

**Коноваленко Оксана Костянтинівна**

ORCID: 0000-0002-7707-0969

*Харківський національний університет радіоелектроніки*

**Коновалов Дмитро Олександрович**

ORCID: 0009-0004-6430-2929

*Харківський національний університет радіоелектроніки*

### **1.5. Національно-патріотичне виховання студентів на заняттях з фізичного виховання**

На тлі безпрецедентних викликів, пов'язаних з повномасштабною агресією та незламною боротьбою за суверенітет, українське суспільство як ніколи гостро усвідомлює важливість національно-патріотичного виховання молоді. Формування свідомого громадянина, відданого своїй Батьківщині, готового не лише її захищати, а й активно долучатися до розбудови, є одним з наріжних каменів державної освітньої політики. У цьому життєво важливому процесі особлива роль відводиться фізичному вихованню. Воно не просто плекає фізичну силу та витривалість, а перетворюється на потужний важіль для формування ціннісних орієнтирів, загартування волевих якостей, виховання дисципліни, розвитку командного духу та почуття відповідальності – всіх тих рис, що є наріжними для справжнього патріота.

Сама сутність занять фізичним вихованням створює унікальне середовище для всебічного впливу на молоду особистість. Через динамічну рухову активність, конкуренцію у змаганнях, необхідність долати власні слабкості, а також через системне формування здорового способу життя, закладаються основи міцного тіла, психологічної стійкості та незламної готовності служити нації. Отже, фізичне виховання далеко виходить за межі суто фізичного розвитку, перетворюючись на фундаментальний чинник становлення цілісної особистості з твердою громадянською позицією [1].

Мета цієї роботи розкрити теоретичні та практичні аспекти національно-патріотичного виховання студентів саме на заняттях з фізичного виховання. Ми зосередимося на визначенні його глибинної сутності, ефективних методах, різноманітних формах та тих викликах, що постають перед сучасною освітньою системою України. Головним питанням, яке ми прагнемо висвітлити, є: як саме через призму фізичної активності можна плекати ширшу любов до рідної землі, глибоку повагу до національних традицій та непохитну готовність стати на захист Батьківщини.

Національно-патріотичне виховання варто розглядати як цілісну, послідовну діяльність, спрямовану на глибоке вкорінення в особистості високого рівня національної самосвідомості. Це процес, який культивує ширшу, дієву любов до Батьківщини, що проявляється у незмінній готовності її оберігати, поважати її державні символи, шанувати історичну спадщину, культурні надбання та багатовікові традиції українського народу. Це не лінійний, а багатогранний і складний шлях, що охоплює три взаємопов'язані сфери особистості: інтелектуальну, емоційно-волеву та практичну.

Сутнісно, національно-патріотичне виховання включає такі ключові компоненти, як національна свідомість – глибоке, осмислене усвідомлення себе органічною частиною української нації, ідентифікація з її долею, розуміння своєї ролі та особистої відповідальності за її майбутнє. Важливою складовою є патріотизм, або любов до Батьківщини – жива, незгасна прив'язаність до рідної землі, її неповторної природи, унікальної культури, до народу, який її населяє. Вона проявляється у щирому бажанні працювати на її процвітання та готовності без вагань стати на захист її суверенітету. Не менш значущою є повага до державної символіки, що означає не формальне знання, а глибинне шанобливе ставлення до Державного Герба, Прапора, Гімну України, які є священними символами незалежності, єдності та неподільності нашої держави. обов'язковим елементом є знання та шанування історії та культури – активне занурення у героїчне минуле українського народу, вивчення його звичаїв і випробувань, пізнання традицій, звичаїв, багатства мови, літератури та мистецтва, без чого неможливе повноцінне розуміння власного коріння. До цього додається громадянська активність та відповідальність – усвідомлена готовність брати діяльну участь у житті суспільства, відстоювання демократичних принципів, активне виконання своїх громадянських обов'язків та внесок у розвиток держави. Нарешті, ключовою є готовність до захисту Вітчизни – не лише фізична, а й цілісна психологічна та моральна підготовленість до військової служби, здатність долати виклики, вміння ефективно діяти в екстремальних умовах та розуміння важливості особистого внеску в обороноздатність країни.

