

Внесення таких змін, на нашу думку, має підвищити рівень безпеки учасників подорожей, а також унормувати дії керівників заходів освітнього туризму у складних умовах воєнного часу.

Список використаних джерел

1. Конституція України. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/254%D0%BA/96-%D0%B2%D1%80#Text>.
2. Про правовий режим воєнного часу. Закон України. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/389-19#Text>
3. Подорожі під час війни: яких правил безпеки варто дотримуватись. Державне агентство з розвитку туризму. Режим доступу: <https://www.tourism.gov.ua/blog/podorozhi-pid-chas-viyini-yakih-pravil-bezpeki-varto-dotrimuvatis>
4. Про затвердження нормативно-правових актів, які регламентують порядок організації туристсько-краєзнавчої роботи. Наказ Міністерства освіти і науки України від 02.10.2014 № 1124. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1340-14#n8>

УДК 796:159.9:37.02

Наунець Євгеній Олександрович,
*старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту
Київського національного університету будівництва і архітектури;*
Бондаренко Владислав Павлович,
*здобувач першого бакалаврського рівня, групи ФВС-22
Київського національного університету будівництва і архітектури*

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСНОВИ СПОРТИВНОЇ ДИДАКТИКИ

Психологічні основи спортивної дидактики – це цілеспрямований процес формування та вдосконалення психічних якостей спортсмена, що забезпечують успішну підготовку та досягнення результатів. Він включає в себе базову, тренувальну та змагальну психологічну підготовку, спрямовану на розвиток ментальної стійкості, концентрації, мотивації та інших необхідних навичок. Психологічна підготовка, це комплекс заходів для розвитку психіки спортсмена. Вона поділяється на: базову, формування основних психічних якостей. Тренувальну, підготовка до тренувань та процесів навчання. Змагальну, включає передзмагальну, змагальну та післязмагальну психологічну підготовку. Вибір методів залежить від віку, кваліфікації, завдань та інших факторів. До них належать: практичні методи, фізичні вправи, що є основою фізичного виховання. Словесні методи, пояснення, інструкції, бесіди. Наочні методи, демонстрація, показ відеоматеріалів. Спортивний психолог, це фахівець, який допомагає спортсменам та командам у досягненні психологічного балансу та максимальної продуктивності, а також у подоланні труднощів. Психологічні аспекти реалізуються через загальнопедагогічні принципи, такі як: спрямованість на максимальні досягнення; поглиблена спеціалізація та індивідуалізація; єдність загальної та спеціальної підготовки; безперервність та циклічність тренувального процесу; хвилеподібна динаміка навантажень.

Психологічний супровід є важливим сучасним компонентом в системній роботі зі спортсменами, доповнює навчально-тренувальну і змагальну діяльність і сприяє розвитку не тільки майстерності і фізичних якостей спортсмена, а й формуванню обумовлених діяльністю суб'єктивних властивостей особистості. Психологічний супровід в спорті розглядається фахівцями як інтегративна технологія, що сприяє в досягненні максимальних для суб'єктів спортивної діяльності результатів і створенню сприятливих умов для професійного та особистісного розвитку на всіх етапах спортивної кар'єри. Сьогодні на рівні спорту вищих досягнень необхідність психолого-педагогічного супроводу не тільки спортсменів та спортивних команд, а й тренерів підкреслюється багатьма науковцями та спортивними психологами.

Специфічність умов, існуючих при заняттях фізичною культурою і спортом, визначається предметом діяльності як способу виділення об'єкта дослідження. Ним є людина, яка свідомо оволодіває рухами свого тіла. Людина цілеспрямовано розвиває фізичні якості (силу, швидкість, витривалість, спритність та гнучкість), удосконалює психічні процеси, стани і якості особистості, вчиться керувати собою у різних соціальних умовах спортивної діяльності (співпраця, протидія), формує загальні та спеціальні алгоритми дій (уміння та навички), необхідні для успішної реалізації фізичної та психічної активності в умовах власної життєдіяльності.

Психологія спорту тісно пов'язана з багатьма галузями наукових знань, що вивчають людину в умовах спортивної діяльності – загальною теорією спорту, теорією та методикою фізичного виховання, спортивною фізіологією, біомеханікою, педагогікою та ін. Спортивні науки покликані скласти сферу теоретичних знань в області спортивної діяльності людини. Вони направлені на розробку основ фізичної, технічної і тактичної підготовки і діяльності спортсмена для побудови оптимальних умов індивідуальної і колективної готовності до змагань та успішного виступу на них.

Варто врахувати, що спортивна діяльність є специфічною, вона суттєво відрізняється від інших видів діяльності цілями, мотивами, умовами, засобами і досягнутими результатами. Сфера спортивної діяльності - це підготовка до змагань і участь у них, що потребує від спортсменів спеціальних якостей, навичок, знань та умінь, граничної напруги фізичних і духовних сил в екстремальних умовах. Міжособистісна взаємодія у спортивних командах також має свої механізми формування та функціонування, а керування спортивним колективом та організація оптимального психологічного клімату у команді потребує спеціальних знань та умінь. Тому, психологія спорту орієнтується і використовує результати, перш за все, власних психологічних досліджень в різних сферах спортивної діяльності.

Список використаних джерел

1. Сердюк Л.З., Шамич О.М. Психологічні основи самореалізації особистості. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – 2016. – Том. V: Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія. – Випуск 16. – С.150-157. <http://appsychology.org.ua/data/jrn/v5/i16/19.pdf>
2. Шамич О.М. Психологічні основи самореалізації паралімпійців : [монографія] / О.М. Шамич. – К. : Талком, 2019. – 309 с.
3. Шамич, О. М., & Іваннікова, Г. В. (2023). Аналіз методологічних та психолого-педагогічних аспектів фахової підготовки тренерів-викладачів фізичного виховання та спортивних педагогів. In The 5th International scientific and practical conference “Progressive research in the modern world” (February 1-3, 2023). BoScience Publisher, Boston, USA, 377–384. URL: <http://surl.li/qdhotn>
4. Шамич О. М., Костенко М. П. Організація та регулювання як функції управління у професійній діяльності тренера-викладача фізичного виховання та спортивного педагога // Міжнародний науковий журнал "Інтернаука". — 2023. — №2. <https://doi.org/10.25313/2520-2057-2023-2-8588>
5. Шамич О.М. Поняття та структура природного права людини на охорону здоров'я / О. М. Шамич // Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами: [зб. наук. пр.]. –К., –2014. – № 11. – С. 75-92. <https://ap.uu.edu.ua/article/23>

УДК 378.018.8:159.9

Нежинська Олена Олександрівна,

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри психології та педагогіки

Національного технічного університету України

«Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського»

КОУЧИНГОВИЙ ПІДХІД У ПРОФЕСІЙНОМУ СТАНОВЛЕННІ ТА РОЗВИТКУ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ

Сучасні реалії війни в Україні, суспільні трансформації та динамічні зміни у багатьох сферах висувають перед системою вищої освіти завдання формувати вільну, відповідальну, сильну та суспільно активну особистість. Вона має бути здатною до свідомого вибору, прийняття відповідальних рішень і адаптації до нових викликів. Це завдання набуває особливого значення, адже якість модернізаційних процесів у вищій освіті значною мірою залежить від того, як впроваджуються інновації, їхніх особливостей та потенціалу навчального середовища закладу освіти.

Одним із дієвих інструментів інноваційних змін є коучинговий підхід, що забезпечує умови для розвитку особистості майбутнього фахівця. Він сприяє розкриттю потенціалу людини, прийняттю самостійних рішень у складних