 37	Організаційно-виховна педагогічна практика в дитячих закладах оздоровлення та відпочинку	6,0	Залік
ОК 38	Навчально-виїзна практика (табірний збір)	9	Залік
<b>Разом:</b>		<b>25,5</b>	
<b>3. Атестація</b>			
Атестація на здобуття освітнього ступеня «бакалавр»		4,5	Іспит
<b>Разом:</b>		<b>4,5</b>	
<b>Загальний обсяг освітньої програми</b>		<b>240</b>	

**ПЕРЕЛІК НОРМАТИВНИХ ДОКУМЕНТІВ, НА ЯКИХ БАЗУЄТЬСЯ  
ДАНА ОСВІТНЯ ПРОГРАМА**

1. ESG-[http://ihed.org.ua/images/pdf/standards-and-guidelines\\_for\\_qa\\_in\\_the\\_ehea\\_2015.pdf](http://ihed.org.ua/images/pdf/standards-and-guidelines_for_qa_in_the_ehea_2015.pdf).
2. ISCED(МСКО)2011-<http://www.uis.unesco.org/education/documents/isced-2011-en.pdf>.
3. ISCED-F(МСКО-Г)2013–  
<http://www.uis.unesco.org/Education/Documents/isced-fields-of-education-training-2013.pdf>.
4. TUNING(для ознайомлення зі спеціальними (фаховими) компетентностями та прикладами стандартів -  
<http://www.unideusto.org/tuningeu/>.
5. Закон «Про вищу освіту»-<http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/1556-18>.
6. Національний глосарій 2014-  
[http://ihed.org.ua/images/biblioteka/glossariy\\_Visha\\_osvita\\_2014\\_tempus-office.pdf](http://ihed.org.ua/images/biblioteka/glossariy_Visha_osvita_2014_tempus-office.pdf).
7. Національний класифікатор України: "Класифікатор професій" ДК003:2010// Видавництво" Соцінформ". К.: 2010. НРК-  
<http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/1341-2011-п>.
8. Перелік галузей знань і спеціальностей -  
<http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/266-2015-п>.
9. Розвиток системи забезпечення якості вищої освіти в Україні: інформаційно-аналітичний огляд-  
[http://ihed.org.ua/images/biblioteka/Rozvitok\\_sisitemi\\_zabesp\\_yakosti\\_VO\\_UA\\_2015.pdf](http://ihed.org.ua/images/biblioteka/Rozvitok_sisitemi_zabesp_yakosti_VO_UA_2015.pdf).
10. Розроблення освітніх програм: методичні рекомендації -  
[http://ihed.org.ua/images/biblioteka/rozroblennya\\_osv\\_program\\_2014\\_tempus-office.pdf](http://ihed.org.ua/images/biblioteka/rozroblennya_osv_program_2014_tempus-office.pdf).
11. Положення про освітню програму ХНПУ імені Г.С. Сковороди (у новій редакції)

12. Положення про дистанційну освіту в ХНПУ імені Г.С. Сковороди
13. Положення про стипендіальне забезпечення здобувачів вищої освіти, аспірантів і докторантів ХНПУ імені Г.С. Сковороди
14. Положення про організацію освітнього процесу в ХНПУ імені Г.С. Сковороди (у новій редакції)
15. Положення про вивчення навчальних дисциплін з циклувільного вибору здобувачами ХНПУ імені Г.С. Сковороди (у новій редакції)
16. Положення про порядок реалізації права на академічну мобільність здобувачів вищої освіти, наукових і науково-педагогічних працівників ХНПУ імені Г.С. Сковороди
17. Стратегія інтернаціоналізації ХНПУ імені Г.С. Сковороди
18. Положення про грантову та проектну діяльність, реалізацію програм національної та міжнародної співпраці, управління коштами грантів ХНПУ імені Г.С. Сковороди
19. Положення про організацію та про ведення атестації на здобуття освітнього ступеня «бакалавр»
20. Положення про проведення практик студентів ХНПУ імені Г.С. Сковороди
21. Положення про проходження атестації у Харківському національному педагогічному університеті імені Г.С. Сковороди для визнання здобутих кваліфікацій, результатів навчання та періодів навчання, здобутих на тимчасово окупованій території України після 20.02.2014.
22. Положення про переведення студентів на вакантні місця державного замовлення
23. Положення про проведення ректорських контрольних замірів знань студентів
24. Положення про куратора академічної групи ХНПУ імені Г.С. Сковороди
25. Положення про порядок замовлення, виготовлення, видачі та обліку документів про вищу освіту державного зразка та додатків до них

європейського зразка (Diplomasupplement) у ХНПУ імені Г.С. Сковороди

26. Положення про сприяння працевлаштуванню студентів ХНПУ імені Г.С. Сковороди

27. Положення про Наукову раду ХНПУ імені Г.С. Сковороди (у новій редакції)

Джерело: ОП «Тренерська діяльність в обраному виді спорту» ХНПУ URL:  
<https://drive.google.com/file/d/1gGvaHLKSLJ2DtwjnEYHMSqdf5-Td7cjV/view>  
(retrieved at 20.08.2023)

**ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**  
**імені Г.С.СКОВОРОДИ**

**УХВАЛЕНО ПОГОДЖЕНО**

Вчена рада університету Протокол № 3

від «20» квітня 2022 р.

Керівник проєктної групи гарант освітньої програми зі спеціальності

017 Фізична культура і спорт

кандидат наук з фізичного

виховання та спорту, доцент

**ОСВІТНЯ ПРОГРАМА ФІТНЕС ТА РЕКРЕАЦІЯ**

**перший бакалаврський рівень вищої освіти**

(назва рівня вищої освіти)

**бакалавр**

(назва ступеня, що присвоюється)

галузь знань

**01 Освіта/Педагогіка**

(шифр і назва галузі знань)

спеціальність **017 Фізична культура і спорт**



### 1. Профіль освітньої програми «Фітнес та рекреація» зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт»

1 – Загальна інформація	
<b>Повна назва ЗВО та структурного підрозділу</b>	Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди, факультет фізичного виховання і спорту, кафедра гімнастики, музично-ритмічного виховання і фітнесу
<b>Рівень вищої освіти</b>	перший (бакалаврський) рівень
<b>Ступінь вищої освіти</b>	бакалавр
<b>Галузь знань</b>	01 «Освіта/Педагогіка»
<b>Спеціальність</b>	017 «Фізична культура і спорт»
<b>Спеціалізація</b>	Фітнес та рекреація
<b>Освітня кваліфікація</b>	Бакалавр з фізичної культури і спорту
<b>Тип диплому та обсяг освітньої програми</b>	Диплом бакалавра, одиничний, 240 кредитів ЄКТС. Терміни навчання: на базі повної загальної середньої освіти - 3 рік 10 міс. (денна та заочна форма навчання);
<b>Наявність акредитації</b>	Сертифікат про акредитацію Міністерства освіти і науки України Серія УД № 21002383, строк дії сертифікату до 01.07.2028
<b>Цикл/рівень</b>	НРК України – 6 рівень, EQ-EHEA – перший цикл, EQF LLL – 6 рівень
<b>Передумови</b>	Наявність атестату про повну загальну середню освіту або диплому молодшого спеціаліста за даною чи спорідненою спеціальністю. Сертифікати зовнішнього незалежного оцінювання з української мови та літератури, біології, творчий конкурс з фізичної культури.
<b>Мова(и) викладання</b>	українська
<b>Термін дії освітньої програми</b>	2022-2026 рік
<b>Інтернет-адреса освітньої програми</b>	<a href="http://hnpu.edu.ua">http://hnpu.edu.ua</a>

2 – Мета освітньої програми	
<p>Якісна, всебічна підготовка конкурентоспроможного, компетентного фахівця з фітнесу та рекреації, який здатний розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми в процесі професійної діяльності у сфері фізичної культури і спорту.</p>	
3 – Характеристика освітньої програми	
<p><b>Предметна область, галузь знань, спеціальність, спеціалізація (за наявності)</b></p>	<p><b>Галузь знань:</b> 01 «Освіта/Педагогіка»  <b>Спеціальність:</b> 017 «Фізична культура і спорт»  <b>Спеціалізація:</b> «Фітнес та рекреація»  <b>Об'єкти вивчення та діяльності:</b> сфера фізичної культури і спорту  <b>Цілі навчання:</b> підготовка фахівців з фітнесу та рекреації, які володіють професійними компетентностями та здатні розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми, що характеризується комплексністю та невизначеністю умов, під час професійної діяльності у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання.  <b>Теоретичний зміст предметної області:</b> парадигми, концепції, теорії фізичної культури і спорту; соціально-гуманітарні науки; педагогіка і психологія; основи анатомії, фізіології, біохімії, гігієни, спортивної медицини; загальна теорія здоров'я, здорового способу життя.  <b>Методи, методики та технології:</b> загальнонаукові методи пізнання та дослідницької діяльності; спостереження, опитування, тестування та вимірювання у фізичній культурі і спорті; словесні, наочні та практичні методи фізичного виховання та спортивної підготовки; технології організації та проведення фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходів; надання долікарської допомоги; інформаційно-комунікаційні технології.  <b>Інструменти та обладнання:</b> сучасне інформаційно-комунікативне обладнання; спеціалізоване програмне забезпечення; фізкультурно-спортивне спорядження та обладнання.</p>

<p><b>Орієнтація освітньої програми</b></p>	<p>Освітня програма спрямована на вивчення медико-біологічних і психолого-педагогічних дисциплін та циклу фахових дисциплін (теорія і методика фізичної культури і спорту, теорія і методика викладання сучасних напрямів фітнесу та фізичної рекреації, основи оздоровчого фітнесу для різних груп населення, теорія і методика викладання спортивного фітнесу, психологія спорту і психологія здоров'я, основи здорового способу життя).</p>
<p><b>Основний фокус освітньої програми та спеціалізації</b></p>	<p>Базова вища освіта в галузі знань «Освіта/Педагогіка», спеціальність 017 «Фізична культура і спорт», спеціалізація – фітнес та рекреація.</p> <p>Професійна підготовка у галузі фізичної культури і спорту, зокрема в оздоровчому та спортивному фітнесі та фізичній рекреації.</p> <p>Ключові слова: оздоровчий фітнес, спортивний фітнес, фізична рекреація, фізична культура, спорт, тренерська діяльність.</p>
<p><b>Особливості програми</b></p>	<p>Освітня програма спрямована на формування загальних та спеціальних (фахових) компетентностей, визначених стандартом вищої освіти для першого (бакалаврського) рівня за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт.</p> <p>Освітня програма передбачає поглиблене вивчення:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ теорії та набуття практичних навичок в галузі фізичної культури і спорту, особливо з напрямку оздоровчо-рекреаційної рухової активності;</li> <li>▪ організація та проведення оздоровчих занять фізичною культурою і спортом для різних груп населення;</li> <li>▪ профілактики травматизму та захворювань;</li> <li>▪ особливостей роботи людського організму при навантаженнях, відновленні працездатності;</li> <li>▪ медико-біологічних основ фізичної культури і спорту (біомеханіка, фізіологія, біохімія, спортивна медицина, гігієна).</li> </ul>