Ідея патріотизму є наскрізною ниткою, що пронизує всю історію українського народу. Від часів доблесного козацтва, де фізична досконалість і військова майстерність були невід'ємними від образу

справжнього захисника Вітчизни, і аж до визвольних змагань ХХ століття – патріотизм незмінно виступав рушійною силою, що підтримувала дух нації у найскладніші часи [2].

Запорізька Січ, як приклад військового патріотизму. Тут фізична міць, неперевершена витривалість, досконале володіння зброєю та непохитний бойовий дух були визначальними умовами для збереження свободи та незалежності. Через козацькі звичаї, унікальні ігри та виснажливі вправи гартувався сильний духом і тілом воїн, здатний протистояти будь-яким ворогам.

Період Української Народної Республіки та визвольних змагань ознаменувався потужним відродженням національної ідеї. Формування власних військових частин чітко засвідчило, що фізична підготовка є невід'ємною частиною бойової готовності та національного самовизначення, а молодь усвідомлювала, що їхня сила – це сила молодої держави.

На жаль, радянський період приніс значні зміни: патріотичне виховання у цей час було значною мірою ідеологізоване та підпорядковане радянським доктринам, хоча все ж зберігало акцент на важливості фізичної підготовки. Такі рухи, як ГТО (Готовий до праці та оборони) та масовий спорт, формували концепцію «захисника Вітчизни». Проте, національний український компонент був свідомо приглушений, що деформувало сприйняття власної ідентичності.

Після здобуття незалежності у 1991 році, Україна зіткнулася з нагальною потребою у переосмисленні та формуванні якісно нового змісту патріотичного виховання, звільненого від тоталітарних нашарувань. Сьогодні ж, в умовах повномасштабної війни, це питання набуло критичної, екзистенційної ваги. Сучасна концепція національно-патріотичного виховання в Україні ґрунтується на автентичних українських цінностях, тисячолітній історії державотворення та непохитному євроінтеграційному векторі.

Психолого-педагогічні засади національно-патріотичного виховання спираються на глибоке розуміння унікальних вікових та психологічних особливостей студентського віку. Вони враховують специфіку цього періоду життя для обрання найефективніших методів формування особистості, здатної усвідомлено вибудувати свою громадянську позицію.

Студентський вік, що охоплює приблизно 17-23 роки, є періодом інтенсивного самовизначення, активного формування світогляду та пошуку глибоких життєвих смислів. Це час бурхливого інтелектуального зростання, кристалізації громадянської позиції та високої соціальної активності, коли молода людина прагне знайти своє місце у світі. З психологічної точки зору, ключовим є формування не примусової, а внутрішньої, щирої мотивації до патріотичної діяльності [3]. Це досягається через залучення до цікавих, значущих форм роботи, де студент усвідомлює особисту цінність та важливість патріотизму не лише для країни, а й для власного розвитку. Виховання справжньої любові до Батьківщини є неможливим без глибокого залучення емоцій, що проявляється у формуванні позитивних почуттів, щирої гордості за власну країну, вміння співпереживати її історичним подіям та сучасним викликам. Когнітивна складова патріотизму – це не просто набір фактів, а системні знання про історію, культуру, традиції, усвідомлення глибинних національних цінностей, що формують ідентичність. Нарешті, поведінкова складова означає, що патріотизм не є пасивним спогляданням, а є готовністю до конкретних, дієвих кроків, практичною участю у заходах, спрямованих на благо України, активним втіленням патріотичних принципів у повсякденному житті.

Педагогічні принципи, на яких ґрунтується патріотичне виховання, включають системність і послідовність, що означає, що виховання має бути не епізодичним, а безперервним процесом, органічно вплетеним в усі сфери життя студента. Комплексність передбачає злагоджену взаємодію всіх суб'єктів виховного процесу: викладачів, батьків, а також широкого кола громадських організацій. Важливим є особистісно-орієнтований підхід, де у центрі виховного процесу – особистість студента, а важливо враховувати його індивідуальні особливості, унікальні інтереси та нагальні потреби. Принцип активності та самодіяльності наголошує, що студент не є пасивним об'єктом, і важливо залучати його до активної участі у заходах, заохочувати ініціативу та розвивати навички самоорганізації. Метою є єдність свідомості та поведінки, тобто не лише формування знань про патріотизм, а й трансформація цих знань у конкретні патріотичні вчинки. Нарешті, принцип опори на національні традиції передбачає використання багатой культурної спадщини українського народу, його звичаїв, обрядів, героїчного епосу як невичерпного джерела та основи для патріотичного виховання.

