

полягатимуть в негативних наслідках використання радикальних аспектів його ідей.

Таким чином, вивчення українського націоналізму в рамках історії забезпечує комплексний підхід до аналізу національної ідеї та її впливу на розвиток української державності.

Список використаних джерел

1. Нова українська школа: концептуальні засади реформування середньої школи. URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf> (дата звернення: 10.02.2025 р.)
2. Атаманюк З.М. Національно орієнтована освіта в Україні. *Перспективи. Соціально-політичний журнал*. №1. 2022. С. 64–69.
3. Березюк О.С. Національний компонент в освітньо-виховних системах навчальних установ. *Вісник ЖДУ імені Івана Франка* №25. С. 109–112.
4. Козловець М.А. Національна ідентичність українців: посттоталітарний дискурс. *Збірник наукових праць за матеріалами Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю «Тоталітаризм як система знищення національної пам'яті», 11-12 червня 2020 року*. Львів: Друкарня Львівського національного медичного університету імені Данила Галицького, 2020. С. 234–238.

УДК 796.093.61/.62:355]:796.011.1-053.6

Соловей Нікіта Андрійович

аспірант кафедри фізичної культури та спорту

Національний університет

«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

ВІЙСЬКОВО-СПОРТИВНІ БАГАТОБОРСТВА ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ СТІЙКОСТІ ТА САМОДИСЦИПЛІНИ У СУЧАСНОЇ МОЛОДІ

Сучасні соціальні виклики, військова агресія проти України та потреба у фізично й морально стійкому поколінні зумовлюють необхідність переосмислення підходів до виховання молоді. Одним із дієвих інструментів цього процесу стають військово-спортивні багатоборства — комплексна система фізичного, психічного та морального загартування, що поєднує спортивну підготовку з елементами військової дисципліни. Такі види діяльності не лише зміцнюють фізичне здоров'я, а й формують риси характеру, потрібні для життя в умовах постійних змін і стресів: самодисципліну, відповідальність, стійкість, витримку та здатність до самоконтролю[1, с 12].

Метою даної роботи є аналіз впливу занять військово-спортивними багатоборствами на процес формування особистісної стійкості та самодисципліни у молоді. Основні завдання:

1. Розкрити психологічний та педагогічний потенціал військово-спортивних багатоборств.
2. Визначити механізми формування самодисципліни у процесі тренувань.
3. Охарактеризувати чинники, що сприяють розвитку емоційної стійкості учасників.

Військово-спортивні багатоборства — це не лише набір фізичних вправ чи змагань. Це система виховання, у якій поєднуються спортивна підготовка, військова тактика, психологічна стійкість і командна взаємодія. Їхня унікальність полягає у балансі між особистою відповідальністю та колективною співпрацею.

Під час тренувального процесу спортсмен опиняється в умовах, що вимагають самоорганізації, витримки та здатності до дій у стресових ситуаціях[2, с.45]. Виконання нормативів, дотримання режиму, підготовка до змагань та подолання фізичного виснаження формують внутрішню дисципліну, яка переноситься у повсякденне життя. Водночас елементи військової підготовки сприяють вихованню цілеспрямованості, мужності, командного духу та взаємопідтримки — тих якостей, без яких неможливо уявити сучасного громадянина-патріота.

З точки зору психології розвитку, систематичні заняття військово-спортивними багатоборствами стимулюють адаптивну поведінку, тобто здатність особистості швидко реагувати на складні ситуації та приймати рішення в умовах невизначеності. Формування стійкості відбувається через:

- контроль емоцій під час змагань або бойових імітацій;
- переживання успіхів і поразок як частини навчального процесу;
- розвиток навичок довгострокової мотивації та подолання «втоми волі».

Ключовим чинником ефективності є роль тренера-інструктора, який виступає не лише носієм знань, а й моральним орієнтиром. Взаємодія між наставником і спортсменом ґрунтується на довірі, повазі та відповідальності, що стимулює внутрішню саморегуляцію та бажання досягати поставлених цілей.

Участь у багатоборствах також створює середовище соціалізації: молоді люди вчаться діяти у команді, брати на себе лідерські функції, підтримувати партнерів[3, с. 112]. Це сприяє формуванню емоційної зрілості, розвитку комунікативних навичок і вмінню контролювати власну поведінку у колективі.

Таким чином, військово-спортивні багатоборства є не просто видом спорту, а інструментом формування цілісної особистості, готової до

служіння суспільству, до подолання труднощів і прийняття рішень у кризових ситуаціях[4, с. 67].

Заняття військово-спортивними багатоборствами мають потужний потенціал для виховання самодисципліни, стійкості та відповідальності у молоді[5, с. 35]. Вони формують у спортсменів здатність діяти свідомо, злагоджено та з високим рівнем внутрішньої організації. У сучасних умовах саме ці якості є фундаментом не лише для професійного зростання, а й для розвитку громадянської позиції та готовності до захисту Батьківщини. Отже, військово-спортивні багатоборства можна розглядати як універсальний засіб розвитку особистості, що поєднує фізичне вдосконалення з формуванням моральних та вольових якостей, необхідних для життя в суспільстві, орієнтованому на силу духу, відповідальність та стійкість.

Список використаних джерел

1. Андреев, В. І. (2020). Військово-спортивна підготовка як засіб формування особистісної готовності молоді до служби у Збройних Силах України. Київ: НУФВСУ.
2. Грицай, Л. О. (2021). Фізична підготовка як чинник розвитку стійкості та дисципліни в юнацькому віці. Молодіжний науковий вісник, 3(12), 45–49.
3. Іщенко, П. В. (2019). Психологічні аспекти саморегуляції у військово-прикладних видах спорту. Наука і освіта, 2(90), 112–117.
4. Карась, О. М. (2022). Формування морально-вольових якостей у процесі занять військово-спортивними багатоборствами. Теорія і методика фізичного виховання, 1(34), 67–71.
5. Костюк, Н. Г. (2020). Розвиток самодисципліни у процесі фізичного виховання молоді. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту, 5, 35–40.

УДК 378.4:796]:159.955.4]:796.853.26.09

Шуть Богдан Ігорович

аспірант кафедри фізичної культури та спорту

Національний університет

«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

РЕФЛЕКСИВНИЙ КОМПОНЕНТ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ ТА ПРОВЕДЕННЯ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ З КІОКУШИН КАРАТЕ

Сучасна система професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту орієнтована не лише на формування знань, умінь і