<b>4 – Придатність випускників до працевлаштування та подальшого навчання</b>	
<b>Придатність до Працевлаштування</b>	<p>Випускники можуть займати такі первинні посади (за КВЕД ДК 003:2010):</p> <p>3475 – фітнес-тренер;</p> <p>3475 – інструктор з аеробіки;</p> <p>3475 – інструктор-методист тренажерного комплексу (залу); 3414 – фахівець із організації дозвілля;</p> <p>Випускники спроможні обіймати посади, кваліфікаційні вимоги яких передбачають наявність кваліфікації бакалавра фізичної культури і спорту за спеціалізацією «Фітнес та рекреація», у суб'єктах господарювання, що здійснюють такі види економічної діяльності (за КВЕД ДК 009:2010):</p> <p>85.51 Освіта у сфері спорту та відпочинку;</p> <p>Функціонування спортивних споруд;</p> <p>Діяльність спортивних клубів;</p> <p>Діяльність фітнес-центрів;</p> <p>93.19 Інша діяльність у сфері спорту;</p> <p>93.29 Організування інших видів відпочинку та розваг.</p>
<b>Подальше навчання</b>	<p>Навчання на другому рівні вищої освіти (7 рівня НРК, другого циклу FQ-EHEA та 7 рівня EQF-LLL)</p>

5 – Викладання та оцінювання	
<b>Викладання та навчання</b>	<p>Освітній процес здійснюється на принципах:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- компетентного підходу до навчання,</li> <li>- студентоцентризму,</li> <li>- партнерства науково-педагогічних працівників та здобувачів,</li> <li>- самоосвіти,</li> <li>- поєднання навчальної та наукової діяльності,</li> <li>- формування професійної свідомості.</li> </ul> <p>Організаційні форми: колективна, групова та індивідуальна форми навчання (лекції, семінарські, практичні заняття).</p> <p>Технології навчання: інформаційно-комунікаційні, дистанційні, студентсько-центричні, модульні, дискусійні.</p> <p>Навчально-методичне забезпечення самостійної роботи здійснюється через використання електронних лекцій, методичних вказівок та завдань.</p> <p>Дистанційне навчання за допомогою платформи дистанційного навчання Moodle, on-line відеолекцій, консультацій, які транслюються з використанням спеціалізованих додатків відеоконференцзв'язку та комплексів навчальних матеріалів, навчальні відео виконання вправ, комплексів.</p>
<b>Оцінювання</b>	<p>Оцінювання навчальних досягнень здобувачів здійснюється відповідно до «Положення про організацію освітнього процесу в ХНПУ імені Г. С. Сковороди» (нова редакція) за 100-бальною (рейтинговою) шкалою ECTS. Критерії та методи оцінювання оприлюднюються заздалегідь. Оцінювання здобувачів вищої освіти є послідовним, прозорим та проводиться відповідно до встановлених процедур</p> <p><b>Види контролю:</b> поточний, семестровий, атестація.</p> <p><b>Форми контролю:</b> усне та письмове опитування, виконання практичних завдань, тестові завдання, презентація індивідуального науково-дослідного завдання, захист курсових робіт; заліки, екзамени.</p>

<b>6 – Програмні компетентності</b>	
<b>Інтегральна компетентність</b>	<p><b>ІК</b> Здатність розв’язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів відповідних наук, і характеризується комплексністю та невизначеністю умов.</p>
<b>Загальні компетентності</b>	<p><b>ЗК 1</b> Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.</p> <p><b>ЗК 2.</b> Здатність реалізовувати свої права і обов’язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.</p> <p><b>ЗК 3.</b> Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій.</p> <p><b>ЗК 4.</b> Здатність працювати в команді.</p> <p><b>ЗК 5.</b> Здатність планувати та управляти часом.</p> <p><b>ЗК 6.</b> Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.</p> <p><b>ЗК 7.</b> Здатність спілкуватися іноземною мовою.</p> <p><b>ЗК 8.</b> Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.</p> <p><b>ЗК 9.</b> Навички міжособистісної взаємодії.</p> <p><b>ЗК 10.</b> Здатність бути критичним і самокритичним.</p> <p><b>ЗК 11.</b> Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).</p> <p><b>ЗК 12.</b> Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p>

<p><b>Спеціальні (фахові, предметні) компетентності</b></p>	<p><b>СК 1.</b>Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.</p> <p><b>СК 2.</b> Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях.</p> <p><b>СК 3.</b> Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення.</p> <p><b>СК 4.</b> Здатність визначати заходи з фізкультурно-спортивної реабілітації та форми адаптивного спорту для осіб, що їх потребують.</p> <p><b>СК 5.</b> Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя.</p> <p><b>СК 6.</b> Здатність до розуміння ретроспективи формування сфери фізичної культури і спорту.</p> <p><b>СК 7.</b> Здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини.</p> <p><b>СК 8.</b> Здатність проводити біомеханічний аналіз рухових дій людини.</p> <p><b>СК 9.</b> Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів.</p> <p><b>СК 10.</b> Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.</p> <p><b>СК 11.</b> Здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом.</p> <p><b>СК 12.</b> Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.</p> <p><b>СК 13.</b> Здатність застосовувати сучасні технології управління суб'єктами сфери фізичної культури і спорту.</p> <p><b>СФК 14.</b> Здатність до безперервного професійного розвитку.</p> <p><b>СК 15.</b> Здатність організовувати фізкультурно-оздоровчі, спортивно-масові та рекреаційні заходи з різними групами населення для популяризації занять фізичною культурою і спортом.</p> <p><b>СК16.</b> Здатність до постійного професійного самовдосконалення як фахівця фітнес-індустрії.</p> <p><b>СК17.</b> Здатність організовувати заняття з різних сучасних напрямів оздоровчого фітнесу (аеробного, танцювального, силового, функціонального, ментального).</p> <p><b>СК18.</b> Здатність складати групові та індивідуальні програми занять з різних видів фітнесу з урахуванням потреб та можливостей тих, що займаються.</p>
---	--

<b>7 – Програмні результати навчання</b>	
ПРН1	Здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв’язання існуючих проблем
ПРН2	Спілкуватися українською та іноземною мовами у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією та професійним дискурсом, дотримуватися етики ділового спілкування.
ПРН3	Уміти обробляти дані з використанням сучасних інформаційних та комунікаційних технологій.
ПРН4	Показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення.
ПРН5	Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.
ПРН6	Мати базові знання з проведення досліджень проблем фізичної культури і спорту, підготовки та оформлення наукової праці.
ПРН7	Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами.
ПРН8	Здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань
ПРН9	Демонструвати готовність до зміцнення особистого та громадського здоров’я шляхом використання рухової активності людини та інших чинників здорового способу життя, проведення роз’яснювальної роботи серед різних груп населення.
ПРН10	Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи.
ПРН11	Обґрунтовувати вибір заходів з фізкультурно-спортивної реабілітації та адаптивного спорту.



ПРН12	Аналізувати процеси становлення та розвитку різних напрямів спорту, олімпійського руху та олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях.
ПРН13	Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості
ПРН14	Застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом.
ПРН15	Визначати функціональний стан організму людини та обґрунтовувати вибір засобів профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою і спортом.
ПРН16	Надавати долікарську медичну допомогу при невідкладних станах та патологічних процесах в організмі людини.
ПРН17	Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини
ПРН18	Аналізувати психічні процеси, стани та властивості людини під час занять фізичною культурою і спортом.
ПРН19	Аргументувати управлінські рішення для вирішення проблем, які виникають в роботі суб'єктів фізичної культури і спорту; мати навички лідерства.
ПРН20	Використовувати нормативні та правові акти, що регламентують професійну діяльність.
ПРН21	Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

<b>8 – Ресурсне забезпечення реалізації програми</b>	
<b>Кадрове забезпечення</b>	<p>Керівник проєктної групи та викладацький склад, який забезпечує її реалізацію, відповідає вимогам, визначеним Ліцензійним умовам провадження освітньої діяльності закладів освіти. До реалізації програми залучаються науково-педагогічні працівники університету з науковими ступенями та/або вченими званнями. З метою підвищення фахового рівня всі науково-педагогічні працівники регулярно проходять стажування, в т.ч. закордонні.</p>
<b>Матеріально - технічне забезпечення</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– навчальні корпуси;</li> <li>– гуртожитки;</li> <li>– тематичні кабінети;</li> <li>– спеціалізовані лабораторії;</li> <li>– комп'ютерні класи;</li> <li>– пункти харчування;</li> <li>– точки бездротового доступу до мережі Інтернет;</li> <li>– мультимедійне обладнання;</li> <li>– спортивні й тренажерні зали;</li> <li>– спортивні майданчики;</li> <li>– басейн.</li> </ul> <p>Забезпечення виявлення збігів/ідентичності/схожості у текстах письмових робіт здійснюється Інститутом інформатизації освіти університету за допомогою сертифікованої програмно технічної системи «Unicheck».</p>

**Інформаційне та навчально-технічне забезпечення**

Навчально-методична робота й інформаційне забезпечення на кафедрах ведеться шляхом видання навчальних посібників; конспектів лекцій; використання інформації Internet, створення презентацій до лекційного матеріалу. Методичне забезпечення, визначене у критеріях відповідності, на сьогодні у повному обсязі є в електронному форматі та у друкованому вигляді. Навчально-методичне забезпечення дисциплін за освітньо-професійною програмою «Фітнес та рекреація»:

1. Програми навчальних дисциплін.
2. Робочі програми навчальних дисциплін.
3. Силабуси
4. Конспекти лекцій.
5. Методичні вказівки до практичних занять.
6. Тематика та методичні вказівки до виконання курсових робіт.
7. Методичні вказівки до самостійної роботи здобувачів.
8. Питання підсумкового контролю знань, екзаменаційні білети.
9. Пакет завдань та тестів комплексної контрольної роботи (ККР) з дисципліни для визначення рівня залишкових знань здобувачів.
10. Платформа дистанційного навчання Moodle(<http://lms.hnpu.edu.ua>)
11. Програми практик.
12. Критерії оцінювання навчальних досягнень здобувачів.
13. На факультеті видається 2 фахових журнали зі спеціальностей з фізичної культури і спорту та педагогічних спеціальностей, з них 2 видання входять до наукометричних баз Scopus та Web of Science, фахові видання категорії А.
14. Електронна бібліотека, а також:
  - офіційний сайт ХНПУ імені Г.С. Сковороди: <http://hnpu.edu.ua/> сайт факультету фізичного виховання і спорту: <http://hnpu.edu.ua/fac-fizvosp> сайт кафедри гімнастики, музично-ритмічного виховання і фітнесу: <http://hnpu.edu.ua/uk/division/kafedra-gimnastyky-muzychno-r-utmichnogo-vyhovannya-ta-fitnessu>
  - електронний архів-репозитарій ХНПУ імені Г.С. Сковороди (<http://dspace.hnpu.edu.ua/>)

<b>9 – Академічна мобільність</b>	
<b>Національна кредитна мобільність</b>	Оцінювання результатів навчання та академічних досягнень приведено у відповідність до європейської кредитної системи і співвідносне із національною шкалою оцінювання, що уможливує взаємозарахування кредитів між різними університетами країни
<b>Міжнародна кредитна мобільність</b>	Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди має укладені угоди з університетами світу, зокрема здійснюється співпраця з впровадження академічного співробітництва та реалізації програми подвійного дипломування з Університетом Економіки м. Бидгощ (Польща), Академією спорту та науки в Бидгощі, Науковим товариством спортивного права в Бидгощі, Європейським інститутом спорту та освіти в Познані, Вищою школою Уні-терра в Познані. Здобувачі мають можливість пройти онлайн-курси на платформі Prometheus, Intela, IBM, Coursera; долучатися до програм Erasmus+, Fulbright Research and Development Program
<b>Навчання іноземних здобувачів</b>	У межах ліцензійного обсягу спеціальності та за умови попередньої мовної підготовки.