Фізична культура є невід'ємним, органічним компонентом загальної культури кожної особистості та суспільства в цілому. Її вплив виходить далеко за межі сугото тілесного розвитку, перетворюючись на потужний каталізатор формування гармонійної, всебічно розвинутої людини. Систематичні заняття фізичною культурою сприяють формуванню фундаментальних фізичних якостей, таких як розвиток сили, витривалості, спритності, швидкості реакції та гнучкості, які є непохитною основою для будь-якої діяльності, включаючи готовність до захисту Батьківщини.

Окрім цього, фізична культура зміцнює здоров'я, оскільки регулярні, дозовані фізичні навантаження істотно підвищують опірність організму, оптимізують функціонування всіх систем – від серцево-судинної до імунної, та є дієвою профілактикою багатьох захворювань. Здоровий громадянин – це безцінний актив та ресурс для сталого розвитку нації. Вона також сприяє гармонійному психічному розвитку: фізична активність є ефективним засобом боротьби зі стресом, покращує емоційний стан, наповнює енергією. Спорт розвиває когнітивні функції: концентрацію уваги, пам'ять, аналітичне мислення, оскільки вимагає швидкого прийняття рішень та миттєвого аналізу мінливої ситуації. Соціальне становлення відбувається через колективні заняття, командні види спорту та змагання, які не лише розважають, а й сприяють інтенсивному формуванню комунікативних навичок, вчать ефективній командній взаємодії, усвідомленню особистої відповідальності за спільний результат, розвивають толерантність та взаємоповагу до партнерів і суперників.

Не менш важливою є роль фізичного виховання у загартуванні вольових якостей. Систематичне додання фізичних труднощів – втоми, дискомфорту, іноді й болю, а також постійне прагнення до перемоги – виховують такі риси, як цілеспрямованість, наполегливість, рішучість, самоконтроль та незламну дисциплінованість. Ці якості є абсолютно ключовими для формування патріота, здатного перемагати перешкоди та самовіддано боротися за свою країну. Нарешті, фізична культура сприяє розвитку естетичних почуттів: грація руху, гармонія розвиненого тіла, краса спортивних досягнень та досконалість виконання вправ формують тонке почуття прекрасного, розширюючи естетичний кругозір особистості. Таким чином, фізична культура виступає міцним фундаментом для формування всебічно розвиненої особистості – людини міцної, витривалої, психічно стійкої та соціально адаптованої. Ці якості є не просто бажаними, а необхідними для повноцінного життя та ефективної громадянської діяльності, що, безумовно, включає і свідомий, дієвий патріоти.

Зв'язок між фізичною підготовкою та готовністю до захисту Вітчизни є не просто очевидним, а й фундаментальним аспектом патріотичного виховання через фізичну культуру. Обороноздатність країни значною мірою, якщо не вирішально, залежить від фізичного стану її громадян, особливо молодого покоління.

У суворих військових умовах, під час виконання службових завдань або у разі непередбачуваних надзвичайних ситуацій, критично важливою є висока фізична витривалість [3], здатність витримувати значні навантаження, здійснювати тривалі переходи, переносити важке спорядження та виконувати роботи, що вимагають значної м'язової сили. Систематичні заняття фізичним вихованням є тією базою, що формує ці життєво необхідні якості. Крім того, вміння миттєво реагувати на зміну обстановки, ефективно уникати небезпеки, долати складні перешкоди, а також виконувати точні та злагоджені рухи, що забезпечуються спритністю та координацією, є абсолютно незамінним в умовах бойових дій або рятувальних операцій. Спортивні ігри, гімнастика, легка атлетика – саме ті дисципліни, що всебічно розвивають ці важливі навички.