**2. Структурно-логічна схема  
Перелік компонентів освітньо-професійної програми  
та їх логічна послідовність**

<i>Обов'язкові компоненти освітньої програми</i>		<b>Кре- ди- ти ЄКТС</b>	<b>Форма Підсумко- вого контролю</b>
<b>I. Теоретична підготовка підготовки</b>			
<i>Цикл загальної підготовки</i>			
ОК 1	Україна: історія і сучасні реалії	3	Залік
ОК 2	Політично-правові студії	3	Залік
ОК 3	Основи економічної теорії	3	Іспит
ОК 4	Філософія	3	Іспит
ОК 5	Іноземна мова	5	Іспит
ОК 6	Здоров'я та безпека людини	4	Залік
ОК 7	Українська мова (за професійним спрямуванням)	3	Залік
<b>Разом:</b>		<b>24</b>	
<i>Цикл професійної (спеціальної) підготовки</i>			
ОК 8	Загальна педагогіка	6	Залік
ОК 9	Провайдинг освітніх технологій	8	Іспит
ОК 10	Психологія	4	Іспит
ОК 11	Біохімія	3	Іспит
ОК 12	Анатомія людини з основами біомеханіки	5	Іспит
ОК 13	Фізіологія людини, фізичного виховання і спорту	6	Іспит
ОК 14	Гігієна з основами раціонального харчування	3	Іспит
ОК 15	Основи медичних знань та долікарська допомога у невідкладних станах	4	Іспит
ОК 16	Фізична реабілітація	4	Іспит
ОК 17	Вступ до спеціальності	3	Іспит
ОК 18	Теорія і методика оздоровчого та спортивного фітнесу	22	Залік, іспит
ОК 19	Курсова робота з теорії і методики оздоровчого та спортивного фітнесу	3	Залік
ОК 20	Музично-ритмічне виховання і основи хореографії	4	Залік
ОК 21	Теорія і методика викладання гімнастики	4	Іспит
ОК 22	Теорія і методика викладання оздоровчої ходьби та бігу	4	Залік
ОК 23	Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав з основами анімації	4	Залік

ОК 24	Рекреаційне і оздоровче плавання	4	Залік
ОК 25	Теорія і методика викладання ігрових видів спорту	4	Залік
ОК 26	Рекреаційний туризм	3	Залік
ОК 27	Теорія і методика фізичного виховання і спорту	4	Іспит
ОК 28	Загальна теорія підготовки спортсмена	4	Іспит
ОК 29	Теорія і методика викладання атлетичної гімнастики	4	Іспит
ОК 30	Теорія і методика організації спортивно-масової та анімаційної роботи	4	Іспит
ОК 31	Наукові дослідження в спорті	3	Залік
ОК 32	Спортивні споруди та тренажерне обладнання	3	Іспит
ОК 33	Психологія фізичного виховання і здоров'я	3	Іспит
ОК 34	Олімпійський, професійний та адаптивний спорт	3	Іспит
ОК35	Табірний збір	9	Залік
<b>Разом:</b>		<b>135</b>	
<b>Загальний обсяг обов'язкових компонент:</b>		<b>159</b>	
<i>Вибіркові компоненти ОПП</i>			
ВД	Дисципліни за вибором здобувача	60	залік, іспит
<b>Разом:</b>		<b>60</b>	
<b>Загальний обсяг вибірових компонент:</b>		<b>60</b>	
<b>Разом:</b>		<b>219</b>	
<b>2. Практична підготовка</b>			
ОК 36	Безперервна пропедевтична педагогічна практика в дитячо-юнацьких спортивних школах	3	Залік
ОК 37	Організаційно-виховна педагогічна практика в дитячих закладах оздоровлення та відпочинку	6,0	Залік
ОК 38	Педагогічна практика в дитячо-юнацьких спортивних школах, спеціалізованих навчальних закладах спортивного профілю та оздоровчих спортивних клубах	9,0	Залік
<b>Разом:</b>		<b>18,0</b>	

<b>3. Атестація</b>			
	Атестація на здобуття освітнього ступеня «бакалавр»	3	Іспит
<b>Разом:</b>		<b>3,0</b>	
<b>Загальний обсяг освітньої програми</b>		<b>240</b>	

## ПЕРЕЛІК НОРМАТИВНИХ ДОКУМЕНТІВ, НА ЯКИХ БАЗУЄТЬСЯ ОСВІТНЯ ПРОГРАМА

1. ESG - [http://ihed.org.ua/images/pdf/standards-and-guidelines\\_for\\_qa\\_in\\_the\\_ehea\\_2015.pdf](http://ihed.org.ua/images/pdf/standards-and-guidelines_for_qa_in_the_ehea_2015.pdf).
2. ISCED (МСКО) 2011 - <http://www.uis.unesco.org/education/documents/isced-2011-en.pdf>.
3. ISCED-F (МСКО-Г) 2013 – <http://www.uis.unesco.org/Education/Documents/isced-fields-of-education-training-2013.pdf>.
4. TUNING (для ознайомлення зі спеціальними (фаховими) компетентностями та прикладами стандартів - <http://www.unideusto.org/tuningeu/>.
5. Закон «Про вищу освіту» - <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/1556-18>.
6. Національний глосарій 2014 - [http://ihed.org.ua/images/biblioteka/glossariy\\_Visha\\_osvita\\_2014\\_tempus-office.pdf](http://ihed.org.ua/images/biblioteka/glossariy_Visha_osvita_2014_tempus-office.pdf).
7. Національний класифікатор України: "Класифікатор професій" ДК 003:2010 // Видавництво "Соцінформ", – К.: 2010. НРК - <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/1341-2011-п>.
8. Перелік галузей знань і спеціальностей - <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/266-2015-п>.
9. Розвиток системи забезпечення якості вищої освіти в Україні: інформаційно-аналітичний огляд - [http://ihed.org.ua/images/biblioteka/Rozvitok\\_sisitemi\\_zabesp\\_yakosti\\_VO\\_U\\_A\\_2015.pdf](http://ihed.org.ua/images/biblioteka/Rozvitok_sisitemi_zabesp_yakosti_VO_U_A_2015.pdf).
10. Розроблення освітніх програм: методичні рекомендації - [http://ihed.org.ua/images/biblioteka/rozroblennya\\_osv\\_program\\_2014\\_tempus-office.pdf](http://ihed.org.ua/images/biblioteka/rozroblennya_osv_program_2014_tempus-office.pdf).
11. Положення про освітню програму ХНПУ імені Г.С.Сковороди (у новій редакції)
12. Положення про організацію освітнього процесу в ХНПУ Г.С. Сковороди (у новій редакції)
13. Положення про порядок реалізації права на академічну мобільність здобувачів вищої освіти, наукових і науково-педагогічних працівників ХНПУ імені Г.С.Сковороди
14. Положення про грантову та проектну діяльність, реалізацію програм національної та міжнародної співпраці, управління коштами грантів ХНПУ імені Г.С.Сковороди
15. Положення про організацію та проведення атестації на здобуття освітнього ступеня «бакалавр»
16. Положення про проведення практик студентів ХНПУ імені Г.С.Сковороди



17. Положення про проходження атестації у Харківському національному педагогічному університеті імені Г.С.Сковороди для визнання здобутих кваліфікацій, результатів навчання та періодів навчання, здобутих на тимчасово окупованій території України після 20.02.2014.
18. Положення про порядок замовлення, виготовлення, видачі та обліку документів про вищу освіту державного зразка та додатків до них європейського зразка (Diploma supplement) у ХНПУ імені Г.С. Сковороди
19. Положення про сприяння працевлаштуванню студентів ХНПУ імені Г.С.Сковороди

Джерело: ОП «Фітнес і рекреація» ХНПУ URL: <http://hnpu.edu.ua/uk/osvitnya-programa-fizychna-kultura-i-sport> (retrieved at 20.08.2023)

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
«ПОЛТАВСЬКА ПОЛІТЕХНІКА ІМЕНІ ЮРІЯ КОНДРАТЮКА»**

**Факультет фізичної культури і спорту Кафедра фізичного виховання**

**ЗАТВЕРДЖУЮ**  
Перший проректор - проректор з науково-педагогічної роботи

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**«ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ»**  
(назва навчальної дисципліни)

підготовки **бакалавра** (назва ступеня вищої освіти) **для всіх**  
**спеціальностей** (шифр і назва спеціальності)

**Полтава 2020 рік**

## 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, ступінь вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни	
		форма навчання денна	форма навчання заочна
Кількість кредитів – 8	Галузь знань для всіх галузей знань	обов'язкова	
Загальна кількість годин – 240			
Модулів – 5	Спеціальність для всіх спеціальностей	<b>Рік підготовки:</b>	
Змістових модулів – 5		1, 2-й	-й
		<b>Семестр</b>	
		I, II, III, IV-й	-й
Індивідуальне завдання – не передбачено;	Ступінь вищої освіти <u>бакалавр</u>	<b>Лекції</b>	
		- год.	- год.
		<b>Практичні, семінарські</b>	
		240 год.	- год.
		<b>Лабораторні</b>	
		- год.	- год.
		<b>Самостійна робота</b>	
		- год.	- год.
<b>Індивідуальна робота:</b>			
- год.			
<b>Вид контролю:</b> заліки в I, II, III, IV семестрах			

### Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить:  
для денної форми навчання – 240/0

## 2. Мета навчальної дисципліни

Головним критерієм ефективності фізичного виховання закладу вищої освіти закладу є:

- знання і дотримання основ здорового способу життя;
- знання основ організації і методики найбільш ефективних видів і форм раціональної рухової діяльності й умінь застосувати їх на практиці у своїй фізичній активності;
- знання основ методики оздоровлення і фізичного удосконалення традиційними і не- традиційними засобами і методами фізичної культури;
- знання основ фізичного виховання різних верств населення;
- стійка навичка до щоденних занять фізичними вправами у різноманітних раціональ- них формах;
- поінформованість про всі головні цінності фізичної культури і спорту.

**Завданнями** дисципліни «Фізичне виховання» :

- формування розуміння
- оволодіння системою практичних умінь і навичок занять головними видами і форма- ми раціональної фізкультурної діяльності, забезпечення, зберігання і зміцнення здоров'я, розвиток й удосконалення психо- фізичних можливостей, якостей і властивостей особистості;
- формування системи знань з фізичної культури та здорового способу життя, необхідних у процесі життєдіяльності, навчання, роботі, сімейному фізичному вихованні;
- набуття фонду рухових умінь і навичок, забезпечення загальної фізичної підготовленості, що визначають психофізичну готовність випускників вищого закладу освіти до життєдіяльності й обраної професії;
- набуття досвіду творчого використання фізкультурно – оздоровчої і спортивної діяль- ності для досягнення особистих цілей;

- формування основ навчання та розвитку рухових умінь, навичок забезпечення високого рівня фізичної підготовленості, розкриття змісту фізичного виховання у професійній діяльності фахівця з обраної спеціальності, озброєння професійними вміннями й навичками.

У процесі навчання у вузі за курсом фізичного виховання передбачається виховання у студентів високих моральних, волевих і фізичних якостей, готовності до високопродуктивної праці; збереження і зміцнення здоров'я студентів, сприяння правильному формуванню і всебічному розвитку організму, підтримка високої працездатності протягом усього періоду навчання; всебічна фізична підготовка студентів; професійно-прикладна фізична підготовка студентів з урахуванням особливостей їхньої майбутньої трудової діяльності; набуття студентами необхідних знань з основ теорії, методики і організації фізичного виховання і спортивного тренування, підготовка до роботи в якості громадських інструкторів, тренерів і суддів; удосконалення спортивної майстерності студентів - спортсменів; виховання в студентів переконаності в необхідності регулярно займатися фізичною культурою і спортом.

### **3. Передумови для вивчення дисципліни**

Оволодіння знаннями про фізичне виховання ґрунтується на тісному взаємозв'язку з іншими навчальними дисциплінами, зокрема з такими як теорія та методика фізичного виховання (цей зв'язок дає уяву про структуру заняття в колективах фізичної культури); анатомія людини та морфологія (формує уявлення про внутрішню структуру людини, її м'язовий апарат, що є необхідною умовою при складанні комплексів спеціально-підготовчих вправ для розвитку основних рухових якостей спортсмена). Фізіологія спорту формує уявлення про те, як організм комплексом функціональних змін реагує на фізичні навантаження різного обсягу та інтенсивності, про основи

спортивного тренування, про фізіологічні й морфологічні особливості спортсменів, які спеціалізуються в різних видах легкої атлетики – все це, є необхідною умовою оптимальної побудови навчально-тренувального процесу, досягнення спортсменами максимально можливих спортивних результатів без завдання шкоди для здоров'я. Педагогіка та психологія дають уяву, про основні принципи виховання морально-вольових якостей студентів, спортсменів різного віку та статі, психологічну підготовку до занять, змагань. Спортивна метрологія дозволяє проводити контроль за станом спортсмена, тренувальним навантаженням, технікою виконання вправ, спортивними результатами та поведінкою спортсмена на змаганнях. Базується на шкільних курсах «Фізична культура», «Основи здоров'я».

#### **4. Очікувані результати навчання з дисципліни**

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

**знати:** про зв'язок дисципліни «Фізичне виховання» з навчальними дисциплінами та практикою життєвого досвіду; дотримуватись основ здорового способу життя; основи організації і методики найбільш ефективних видів і форм раціональної рухової діяльності й уміння застосовувати їх на практиці у своїй фізичній активності; основи методики оздоровлення і фізичного удосконалення засобами і методами фізичної культури; систематичне фізичне тренування з оздоровчою або спортивною спрямованістю; бути проінформованим про всі головні цінності фізичної культури і спорту.

**уміти:** визначати ступінь поняття здоров'я; керувати своїм здоров'ям; економно його використовувати протягом усього життя; формувати розуміння ролі фізичної культури в розвитку особистості і підготуванню її до професійної діяльності; формувати системи знань з фізичної культури та здорового способу життя, необхідних в процесі життєдіяльності, навчанні,

роботі, використовувати засоби фізичної культури з метою покращення здоров'я та рухової підготовленості як складових ефективно професійної діяльності; використовувати різноманітні види фізичних вправ для профілактики захворювань, зміцнення здоров'я та підвищення розумової і фізичної працездатності.

### **5. Критерії оцінювання результатів навчання**

Критерієм успішного проходження здобувачем освіти підсумкового оцінювання з «Фізичного виховання» є досягнення ним мінімальних порогових рівнів оцінок за кожним запланованим результатом вивчення навчальної дисципліни.

<b>Сума балів</b>	<b>Значення ЄКТС</b>	<b>Оцінка</b>	<b>Критерій оцінювання</b>	<b>Рівень компетентності</b>
<b>60-63</b>	<b>E</b>	<b>Достатньо</b>	Студент має певні знання матеріалу, передбаченого робочою програмою, володіє основними положеннями на рівні, який визначається як мінімально допустимий. Правила вирішення практичних завдань з використанням основних теоретичних положень пояснюються з труднощами. Виконання практичних завдань значно формалізовано: є відповідність алгоритму, але відсутнє глибоке розуміння роботи та взаємозв'язків з іншими дисциплінами.	<b>Середній</b> що є мінімально допустимим у всіх складових навчальної дисципліни

## **6. Засоби діагностики результатів навчання**

Поточний та проміжний контроль (контрольні нормативи, експрес-тести).

## **7. Програма навчальної дисципліни**

**Змістовий модуль 1. Легка атлетика.**

**Практичне заняття №1.** Вступ до навчальної дисципліни «Фізичне виховання».

**Практичне заняття №2.-3.** Техніка бігу на короткі дистанції.

**Практичне заняття №4-5.** Техніка бігу на середні дистанції.

**Практичне заняття №6-7.** Розвиток витривалості.

**Практичне заняття № 8-9.** Техніка стрибків у довжину.

**Змістовий модуль 2. Спортивні ігри.**

**Практичне заняття № 10-11.** Основні положення та переміщення у спортивних іграх.

**Практичне заняття № 12-13.** Тактико – технічні дії в спортивних іграх.

**Практичне заняття №14-15.** Тактичні дії гравців в захисті. Тактичні дії гравців в нападі. Учбова гра (баскетбол).

**Практичне заняття №16-17.** Тактичні дії гравців в захисті. Тактичні дії гравців в нападі. Учбова гра (волейбол).

**Змістовий модуль 3. Гімнастика.**

**Практичне заняття № 18.** Розвиток фізичних якостей.

**Практичне заняття № 19.** Вправи для формування правильної постави.

**Практичне заняття № 20.** Вправи на гімнастичній стінці.

**Практичне заняття № 21-22.** Атлетична гімнастика.

**Змістовий модуль 4. ЗФП – Загальна фізична підготовка.**

**Практичне заняття № 23.** Профілактика травматизму під час занять ЗФП.

**Практичне заняття №24.** Вправи для розвитку сили основних м'язових груп.

**Практичне заняття №25.** Удосконалення розвитку силових якостей.

**Практичне заняття №26.** Удосконалення фізичного розвитку, постави, головних життєво важливих рухових якостей.

**Практичне заняття № 27.** Вправи для розвитку фізичних якостей, необхідних для під- вищення функціональних можливостей.

**Практичне заняття № 28.** Перевірка і оцінка рухових якостей (сила, витривалість, гнучкість, спритність).

**Змістовий модуль 5. ППФП (професійна прикладна фізична підготовка).**

**Практичне заняття № 29.** Особливості складання комплексів вправ професійно прик- ладної спрямованості.

**Практичне заняття № 30.** Позитивний вплив вправ ППФП на організм.









### 9. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин для денної форми	Кількість годин для заочної форми
	Семінарські заняття не передбачені		

### 10. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин для денної форми	Кількість годин для заочної форми
1.	Вступ до навчальної дисципліни «Фізичне виховання»	2	
2-3.	Техніка бігу на короткі дистанції	4	
4-5.	Техніка бігу на середні дистанції	4	
6-7.	Розвиток витривалості	4	
8-9.	Основні положення та переміщення у спортивних іграх	4	
10-11.	Тактико – технічні дії в спортивних іграх	4	
12-13.	Тактичні дії гравців в захисті. Тактичні дії гравців в нападі. Учбова гра (баскетбол)	4	
14-15.	Тактичні дії гравців в захисті. Тактичні дії гравців в нападі. Учбова гра (волейбол)	4	
16.	Розвиток фізичних якостей	2	
17.	Вправи для формування правильної постави	2	
18.	Вправи на гімнастичній стінці	2	
19.	Атлетична гімнастика.	2	
20.	Профілактика травматизму під час занять ЗФП	2	
21.	Вправи для розвитку сили основних м'язових груп	2	
22.	Удосконалення розвитку силових якостей	2	
23.	Удосконалення фізичного розвитку, постави, головних життєво важливих рухових якостей.	2	
24-25.	Вправи для розвитку фізичних якостей, необхідних для підвищення функціональних можливостей	4	
26-27.	Перевірка і оцінка рухових якостей (сила, витривалість, гнучкість, спритність)	4	

28-29.	Особливості складання комплексів вправ професійно прикладної спрямованості	2	
30.	Позитивний вплив вправ ППФП на організм	2	
Усього		60	

### 11. Теми лабораторних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин для денної форми	Кількість годин для заочної форми
	Лабораторні заняття не передбачені*		

### 12. Самостійна робота

Самостійна робота не передбачена.

### 13. Індивідуальні завдання

Не передбачено планом.

### 15. Методи навчання

При викладанні дисципліни застосовуються словесні та практичні методи навчання.

До числа наочних методів, які застосовуються при викладанні дисципліни, належать: ілюстрація, демонстрація.

### 16. Методи контролю

Поточний контроль успішності засвоєннями студентами навчального матеріалу може здійснюватися шляхом опитування й оцінювання знань студентів під час семінарських занять, оцінювання виконання студентами самостійної роботи та індивідуальних завдань, проведення і перевірки письмових контрольних робіт, тестування або в ході індивідуальних співбесід зі студентами під час консультацій. Вибір конкретних форм і методів поточного контролю знань студентів залежить від викладача і

доводиться до їхнього відома на першому семінарському занятті. Модульний контроль є частиною поточного контролю і має на меті перевірку засвоєння студентом певної сукупності знань та вмінь, що формують відповідний модуль. Він реалізується шляхом проведення спеціальних контрольних заходів (у формі тестування чи написання студентами контрольних робіт), проводиться наприкінці кожного змістового модулю за рахунок аудиторних занять, під час групових консультацій або ж за рахунок часу, відведеного на самостійну роботу студентів. На підставі результатів модульного контролю здійснюється міжсесійний контроль (атестація).

Підсумковий контроль здійснюється у формі заліку.

### 17. Розподіл балів, які отримують студенти для заліку:

Поточне оцінювання, тестування та самостійна й індивідуальна робота																		залік	Сума	
<i>Змістовий модуль 1-2</i>					<i>Змістовий модуль 3</i>					<i>Змістовий модуль 4</i>					<i>Змістовий модуль 5</i>					
Т	Т	Т	Т	Т	Т	Т	Т	Т	Т	Т	Т	Т	Т	Т	Т	Т	Т	Т		
1	2-	4-	6-	8-	10	12	14-	16-	18	19	20	21	23	24	25	27	29	30		
	3	5	7	9	-11	-13	15	17				-			-	-				
												22			26	28				
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	30	100

## Шкала оцінювання: національна та ECTS

100-бальна рейтингова система оцінювання	Оцінка за шкалою ECTS	Оцінка за національною шкалою для екзамену, диференційованого заліку, курсового проекту (роботи), практики
90 – 100	<b>A</b> – відмінно	<b>5</b> – відмінно
82 – 89	<b>B</b> – дуже добре	<b>4</b> – добре
74 – 81	<b>C</b> – добре	
64 – 73	<b>D</b> – задовільно	<b>3</b> – задовільно
60 – 63	<b>E</b> – достатньо	
35 – 59	<b>FX</b> – незадовільно з можливістю повторного складання	<b>2</b> – незадовільно
0 – 34	<b>F</b> – незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	

### Правила модульно-рейтингового оцінювання знань

Загальна трудомісткість дисципліни – 100 балів, із них:

– при семестровому контролі у вигляді диференційованого заліку на поточний контроль може бути відведено від 70 до 100 балів (для допуску до диференційованого заліку необхідно мати не менше 35 балів поточної успішності).