Психологічна стійкість, яка формується завдяки регулярним фізичним навантаженням та участі у змаганнях, є унікальною школою для додання стресу, подолання страху та болю. Вони формують витримку, самоконтроль та вміння ефективно діяти навіть у найекстремальніших умовах. Спортсмен, який загартований у конкурентній боротьбі та звик до постійних викликів, значно легше адаптується до інтенсивного психологічного тиску військового середовища. Кожен вид спорту вимагає чіткого дотримання правил, суворого режиму та ретельного виконання тренувального плану, що природним чином виховує дисциплінованість, формує глибоке почуття відповідальності як за власні дії, так і за спільний результат команди. Саме ці якості є фундаментальними для військовослужбовця, де успіх залежить від злагодженості та організованості всіх членів підрозділу.

Командні види спорту вчать ефективній взаємодії, взаємній підтримці, глибокому розумінню ролі кожного учасника для досягнення спільної мети. Ці навички є безцінними у військовому підрозділі, де злагодженість дій і взаємодопомога є запорукою успіху та виживання. Нарешті, через фізичні випробування, напружені змагання та незгасне прагнення до перемоги відбувається не лише розвиток тіла, а й загартування духу. Формуються такі риси, як незламна воля до боротьби, мужність, рішучість та готовність йти до кінця, що особливо важливо для формування готовності самовіддано захищати свою землю. Впровадження елементів військово-прикладних видів спорту – таких як біг по пересіченій місцевості, метання гранат, подолання смуги перешкод або основи самозахисту – безпосередньо сприяє формуванню практичних навичок, необхідних для майбутнього захисника Батьківщини.

Здоровий спосіб життя (ЗСЖ) є не просто модним трендом, а однією з фундаментальних, життєво важливих цінностей сучасного суспільства. Він нерозривно переплетений з національно-патріотичним вихованням, адже здорова нація – це міцна, конкурентоспроможна держава, здатна до сталого розвитку та ефективного самозахисту.

Фізичне виховання системно прищеплює глибоке розуміння того, наскільки важлива особиста відповідальність за власний фізичний та ментальний стан. Це широкий комплекс, що включає збалансоване

харчування, категоричну відмову від шкідливих звичок, чітке дотримання режиму дня, систематичне загартовування та регулярну фізичну активність. Свідомий вибір на користь ЗСЖ є прямим проявом турботи про себе як невід'ємну, цінну складову частину великої нації. Кожен здоровий громадянин є безцінним ресурсом для суспільства. Здорова людина здатна ефективніше працювати, якісніше навчатися, активно брати участь у громадському житті, а також бути готовою до виконання складних оборонних завдань. Демографічний, економічний та, зрештою, військовий потенціал країни безпосередньо залежить від стану здоров'я її населення.

Пропаганда та впровадження ЗСЖ може стати потужною частиною національної ідеї, що здатна об'єднати суспільство навколо спільної, високої мети – покращення якості життя, збільшення його тривалості, підвищення загальної працездатності населення. Це є стратегічним завданням для України, особливо в умовах воєнного часу, коли кожне життя є абсолютно безцінним і заслуговує на турботу. Заняття фізичним вихованням є основною, найдоступнішою та найефективнішою платформою для формування стійких навичок здорового способу життя. На цих заняттях студенти не просто отримують необхідне фізичне навантаження, а й здобувають знання про гігієну, принципи раціонального харчування, основи профілактики захворювань, а також розвивають навички самоконтролю та саморегуляції. Видатні українські спортсмени є живим втіленням наполегливості, невтомної праці, відданості своїй справі та, безумовно, здорового способу життя. Їхні тріумфи на міжнародній арені є джерелом глибокої національної гордості та потужним мотиватором для молоді свідомо обирати здоровий спосіб життя, наслідуючи своїх героїв.

Формування ЗСЖ є не просто бажаним елементом розвитку, а життєво необхідною умовою для збереження, процвітання та розвитку нації. В умовах сучасних викликів, кожен громадянин, який свідомо дбає про своє здоров'я, робить безпосередній, відчутний внесок у зміцнення обороноздатності та загального добробуту України.

Ефективність національно-патріотичного виховання, що здійснюється через призму фізичної культури, значною мірою визначається ретельною розробкою та правильним застосуванням методів і форм роботи. Вони повинні бути не лише різноманітними та захоплюючими, але й адаптованими до вікових особливостей студентської молоді, забезпечуючи максимальну інтерактивність та залученість.

Ключовим є не просто механічне проведення занять, а системне насичення їх національним змістом. Це створює міцні асоціативні зв'язки з історією, багатою культурою та віковичними традиціями України, роблячи процес виховання більш осмисленим.

Зокрема, при поясненні складних вправ, під час строювання, аналізу виконаних завдань або підведення підсумків доцільно включати українські народні вислови, прислів'я, а також згадувати імена видатних українських діячів, що підкреслює національний колорит. Перед початком, під час або після виконання певних вправ чи блоків занять можна робити короткі, але змістовні історичні екскурси. Наприклад, розповідати про унікальні козацькі забави, які формували фізичну підготовку наших предків, або про неймовірні спортивні досягнення українців, що прославили Батьківщину на міжнародній арені. Серед них – неперевершений Сергій Бубка (стрибки з жердиною), легендарні брати Кличко та Олександр Усік (бокс) та зірковий Андрій Шевченко (футбол).

Обов'язковим є включення до програми занять елементів традиційних українських ігор. Це можуть бути динамічні «Котилася торба», граційна «Подоланочка», стратегічний «Хрещик-нолик», швидкий «Третій зайвий» чи силовий «Перетягування канату». Такий підхід не лише сприяє розвитку фізичних якостей, а й допомагає студентам глибше пізнати народну культуру, прищеплюючи до неї щирі любов. Ефективним інструментом є використання українських патріотичних пісень або народних мелодій під час розминки, виконання вправ чи у фазі релаксації, що створює особливий емоційний фон, піднімає національний дух та позитивний настрій учасників. Також доцільним є проведення окремих, спеціально розроблених занять, присвячених знаменним датам української історії. Це може бути День захисників і захисниць України, День незалежності, День Соборності України. На таких заняттях доречно організовувати спеціальні естафети, змагання, що символічно відображають виклики та перемоги, пережиті Україною.

Позааудиторна робота та проведення масових заходів є надзвичайно потужним засобом патріотичного виховання. Вони створюють неповторну атмосферу свята, здорової конкуренції та справжнього єднання, зміцнюючи колективний дух.

Це включає організацію турнірів з футболу, баскетболу, волейболу, а також легкоатлетичних естафет, що присвячені Дню незалежності, Дню Конституції або Дню захисників і захисниць України. Це не лише підкреслює глибоке значення цих історичних дат, а й дозволяє студентам відчути себе безпосередніми учасниками великої національної події. Можна також проводити фестивалі національних видів спорту, що включають елементи традиційних козацьких видів спорту, таких як колоритні "Козацькі забави" (перетягування

канату, боротьба на поясах, стрибки через колоду). Це активно сприяє популяризації багатой національної традиції та унікальної української фізичної культури. Важливою є організація спартакіад та естафет пам'яті, що вшановують пам'ять героїв України, видатних спортсменів, які віддали своє життя за Батьківщину. Це формує глибоке почуття поваги до полеглих і допомагає молодому поколінню усвідомити високу ціну свободи.

Для посилення інтерактивності доцільно розробляти захоплюючі маршрути спортивних квестів та орієнтування, які інтегрують завдання, пов'язані з історією України, її географією та культурними особливостями. Наприклад, пошук «скарбів» або «козацьких таємниць» із паралельним виконанням фізичних вправ, що поєднує розумову та фізичну активність. Крім того, активне залучення студентів до загальнооміських або всеукраїнських спортивних заходів, маршів та пробігів, які мають яскраве патріотичне забарвлення (прикладом можуть бути «Забіг у вишиванках» або марафони на підтримку Збройних Сил України), сприяє формуванню активної громадянської позиції.

Безпосередня підготовка молоді до захисту Вітчизни є ключовою складовою патріотичного виховання, яка набуває особливої ваги в умовах повномасштабної війни.