- 1. Поточний контроль.** Бали, отримані впродовж семестру, за видами навчальної діяльності розподіляються наступним чином (розподіл орієнтовний):

- робота на практичних, заняттях (виконання практичних завдань, а в разі їх пропусків з поважної причини – індивідуальні співбесіди на консультаціях за темами відповідних занять) – 70-100 балів.

Пропуски занять підлягають обов'язковому відпрацюванню в індивідуальному порядку під час консультацій. Пропущене заняття має бути відпрацьоване впродовж двох наступних тижнів, при тривалій відсутності студента на заняттях з поважної причини встановлюється індивідуальний графік відпрацювання пропусків, але не пізніше початку екзаменаційної сесії.

Студент, який повністю виконав програму навчальної дисципліни і отримав достатню рейтингову оцінку, допускається до підсумкового контролю з дисципліни.

**2. Підсумковий контроль** Підсумковим контролем є диференційований залік. Він здійснюється відповідно до вимог «Положення про організацію освітнього процесу в Полтавському національному технічному університеті імені Юрія Кондратюка»



## 18. Методичне забезпечення

1. Аналітичні аспекти виконання тактичних дій у нападі в баскетболі / Філенко В.М., Литвиненко Н.М. – 2008. – 36 с.
2. Жалій Р.В. Методичні вказівки до практичних занять з дисципліни «Фізичне виховання» для студентів I – III курсів усіх спеціальностей денної форми навчання «Методика стрибків у висоту і довжину з розбігу» – Полтава. – ПолтНТУ, 2012 – 33с.
3. Жалій Р.В. Методичні вказівки до практичних занять із дисципліни «Фізичне виховання»: Добір вправ та методика розвитку швидкісних якостей. – Полтава: ПолтНТУ, 2008. – 18 с.
4. Канзюба В. Кросовий біг. Методичні рекомендації [Текст] / В. Канзюба // Здоров'я та фізична культура. – 2007. – №27. – С. 5 – 8.
5. Караулова С.І. Спортивна ходьба. Біг на короткі дистанції. Аналіз техніки та методика викладання. Мет. рекоменд. з легкої атлетики для студентів факультету фізичного виховання. Запоріжжя, 2004. – 32 с.
6. Клочко Л.И. Аналіз техніки бігу на середні та довгі дистанції. Метод. рекоменд. для студентів факультету фізичного виховання. Запоріжжя.
7. Клочко Л.И. Аналіз техніки бігу на середні та довгі дистанції. Метод. рекоменд. для студентів факультету фізичного виховання. Запоріжжя, 2004. – 33 с.
8. Комплекси спеціальних фізичних вправ для студентів з відхиленнями у стані здоров'я / Погребняк О.А. – 2012. – 70 с.
9. Методичні рекомендації «Розвиток витривалості і сили» / Остапова О.О., Гогоць В.Д. – Полтава. – 2010. – 36 с.
10. Методичні рекомендації до правил гри у фут зал ПНПУ імені В.Г.Короленка / Шаповал Є.Ю., Шостак О.В., Гогоць В.Д. – 2011. – 72 с.
11. Упровадження рухливих ігор та естафет на заняттях фізичного виховання у ВНЗ». / Погребняк О.А. – Полтава – 2011. – 32 с.

## 19. Рекомендована література Базова

1. Волков В. Л. Основи теорії та методики фізичної підготовки студентської молоді.: навч. посіб. – К., 2008. – 256 с.
2. Іващенко В.П. Теорія і методика фізичного виховання. Ч. 1, Ч. 2., навч. посібник для студентів вузів фіз.. виховання / В.П. Іващенко, О.П. Безкопильний. – Черкаси ЦНТЕІ, 2005. – 263 с.
3. Носко М. О. Фізичне виховання і спорт у вищих навчальних закладах при організації кредитно-модульної технології [Текст] : підруч. для каф. фіз. виховання та спорту ВНЗ III-IV рівня вкредитації / Микола Олексійович Носко, Олександр Олександрович Данілов, Валерій Миколайович Маслов. – К. : Слово, 2011. – 264 с.
4. Сергієнко Л.П. практикум з теорії і методики фізичного виховання: навч. посіб. для студ. вищих навч. закладів фіз. виховання і спорту. – Х.: «ОВС». 2007. – 406 с.
5. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів [Текст] : підручник для студ. вищих навч. закл. фіз. виховання і спорту, Ч. 2. – Тернопіль : Навчаль- на книга: Богдан, 2009. – 248 с.

### Допоміжна

1. Антипова Е. П. Формирование физической культуры студентов аудиовизуальными средствами [Текст] // Теория и практика физической культуры. – 2010. – № 3. – С. 48-50.
2. Астафьев В. С. Теоретические аспекты формирования физической культуры личности студентов вузов [Текст] // Теория и практика физической культуры. – 2009. – №8. – С. 21-24.
3. Баранов В. А. Личность в образовательном пространстве физической культуры [Текст] // Социология образования (Журнал). – 2008. – №6. – С. 82-86.

4. Баскетбол [Текст] : підруч. для студ. вищих навч. закл. фіз. виховання і спорту / Леонід Юзефович Поплавський. – К. : Олімпійська література, 2004. – 447 с. – Бібліогр.: С. 442-444.
5. Давиденко Д. Физическая культура и культура здоровья студентов [Текст] // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2010. – № 2. – С. 65-69.
6. Давлетьярова К.В., Солтанова В.Л., Баранова Е.В., Капилевич Л.В., Пашков В.К., Васильев В.Н. Лечебная физическая культура как метод развития адаптационных возможностей организма студентов [Текст] // Теория и практика физической культуры. – 2010. – № 11. – С. 53-56.
7. Давлетьярова К.В., Солтанова В.Л., Капилевич Л.В., Андреев В.И. Формы повышения двигательной активности студентов с нарушением здоровья [Текст] // Физическая культура: Воспитание, образование, тренировка. – 2011. – № 5. – С. 55-58.
8. Дьякова Е.Ю., Болтаева О.Х., Лалаева Г.С., Захарова А.Н. Лечебная физическая культура как форма реализации учебного процесса по физическому воспитанию студентов [Текст] // Теория и практика физической культуры. – 2010. – № 10. – С. 62-63.
9. Іващенко О. В. Загальнорозвиваючі вправи [Текст] : Метод. посіб. / О. В. Іващенко, О. М. Худолій, Т. В. Карпунець ; Харк. держ. педуніверситет ім. Г.С.Сковороди. – Х. : ОВС, 2000. – 60 с. : іл.
10. Комарова Э. П. Становление физической культуры личности в системе высшего образования [Текст] // Мир образования-образование в мире. – 2009. – №2. – С. 180-194.
11. Корягін В.М., Блавт О.З., Безгребельна О.П., Людовік Т.В. Оздоровча фізична культура в житті дорослого населення [Текст] // Теорія та методика фізичного виховання. – 2012. – № 5. – С. 8-11.
12. Маштакова М. Н. Дозированная физическая нагрузка как средство повышения качества жизни студенток неспортивных факультетов [Текст] // Теория и практика физической культуры. – 2010. – № 10. – С. 99-101.

13. Синиця С. В. Оздоровча аеробіка. Спортивно-педагогічне вдосконалення [Текст]: навч. посіб. / Сергій Васильович Синиця, Людмила Єгорівна Шестерова; Полт. нац. пед. ун-т імені В.Г. Короленка, факультет фізичного виховання, каф. теорії і методики фіз. виховання. – Полтава : ПНПУ, 2011. – 236 с. : іл. – Імен. покажч.: с. 227-228. - Предм. покажч.: с. 229-231. - Режим доступу до кн. : <http://library.pdpu.poltava.ua/docs/Cunutsja.doc>. – Бібліогр.: с. 190-197 (53 назви).
14. Соломонко В. В. Футбол [Текст] : підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту / Василь Васильович Соломонко, Геннадій Анатолійович Лісенчук, Олександр Васильович Соломонко. – вид. 2-е, випр. і доп. – К. : Олімпійська література, 2005. – 295 с.
15. Фетисов А. С. Культурологический аспект физической культуры личности [Текст] // Мир образования - образование в мире. – 2010. – № 4. – С. 197-205.

## 20. Інформаційні ресурси

1. Робоча програма навчальної дисципліни «Фізичне виховання» для студентів денної форми навчання. Полтава, 2020 року. (Електронна версія в електронній бібліотеці НУПП).

2. <http://lib.pntu.edu.ua/>
3. <http://lib.pnpu.edu.ua/>
4. <http://www.uni-sport.edu.ua/>.

Джерело: ОП «Фізичне виховання» URL:

<https://nupp.edu.ua/uploads/files/0/doc/disciplines/144/bok33/program.pdf>

(retrieved at 20.08.2023)

**СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ**  
***Наукові публікації, які відображають основні наукові результати***  
***докторської дисертації***

**Статті у наукових періодичних виданнях, включених до переліку**  
**наукових фахових видань України:**

1. Лелека В. М. Програмно-нормативне забезпечення фізичного виховання в США. *Перспективи та інновації науки*. 2023. № 12(30). С. 346–353. DOI : [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-12\(30\)-346-353](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-12(30)-346-353)
2. Leleka V. M. Program standards of physical education in the USA *Вісник науки та освіти*. 2023. № 8(14). С. 306–315. DOI : [https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-8\(14\)-306-314](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-8(14)-306-314)
3. Leleka V. M. Physical education in us universities in the context of experience formation. *Перспективи та інновації науки*. 2023. № 13(31). С. 40–47. DOI : [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-13\(31\)-40-\(4\)](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-13(31)-40-(4))
4. Лелека В. М. Популяризація урядом США здорового способу життя як фактору розвитку фізичного виховання молоді. *Вісник науки та освіти*. 2023. № 9(15). С. 463–371. DOI : [https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-9\(15\)-464-47](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-9(15)-464-47)
5. Leleka V. M. Healthy lifestyle as a factor in the development of physical education of american youth. *Наукові інновації та передові технології*. 2023. № 12(26). С. 457–464. DOI : [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2023-12\(26\)-457-463](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2023-12(26)-457-463)
6. Лелека В. М. Американський досвід організації фізичного виховання у сфері вищої освіти. *Перспективи та інновації науки*. 2023. № 14(32). С. 271–278. DOI : [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-14\(32\)-271-277](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-14(32)-271-277)
7. Лелека В. М. Американська модель регулювання професійного спорту української діаспори. *Наукові записки*. Серія : Педагогічні науки. Кропивницький : ЦДУ ім. В. Винниченка, 2023. Вип. 210. С. 259–263. DOI: <https://doi.org/10.36550/2415-7988-2023-1-210-259-263>