З цією метою ефективною є організація занять на смузі перешкод або окремих її елементах (перелази, лабіринти, рівчаки, стінки), що ефективно розвиває спритність, витривалість, вміння швидко орієнтуватися в просторі та долати різноманітні труднощі, імітуючи реальні умови, з якими можуть зіткнутися майбутні захисники країни. Доречним є також включення вправ з метання гранат (з використанням набивних м'ячів або спеціальних макетів) на дальність і точність, що розвиває координацію та прикладні навички. Навчання базовим основам спортивного орієнтування, вміння читати топографічні карти, користуватися компасом є важливим для розвитку логічного мислення, здатності швидко приймати рішення та ефективно діяти в незнайомих умовах.

Впровадження базових прийомів самозахисту та рукопашного бою (у межах затвердженої програми фізичного виховання) не лише підвищує впевненість студентів у власних силах, а й закладає основи для подальшої спеціалізованої підготовки. Проведення ігор, що імітують тактичні дії (наприклад, страйкбол або пейнтбол, за умови наявності можливостей та дотримання всіх норм безпеки), розвиває навички командної взаємодії, стратегічне мислення та вміння ефективно діяти під тиском. Крім того, інтеграція базових елементів першої медичної допомоги під час фізичних навантажень не тільки підвищує загальний рівень безпеки занять, а й формує почуття відповідальності, а також вчить діяти раціонально у критичних ситуаціях.

Викладач фізичного виховання є справді ключовою фігурою у цьому складному, але надзвичайно важливому процесі. Його особистісні якості, глибокий професіоналізм та незмінна патріотична позиція мають вирішальне значення для формування свідомої молоді.

Насамперед, викладач, який сам втілює принципи здорового способу життя, демонструє спортивну дисципліну та високі моральні якості, стає для студентів не просто наставником, а справжнім взірцем для наслідування, викликаючи глибоку повагу. Важливо також систематично акцентувати увагу на життєвій необхідності ЗСЖ, пояснюючи його прямиий вплив на успішність у навчанні, загальний добробут та, безперечно, на обороноздатність країни.

Викладач має проводити короткі, але змістовні бесіди на патріотичні теми перед початком або після завершення занять. Це може бути обговорення видатних спортивних досягнень українців, екскурс в історію спорту в Україні або розгляд ролі спорту у військовому вихованні. Не менш важливо свідомо створювати на заняттях атмосферу взаємної підтримки, відповідальності кожного за команду та принципів чесної гри, оскільки ці цінності безпосередньо корелюють з патріотизмом та національною соборністю. Виховання вольових якостей досягається через свідоме створення ситуацій, де студентам необхідно долати фізичні та психологічні труднощі, проявляти наполегливість, терпіння та розвивати самоконтроль, що загартовує характер, абсолютно необхідний для майбутнього захисника Вітчизни. Нарешті, розповіді про видатних українських спортсменів, які своєю працею та талантом прославили Україну на весь світ, або про тих, хто віддав своє життя, захищаючи її, створюють потужні моральні орієнтири та надихають молодь на власні звершення.

Ефективне національно-патріотичне виховання не може обмежуватися стінами аудиторії. Воно вимагає широкої інтеграції з усім соціальним середовищем, активної співпраці та використання різноманітних ресурсів.

Це включає створення та всебічну підтримку спортивних секцій, які активно популяризують як традиційні національні, так і військово-прикладні види спорту. Унікальним способом поєднати фізичну активність з глибоким вивченням історії та географії рідного краю є організація туристичних походів до місць бойової слави та відвідування історичних пам'яток України. Дуже важливими є зустрічі з ветеранами АТО/ООС та військовослужбовцями. Запрошення ветеранів російсько-української війни та діючих військових для відвертого спілкування зі студентами дозволяє їхньому життєвому досвіду, розповідям про мужність, стійкість

та жертвність стати найкращим, найпереконливішим прикладом справжнього патріотизму. Такі зустрічі можуть бути організовані як відкриті уроки або тематичні дискусії.