8. Лелека В. М. Становлення та розвиток спортивного руху української діаспори в США. *Наукові записки*. Серія: Педагогічні науки. Кропивницький : ЦДУ ім. В. Винниченка, 2023. Вип. 209. С. 238–241. DOI : <https://doi.org/10.36550/2415-7988-2022-1-209-238-241>
9. Leleka V. M. Organization of physical education in the sphere of higher education of the USA. *Вісник науки та освіти*. 2023. № 10(16). С. 306–313. DOI : [https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-10\(16\)-306-313](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-10(16)-306-313)
10. Лелека В. М. Використання досвіду Америки щодо розвитку фізичної культури в Україні. *Наукові інновації та передові технології*. 2023. № 13(27). С. 741–748. DOI : [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2023-13\(27\)-741-747](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2023-13(27)-741-747)
11. Leleka V. M. Development of physical culture and sports in Ukraine according to the american experience. *Перспективи та інновації науки*. 2023. № 15(33). С. 55–61. DOI : [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-15\(33\)-55-61](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-15(33)-55-61)
12. Лелека В. М. Інформаційні технології в освітньому середовищі навчальних закладів США щодо забезпечення фізичного виховання студентів. *Вісник науки та освіти*. 2023. № 11(17). С. 824–832. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-11\(17\)-824-832](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-11(17)-824-832)
13. Лелека В. М. Здоровий спосіб життя студентів у забезпеченні розвитку фізичної культури. *Вісник науки та освіти*. 2023. Вип. № 12(18). С. 572–580. [https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-12\(18\)-572-580](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-12(18)-572-580)
14. Лелека В. М. Особливості розвитку і функціонування професійного спорту в США. *Наукові інновації та передові технології*. 2024. № 1(29). С. 758–764. DOI : [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-1\(29\)-758-764](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-1(29)-758-764)
15. Лелека В. М. Вплив мас-медіа на розвиток професійного спорту та фізичної культури в США. *Перспективи та інновації науки*. 2024. № 1(35). С. 231–238. DOI : [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-1\(35\)-231-238](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-1(35)-231-238)
16. Leleka V. M. Development of professional sports and physical fitness in the USA. *Вісник науки та освіти*. 2024. Вип. № 1(19). С. 604–611. DOI : [https://doi.org/10.52058/2786-6165-2024-1\(19\)-604-611](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2024-1(19)-604-611)

17. Leleka V. M. Development of us professional sports and physical culture in the context of the mass media. *Наукові інновації та передові технології*. 2024. № 2(30). С. 987–993. DOI : [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-2\(30\)-987-993](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-2(30)-987-993)

18. Лелека В. М., Лісенчук Г. А., Хмельницька І. В., Кокарева С. М., Богатирьов К. О., Тупєєв Ю. В., Борецька Н. О. Фітнес-тренінг як засіб підвищення фізичної підготовленості висококваліфікованих футболістів. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Київ : Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, 2021. № 7(138). С. 77–82. DOI : [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.7\(138\).16](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.7(138).16)

19. Лелека В. М. Шляхи та засоби формування патріотизму студентської молоді у поза навчальній виховній діяльності. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського*. Серія : Педагогічні науки : зб. наук. пр. Миколаїв : МНУ імені В. О. Сухомлинського, 2019. № 3 (66). С. 156–160.

20. Лелека В. М., Бахтін А. М. Групи та рівні мотиваційного прагнення студентської молоді до навчання у вищому навчальному закладі на кафедрі військової підготовки. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського*. Серія : Педагогічні науки : зб. наук. пр. Миколаїв : МНУ імені В. О. Сухомлинського, 2017. № 3(58). С. 17–22.

21. Лелека В. М. Сучасні проблеми та перспективи розвитку фізичного виховання, здоров'я і професійної підготовки студентської молоді. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка*. Серія : Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. Чернігів : ЧДПУ, 2014. Вип. 118. Т. 2. С. 138–140.

22. Лелека В. М., Козубенко О. С. Використання інноваційних технологій викладання біомеханіки у формуванні професійної успішності вчителя фізичної культури. *Науковий вісник Миколаївського державного*

університету імені В. О. Сухомлинського. Серія : Педагогічні науки : зб. наук. пр. Миколаїв : МНУ імені В. О. Сухомлинського, 2012. Вип. 1(39). С. 126–130.

**Статті у виданнях, що індексуються в міжнародних базах даних**

**Web of Science Core Collection та/або Scopus:**

23. Khmelnitska I., Lisenchuk G., **Leleka V.**, Boretska N., Krupenya S., Danko G. Biomechanical control of motor function of junior schoolchildren with hearing impairment. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*. 2021. Vol. 21(4). P. 1806–1813.

URL : <https://efsupit.ro/images/stories/iunie2021/Art%20228.pdf> (**Scopus**)

24. Leibo W., Lisenchuk G., Stasiuk I., Marzec A., Zhigadlo G., **Leleka V.**, Bogatyrev K., Derkach V., Adamenko O., Slavitiak O. Training Process Structure of Highly Skilled Players in Mini-Football during the Competitive Period. *Sport Mont*. 2021. № 19(S2). P. 17–22. DOI : <https://doi.org/10.26773/smj.210903> (**Scopus**)

25. Lisenchuk G., **Leleka V.**, Bogatyrev K., Adamenko O., Bairachny O., Balan B. Relationships between technical-tactical and physical preparedness of 13–14-year-old skilled football goalkeepers. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*. 2021. Vol. 21(6). P. 3439–3444. DOI : <https://doi.org/10.7752/jpes.2021.06466> (**Scopus**)

26. Lisenchuk G., **Leleka V.**, Bogatyrev K., Kokareva S. Adamenko O., Shchekotylyna N., Romanenko S., Krupenya N. Fitness training in functional preparedness of highly qualified football players. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*. 2023. Vol. 23(2). P. 502–509. DOI : <https://doi.org/10.7752/jpes.2023.02062> (**Scopus**)

27. **Leleka V.**, Zabiaka I., Tsviakh O., Grubi T., Vytrykhovska O. Innovative approaches to teaching students in the modern educational information environment in the USA and Great Britain. *Amazonia Investiga*. 2022. Vol. 11(60). P. 156–166. DOI : <https://doi.org/10.34069/AI/2022.60.12.17> (**Web of Science**)



28. **Leleka V.**, Loiuk O., Maidanyk O., Ilichuk L., & Shapochka K. Possibilities of using smart technologies in the higher education system for high-quality training of specialists. *Revista Eduweb*. 2023. Vol. 17(4). P. 165–182. DOI: <https://doi.org/10.46502/issn.1856-7576/2023.17.04.16> (**Web of Science**)

29. **Leleka V.**, Khrolenko M., Kushnir A., Protsenko I., & Petriv A. Theoretical and methodological approaches to the educational potential of students in higher education institutions. *Amazonia Investiga*. 2023. Vol. 12(71). P. 162–174. DOI : <https://doi.org/10.34069/AI/2023.71.11.14> (**Web of Science**)

### **Монографія:**

30. Лелека В. М. Теоретичні концепції та методології розвитку фізичної активності міжнародного та європейського досвіду серед студентської громади. *Сучасна освіта в Україні: особливості розвитку в умовах воєнного стану та повоєнні перспективи*: кол. моногр. / за заг. редакцією проф. Я. В. Галети; наук. ред. проф. Т. Я. Довга. Дніпро : Середняк Т. К., 2024. С. 364–390. DOI : <https://doi.org/10.36550/978-617-8139-92-6>

***Наукові публікації, які додатково відображають наукові результати докторської дисертації***

### **Тези в матеріалах науково-практичних конференцій:**

31. Leleka V. M. Optimization of the personnel structure of state policy for specific sports. *Теорія і практика цифрового навчання в сучасних закладах освіти* : матер. Всеукр. вебконф. (Вінниця, 25 травня 2023 р.). Вінниця, 2023. С. 109–111.

URL: [http://ito.vspu.net/konferenc/konf\\_digital\\_education/2023/Leleka\\_V.pdf](http://ito.vspu.net/konferenc/konf_digital_education/2023/Leleka_V.pdf)

32. Leleka V. M. State policy of the formation of physical and sports public organizations. *Теорія і практика цифрового навчання в сучасних закладах освіти* : матер. Всеукр. вебконф. (Вінниця, 26 травня 2022 р.). Вінниця, 2022. С. 187–189.

URL: [http://ito.vspu.net/konferenc/konf\\_digital\\_education/2022/Leleka\\_V.pdf](http://ito.vspu.net/konferenc/konf_digital_education/2022/Leleka_V.pdf)

33. Leleka V. M. Peculiarities of management and staffing in the field of physical culture and sports. *Інноваційні технології навчання в епоху цивілізаційних змін* : матер. Всеукр. вебконф. (Вінниця, 17 листопада 2022 р.). Вінниця, 2022. С. 157–159. URL: [http://ito.vspu.net/konferenc/konf\\_inn\\_tech/2022/Leleka\\_V.pdf](http://ito.vspu.net/konferenc/konf_inn_tech/2022/Leleka_V.pdf)

34. Leleka V. M. Organization of physical and health and sports activities for persons with disabilities regarding increasing the efficiency of state policy. *Теорія і практика смарт навчання у професійній освіті* : матер. V Всеукр. вебконф. (Вінниця, 3 червня 2021 р.). Вінниця, 2021. С. 112–114. URL: [http://ito.vspu.net/konferenc/konf\\_teor\\_SMART/2021/Leleka\\_V.pdf](http://ito.vspu.net/konferenc/konf_teor_SMART/2021/Leleka_V.pdf)

35. Лелека В. М. Пріоритети громадських організацій фізкультурно-спортивної спрямованості громадян України. *Сучасні аспекти модернізації науки: стан, проблеми, тенденції розвитку*: матер. XLIV Міжнар. наук.-практ. конф. (Умео, Швеція, 07 травня 2024 р.). Умео, Швеція, 2024. С. 72–74. URL: <http://perspectives.pp.ua/public/site/conferency/conf-44.pdf>

36. Лелека В. М. Підвищення ефективності державної політики в організації фізкультурно-оздоровчої та спортивної діяльності особам з інвалідністю. *Сучасні аспекти модернізації науки: стан, проблеми, тенденції розвитку*: матер. XLIII Міжнар. наук.-практ. конф. (Пештера, Болгарія, 07 квітня 2024 р.). Пештера, Болгарія, 2024. С. 124–127. URL: <http://perspectives.pp.ua/public/site/conferency/conf-43.pdf>

#### **Інші видання:**

37. Лелека В. М. Професійний спорт в контексті політики стимулювання розвитку місцевої економіки. *Актуальні проблеми сучасної педагогічної науки і науково-педагогічних досліджень у контексті інтеграції до європейського освітнього простору*: зб. наук. пр. / редкол. : Р. С. Гуревич (голова) [та ін.]; Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського. Вінниця: ТОВ фірма «Друк плюс», 2023. Вип. 18. С. 113–117.

## Довідки про впровадження результатів дисертації



**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД**  
**«ХАРКІВСЬКА ГУМАНІТАРНО-ПЕДАГОГІЧНА АКАДЕМІЯ»**  
**ХАРКІВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ**

61001, м. Харків, провулок Руставелі, 7, тел/ факс (057) 732-46-30, e-mail hgpa@kharkov.com  
 Розрахунковий рахунок UA428201720344200004000032413, UA828201720344291004200032413,  
 UA858201720344201004300032413 Держказначейська служба України м.Київ  
 МФО 820172, Код 02125591

17 04 2024 № ДП-12/23/11

на № \_\_\_\_\_ від \_\_\_\_\_

**Довідка**

**про впровадження результатів дисертаційного дослідження**  
**Віталія Миколайовича Лелеки на тему «Теоретичні та методичні засади**  
**виховання фізичної культури студентів в університетах**  
**Сполучених Штатів Америки»,**  
**поданого на здобуття наукового ступеня доктора педагогічних наук**  
**за спеціальністю 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти**

Апробація та впровадження результатів дисертаційного дослідження В. М. Лелеки «Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів в університетах Сполучених Штатів Америки» здійснювалася упродовж 2021-2023 навчальних років в освітньому процесі Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради.

Теоретичне значення дослідження В. М. Лелеки щодо теоретичних і методичних підходів до фізичного виховання в університетах США дало змогу розширити наукове розуміння фізичного виховання і визначити оптимальні підходи до його практичної реалізації.

Апробація матеріалів дисертаційного дослідження засвідчила ефективність запропонованої системи фізичного виховання щодо використання сучасних інноваційних підходів і технології для покращення ефективності та результативності навчання, зокрема щодо використання спеціалізованих програмних засобів та додатків для відстеження фізичної активності, використання віртуальної реальності та інтерактивних тренувань для підвищення зацікавленості студентів та покращення їх моторних навичок.

Упровадження матеріалів дисертаційного дослідження В. М. Лелеки «Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів в університетах Сполучених Штатів Америки» дає підстави стверджувати про вагоме теоретичне та практичне значення отриманих здобувачем результатів.

Проректор з наукової  
та інноваційної діяльності



Іван СТЕПАНЕЦЬ



УКРАЇНА

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ЧЕРКАСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦЬКОГО

бульвар Шевченка, 81, м. Черкаси, 18031, тел./факс: (0472) 354463, 372142  
e-mail: cic@cdu.edu.ua Код ЄДРПОУ 02125622

24.04.2024 № 242/04-а

на № \_\_\_\_\_

**ДОВІДКА**

**про впровадження результатів дисертації Віталія Миколайовича Лелеки  
«Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів в  
університетах Сполучених Штатів Америки», поданої на здобуття наукового  
ступеня доктора педагогічних наук за спеціальністю**

**13.00.04 – теорія і методика професійної освіти**

Матеріали докторської дисертації Лелеки Віталія Миколайовича «Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів в університетах Сполучених Штатів Америки» впродовж 2021 – 2023 н. р. використовувалися в освітньому процесі Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького.

Дослідження Лелеки Віталія Миколайовича щодо системи фізичного виховання в університетах США базується на комплексному підході, який поєднує наукові принципи з реаліями практичного застосування. Дослідження в цій галузі, ґрунтується на наукових теоріях і концепціях, що дало змогу відобразити сучасне розуміння фізичного виховання і його впливу на здоров'я та добробут студентів.

Заслугують на схвалення розроблені дисертантом на засадах обґрунтованої концепції дослідження навчальні посібники з теорії та методики фізичного виховання щодо розвитку різноманітних фізичних навичок і компетенцій студентів; розвитку моторних навичок, фізичної витривалості, сили, гнучкості та координації, а також навичок командної роботи, спортивної стратегії та управління ризиками, які застосовувалися під час викладання методики навчання фізкультурної освітньої галузі у студентів спеціальності 013 Початкова освіта, освітнього ступеня «бакалавр».

Апробація матеріалів дисертаційного дослідження засвідчила ефективність запропонованих ним трансформацій як окремих освітніх програм з фізичного виховання, так і культури фізичного виховання в університетах України загалом та дає підстави рекомендувати результати дослідження для використання в освітньому процесі закладів вищої освіти.

Впровадження матеріалів дисертаційного дослідження Лелеки Віталія Миколайовича «Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів в університетах Сполучених Штатів Америки» було обговорено на засіданні кафедри початкової освіти (протокол від 24.04.2024 р. №24).

Перший проректор



В. М. Мойсієнко





МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
**ГЛУХІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**  
**ІМЕНІ ОЛЕКСАНДРА ДОВЖЕНКА**  
 (ГЛУХІВСЬКИЙ НПУ ім. О. ДОВЖЕНКА)

Вул. Київська, 24, м. Глухів, Сумська обл., 41400, Тел.: (05444) 2-34-27,  
 факс: (05444) 2-34-74

E-mail: [gnpuoffice@gmail.com](mailto:gnpuoffice@gmail.com), [gnpuoffice@gnpu.edu.ua](mailto:gnpuoffice@gnpu.edu.ua)  
 код ЄДРПОУ 02125527

*29.04.2024р. № 727*

**ДОВІДКА**

**про впровадження результатів дисертації В.М.Лелеки  
 «Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів в  
 університетах Сполучених Штатів Америки», представленої на здобуття наукового  
 ступеня доктора педагогічних наук  
 за спеціальністю 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти**

Апробація матеріалів докторської дисертації В.М.Лелеки «Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів в університетах Сполучених Штатів Америки», здійснювалася упродовж 2021-2023 рр. в Глухівському національному педагогічному університеті імені Олександра Довженка.

Окрему цінність має один із ключових аспектів теоретичного рівня дослідження, саме використання інтердисциплінарного підходу, що враховує знання з фізіології, психології, соціології, педагогіки та інших наукових галузей. Це дозволило зрозуміти вплив фізичної активності на різні аспекти життя студентів, включаючи їх фізичне, психічне та соціальне благополуччя.

Створені й адаптовані автором дослідження надають системі фізичного виховання гнучкості, враховуючи індивідуальні потреби та можливості студентів. Для різних студентів, які мають різний рівень фізичних здібностей та інтересів створено різноманітні програми та активності, які б задовольняли потреби всіх студентів. Додатково система підтримує студентів з фізичними обмеженнями, забезпечуючи адаптовані програми та доступ до необхідних ресурсів.

Практичний рівень дослідження В.М.Лелеки забезпечує можливість трансформації як окремих освітніх програм з фізичного виховання, так і культури фізичного виховання в університеті.

Упровадження в освітній процес обґрунтованих у дисертації рекомендацій і положень сприяло активізації системного підходу, співпраці між університетами, адміністрацією та студентськими організаціями, що забезпечило належну фізичну підготовку та збереження здоров'я студентів.

Довідка про впровадження результатів дисертації В.М.Лелеки «Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів в університетах Сполучених Штатів Америки» видана для подання до спеціалізованої вченої ради Центральноукраїнського державного університету імені Володимира Винниченка.

Результати наукового дослідження В.М.Лелеки було обговорено й схвалено на засіданні кафедри теорії і методики фізичного виховання Глухівського національного педагогічного університету імені Олександра Довженка 25 квітня 2024 р. (протокол № 9). Зазначено доцільність використання розробленої автором системи виховання фізичної культури у закладах вищої освіти.

В.о. ректора



Олександр КУРОК

**Класичний  
Приватний  
Університет**

Україна, 69002      тел. (061) 787-33-96  
м. Запоріжжя,      (061) 764-67-50  
Жуковського, 70 "Б"      факс (061) 228-07-78



**CLASSIC  
PRIVATE  
UNIVERSITY**

70 "B", Zhukovskogo st., tel. (061) 787-33-96  
69002 Zaporizhja,      (061) 764-67-50  
UKRAINE      fax (061) 228-07-78

№ 315

“ 30 ” 04 2024 р.

## ДОВІДКА

про впровадження результатів дисертації Віталія Миколайовича Лелеки  
**«Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів  
в університетах Сполучених Штатів Америки»,**  
поданої на здобуття наукового ступеня доктора педагогічних наук за  
спеціальністю 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти

Матеріали докторської дисертації В. М. Лелеки «Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів в університетах Сполучених Штатів Америки» впродовж 2021-2023 н р. використовувалися в освітньому процесі Класичного приватного університету.

Апробація матеріалів дисертаційного дослідження засвідчила ефективність забезпечення інтегрованого підходу: фізичне виховання в університеті було пов'язане з іншими дисциплінами та галузями знань; інтегрований підхід до фізичного виховання допомагає створити зв'язки з академічними предметами, такими як біологія, фізіологія, психологія та інші, що розширює розуміння студентів про вплив фізичної активності на різні аспекти життя; такий підхід сприяє глибшому осмисленню та застосуванню знань про здоров'я та фізичну активність у практичному житті студентів.

Наукова цінність та квінтесенція дисертаційного дослідження В. М. Лелеки дозволила визначити ряд протиріч, а саме: між загальною та спеціалізованою фізичною підготовкою; між академічним та фізичним навантаженням; між обов'язковими та добровільними заняттями; між теоретичним і практичним підходами; між індивідуальними потребами та загальним підходом; між обмеженими ресурсами та інфраструктурою; між нормативами та реальною практикою; між оцінюванням та розвитком, які потребували системного розв'язання та вирішення в освітньому процесі.

Аналіз результатів впровадження матеріалів дисертаційної роботи «Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів в університетах Сполучених Штатів Америки» свідчить про ґрунтовність і вагому науково-теоретичну та прикладну цінність виконаного дослідження.

Ректор

Класичного приватного університету



Віктор ОГАРЕНКО





**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**  
**імені В. О. СУХОМЛИНСЬКОГО**

вул. Нікольська, 24, м. Миколаїв, 54006, тел.: (0512) 37-88-38, факс: (0512) 37-88-15  
 E-mail: [office@mdu.edu.ua](mailto:office@mdu.edu.ua) Web: [www.mdu.edu.ua](http://www.mdu.edu.ua) Код ЄДРПОУ 02125444

08.05.2024 № 01-12/01/222 На № \_\_\_\_\_ від \_\_\_\_\_

### Довідка

про впровадження результатів дисертаційного дослідження В. М. Лелеки  
**«Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів  
 в університетах Сполучених Штатів Америки»**, поданого на здобуття  
 наукового ступеня доктора педагогічних наук за спеціальністю

13.00.04 – теорія і методика професійної освіти

Розроблені дисертантом матеріали впродовж 2021-2023 навчальних років застосовувались під час освітнього процесу в Миколаївському національному університеті імені В. О. Сухомлинського.

Відповідно до рекомендацій дисертаційного дослідження, регулярне заняття фізичними вправами в університеті сприяло покращенню концентрації уваги та здатності до навчання, що вплигло на якість освіти та досягнення студентами академічних цілей.

Додаткової позитивної уваги заслуговує дисертаційне дослідження В. М. Лелеки в контексті з фізичною підготовкою, яка сприяє соціальній взаємодії та формуванню позитивних стосунків серед студентів. Групові фізичні заняття, спортивні команди створюють сприятливу атмосферу для спілкування, співпраці та розвитку лідерських навичок, сприяють створенню сильніших комунітетів студентів.

Заслуговує на схвальну оцінку запропоновані автором наукові підходи на методологічному рівні, а саме:

- синергетичний підхід, який сприяє інтеграції та підсиленню різноспрямованих методологічних та концептуальних підходів;
- системний підхід, який забезпечує логічність та взаємообумовленість елементів дослідження;
- культурологічний підхід спрямований на дослідження перспективного та інноваційного досвіду з метою його застосування для підвищення ефективності системи фізичного виховання в університетах України.

Становить теоретичну і прикладну цінність дослідження запропоновані джерела інновацій та кращі практики США та України для вдосконалення фізичного виховання в університеті.

Впровадження інноваційних методик в освітній процес, що ґрунтуються на останніх технічних та наукових розробках дало змогу підвищити ефективність системи фізичного виховання в Миколаївському національному університеті імені В. О. Сухомлинського.

Довідку про впровадження результатів дисертаційного дослідження обговорено та затверджено на засіданні кафедри фізичної культури та спорту (протокол № 11 від 05.04.2024р.).

Проректор з науково-педагогічної роботи



Анатолій ОВЧАРЕНКО





МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ КОРАБЛЕБУДУВАННЯ  
ІМЕНІ АДМІРАЛА МАКАРОВА**

54007, м. Миколаїв, пр. Героїв України 9, тел./факс +38(0512) 42-42-80, e-mail: university@nuos.edu.ua

Дата 08.05.2024 № 69-01/1919

**Довідка**

про впровадження результатів дисертаційного дослідження Віталія Миколайовича Лелеки  
**«Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів в  
університетах Сполучених Штатів Америки»,**  
поданого на здобуття наукового ступеня доктора педагогічних наук за спеціальністю  
13.00.04 – теорія і методика професійної освіти

Матеріали докторської дисертації В.М.Лелеки «Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів в університетах Сполучених Штатів Америки» впродовж 2021-2023 рр. використовувалися в освітньому процесі Національного університету кораблебудування імені адмірала Макарова.

Наукова цінність дисертаційного дослідження В.М.Лелеки дозволила визначити ряд протиріч, а саме: між загальною та спеціалізованою фізичною підготовкою; між академічним та фізичним навантаженням; між обов'язковими та добровільними заняттями; між теоретичним і практичним підходами; між індивідуальними потребами та загальним підходом; між обмеженими ресурсами та інфраструктурою; між нормативами та реальною практикою; між оцінюванням та розвитком, які потребували системного розв'язання та вирішення в освітньому процесі.

Відповідно до рекомендацій дисертаційного дослідження, регулярне заняття фізичними вправами в університеті сприяло покращенню концентрації уваги та здатності до навчання, що впливло на якість освіти та досягнення студентами академічних цілей.

Додаткової позитивної уваги заслуговує дисертаційне дослідження В.М.Лелеки в контексті з фізичною підготовкою, яка сприяє соціальній взаємодії та формуванню позитивних стосунків серед студентів.

Становить теоретичну і прикладну цінність дослідження запропоновані джерела інновацій та кращі практики США та України для вдосконалення фізичного виховання в університеті.

Впровадження інноваційних методик в освітній процес, що ґрунтуються на останніх технічних та наукових розробках дало змогу підвищити ефективність системи фізичного виховання в Національному університеті кораблебудування імені адмірала Макарова.

Довідку про впровадження результатів дисертаційного дослідження обговорено та затверджено на засіданні кафедри фізичного виховання та спорту (протокол № 9 від 11.04.2024р.).

Довідку про впровадження результатів дисертаційного дослідження обговорено та затверджено на засіданні кафедри теоретичних основ олімпійського та професійного спорту (протокол № 9 від 30.04.2024р.).

Завідувач кафедри  
фізичного виховання та спорту

  
Олександр ЯЦУНСЬКИЙ

Завідувач кафедри теоретичних основ  
олімпійського та професійного спорту

  
Віктор ДЕРКАЧ

Проректор з науково-педагогічної роботи

  
Сергій СЛОБОДЯН





МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
 ДЕПАРТАМЕНТ ОСВІТИ І НАУКИ  
 МИКОЛАЇВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ДЕРЖАВНОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ  
**МИКОЛАЇВСЬКИЙ ОБЛАСНИЙ ІНСТИТУТ  
 ПІСЛЯДИПЛОМНОЇ ПЕДАГОГІЧНОЇ ОСВІТИ**  
 54001 м. Миколаїв, вул. Адміральська, 4-а, тел./факс 37 85 89  
<http://www.moippo.mk.ua>, e-mail: [moippo@moippo.mk.ua](mailto:moippo@moippo.mk.ua)

№ 463/17-23  
 від 08.05.2024  
 на № \_\_\_\_\_  
 від \_\_\_\_\_

### Довідка

про впровадження результатів дисертаційного дослідження В. М. Лелеки  
**«Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів  
 в університетах Сполучених Штатів Америки»**, поданого на здобуття  
 наукового ступеня доктора педагогічних наук за спеціальністю  
 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти

Результати докторської дисертації Лелеки Віталія Миколайовича «Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів в університетах Сполучених Штатів Америки» впроваджувалися в освітній процес Миколаївського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти. Розроблені дисертантом матеріали впродовж 2021–2023 років застосовувалися під час проведення аудиторних та позааудиторних занять на курсах підвищення кваліфікації педагогів Миколаївської області.

Визначена й обґрунтована концепція сприяє вдосконаленню фізичної активності, що є необхідною складовою загального розвитку молодших поколінь. Теоретична цінність методичних розробок і наукових напрацювань В. М. Лелеки полягає в поглибленні знань педагогів щодо принципів побудови ефективних програм тренувань, добору спортивних ігор, організації заходів активного відпочинку та застосування різних технологічних інновацій, підходів для залучення здобувачів освіти до регулярної фізичної активності. Зазначене вище дисертаційне дослідження має практичне значення, оскільки спрямоване на вдосконалення професійних компетенцій педагогів зі здоров'язберезувальної компетентності – здатності людини планувати й реалізовувати життєдіяльність у спосіб, сприятливий для свого здоров'я та соціуму.

Важливим аспектом наукової роботи є аналіз системи фізичного виховання в США з метою виявлення її особливостей та можливості використання отриманих результатів у закладах освіти України.



Апробація результатів дисертаційного дослідження В. М. Лелеки засвідчила доцільність їх використання в підготовці до лекційних курсів, практичних і тренінгових занять, практикумів, семінарів-практикумів, методичних студій, педагогічних майстерень, творчих груп, робочих зустрічей, які регулярно проводяться з педагогічними працівниками закладів освіти Миколаївської області.

Результати апробації та впровадження дисертаційного дослідження В. М. Лелеки «Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів в університетах Сполучених Штатів Америки» обговорено та схвалено на засіданні кафедри педагогіки, психології та менеджменту освіти Миколаївського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти (протокол від 07 квітня 2024 року № 4).

Т. в. о. директора МОІППО



Вікторія СТОЙКОВА



**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**ДРОГОБИЦЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**  
**імені ІВАНА ФРАНКА**

вул. Івана Франка, 24, м. Дрогобич, Львівська обл., 82100; тел./факс: (03244) 1-04-74, тел.: (03244) 3-38-77  
 e-mail: dspu@dspu.edu.ua, вебсайт: http://dspu.edu.ua, код згідно з ЄДРПОУ 02125438

Від 09. 05. 2024 р. № 596

На № \_\_\_\_\_ від \_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

**Довідка**

про впровадження результатів дисертаційного дослідження В.М.Лелеки  
 «Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів в  
 університетах Сполучених Штатів Америки»,  
 поданого на здобуття наукового ступеня доктора педагогічних наук

за спеціальністю 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти

Матеріали докторської дисертації В.М.Лелеки «Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів в університетах Сполучених Штатів Америки» впродовж 2021-2023 рр. використовувалися в освітньому процесі Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка.

Заслужують на позитивну оцінку систематизованість концептуальних та методологічних аспектів, які сприяють досягненню оптимальних результатів у фізичному вихованні студентів на прикладі системи фізичного виховання в США.

Становлять теоретичну і прикладну цінність матеріали дослідження щодо принципів побудови ефективних програм тренувань, ігрових форм, активного відпочинку, технологічних інновацій та інших підходів, які сприяють залученню студентів до регулярної фізичної активності;

Підтвердили свою ефективність визначені автором кваліфікаційні вимоги до викладачів фізичного виховання, що обумовлюють їхнє постійне прагнення до саморозвитку та впровадження інноваційних педагогічних технологій.

Упровадження в освітню практику рекомендації і положень дисертаційного дослідження В.М.Лелеки сприяло активізації та вдосконаленню підходів до оцінювання результатів фізичного виховання, через аналіз новітніх методів оцінювання фізичної активності, функціонального стану, здоров'я та інших параметрів, пов'язаних з фізичним вихованням в університетах США. Це дозволяє об'єктивно визначати

ефективність програм та ідентифікувати потреби студентів у покращенні фізичної форми та здоров'я.

Впровадження матеріалів дисертаційного дослідження В.М.Лелеки «Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів в університетах Сполучених Штатів Америки» дає підстави стверджувати про вагоме теоретичне та практичне значення одержаних результатів.

Результати дисертаційного дослідження В.М.Лелеки «Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів в університетах Сполучених Штатів Америки» отримали схвальні відгуки та були позитивно оцінені на засіданні кафедри загальної педагогіки та дошкільної освіти (протокол № 5 від 16 квітня 2024 р.).

Завідувач кафедри загальної педагогіки  
та дошкільної освіти,  
доктор педагогічних наук, професор

Тетяна ПАНТЮК

Ректор Дрогобицького державного  
педагогічного університету імені Івана Франка,  
доктор філософських наук, професор



Валентина БОДАК





**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**ВОЛИНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ЛЕСІ УКРАЇНКИ**

просп. Волі, 13, м. Луцьк, 43025, тел. (0332) 24-10-07, (0332) 72-01-23  
 ел. пошта: post@vnu.edu.ua, web: http://www.vnu.edu.ua, код ЄДРПОУ 02125102

10.05.2024 № 03-24/01/1355

на № \_\_\_\_\_ від \_\_\_\_\_

**ДОВІДКА**

**про впровадження результатів дисертації Віталія Миколайовича Лелеки  
 «Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів  
 в університетах Сполучених Штатів Америки», поданої на здобуття  
 наукового ступеня доктора педагогічних наук за спеціальністю**

13.00.04 – теорія і методика професійної освіти

Апробація матеріалів докторської дисертації В.М. Лелеки «Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів в університетах Сполучених Штатів Америки», здійснювалася упродовж 2021–2023 рр. у Волинському національному педагогічному університеті ім. Лесі Українки. Окрему цінність має один із ключових аспектів теоретичного рівня дослідження, саме використання інтердисциплінарного підходу, що враховує знання з фізіології, психології, соціології, педагогіки та інших наукових галузей. Це дозволило зрозуміти вплив фізичної активності на різні аспекти життя студентів, включаючи їх фізичне, психічне та соціальне благополуччя.

Відзначаємо доцільність використання розробленої автором системи виховання фізичної культури у закладах вищої освіти. Створені й адаптовані автором дослідження надають системі фізичного виховання гнучкості, враховуючи індивідуальні потреби та можливості студентів. Для різних студентів, які мають різний рівень фізичних здібностей та інтересів створено різноманітні програми та активності, які б задовольняли потреби всіх студентів. Додатково система підтримує студентів з фізичними обмеженнями, забезпечуючи адаптовані програми та доступ до необхідних ресурсів. Упровадження в освітній процес обґрунтованих у дисертації рекомендацій і положень сприяло активізації системного підходу, співпраці між університетами, адміністрацією та студентськими організаціями, що забезпечило належну фізичну підготовку та збереження здоров'я студентів.

Впровадження матеріалів дисертаційного дослідження В.М. Лелеки «Теоретичні та методичні засади виховання фізичної культури студентів в університетах Сполучених Штатів Америки» дає підстави стверджувати про вагоме теоретичне та практичне значення одержаних результатів.

Ректор

Анатолій ЦЬОСЬ

Наталія Белікова  
0504382999