Активне залучення студентів до волонтерських ініціатив на підтримку Збройних Сил України, допомоги пораненим, родинам загиблих героїв, не тільки розвиває почуття соціальної відповідальності, а й є безпосереднім, практичним проявом патріотизму. Тісна співпраця з військовими частинами та патріотичними клубами передбачає організацію спільних заходів, тренувань, екскурсій на військові об'єкти (за умови дотримання всіх норм безпеки), що дозволяє студентам ближче познайомитися з армійським життям, відчути важливість та відповідальність військової служби. Нарешті, залучення студентів до участі в мітингах, демонстраціях, флешмобах, що присвячені патріотичним датам або подіям, підтримує активну громадянську позицію.

Сучасні реалії, особливо повномасштабна війна, створюють унікальний контекст, який одночасно породжує як нові, складні виклики, так і відкриває безпрецедентні можливості для національно-патріотичного виховання.

Війна є найпотужнішим, але й найжорстокішим каталізатором патріотичних почуттів. Водночас, вона є величезним викликом, що вимагає делікатного підходу. Необхідно враховувати травматичний досвід багатьох студентів, системно боротися з дезінформацією, формувати психологічну стійкість до стресів та негативних впливів. З іншого боку, щоденний героїзм Збройних Сил України стає найяскравішим і найпереконливішим прикладом патріотизму.

Інформаційна війна є ще одним значним викликом: сучасна молодь перебуває під постійним, інтенсивним впливом різноманітних інформаційних потоків. Завдання викладачів – не просто інформувати, а навчити критично мислити, відрізнити достовірну інформацію від фейків, формуючи стійкість до ворожої пропаганди. Процеси глобалізації, з одного боку, відкривають безмежний доступ до світової культури та знань, що є позитивним явищем. Однак, з іншого боку, вони можуть призвести до розмивання національної ідентичності. Важливо вміти гармонійно поєднувати відкритість світу з глибоким почуттям гордості за свою національну приналежність.

Сучасна молодь часто схильна до індивідуалізму та фокусу на матеріальних цінностях. Завдання виховання полягає у тому, щоб гармонійно поєднати прагнення до особистісного розвитку з усвідомленням відповідальності перед суспільством та державою. Нарешті, тривала війна, постійний стрес та невизначеність можуть призводити до психологічного виснаження та емоційного вигорання. Важливо використовувати фізичне виховання не лише як засіб розвитку, а й як потужний інструмент психологічної розрядки, підтримки ментального здоров'я та формування загальної психологічної стійкості.

Ефективне використання сучасних технологій може значно підвищити результативність патріотичного виховання, роблячи його більш привабливим та доступним для студентів.

Це включає активне застосування мультимедійних технологій, таких як відеоролики про видатних українських спортсменів, героїв війни, ключові історичні події. Можна організовувати віртуальні екскурсії до музеїв, використовувати інтерактивні карти України, що дозволяють візуалізувати матеріал. Також перспективною є розробка спортивних патріотичних відеоігор/додатків, які вдало поєднують фізичну активність з елементами української історії, культури та героїки. Це може бути потужним інструментом для молоді, що захоплюється цифровими технологіями.

Онлайн-марафони та челенджі, організовані у форматі віртуальних спортивних змагань або забігів, присвячених патріотичним темам, із залученням широкої аудиторії через соціальні мережі, сприяють поширенню ідеї патріотизму. Ефективне використання соціальних мереж для популяризації патріотичних спортивних заходів, швидкого поширення інформації про героїв спорту та війни, а також для проведення онлайн-дискусій, що заохочують рефлексію, є невід'ємною частиною сучасної виховної роботи. Нарешті, включення елементів гейміфікації у навчальний процес фізичного виховання значно підвищує мотивацію та зацікавленість студентів, особливо при вивченні національних традицій або освоєнні військово-прикладних навичок.

Максимальна ефективність патріотичного виховання досягається за умови тісної, злагодженої взаємодії всіх зацікавлених сторін та інституцій.

Така синергія передбачає співпрацю з батьками, що може проявлятися у проведенні спільних спортивних свят, організації обговорень щодо важливості патріотичного виховання у родинному колі, та активному залученні батьків до волонтерської діяльності. Важливою є взаємодія з військовими установами, що включає організацію спільних навчально-тренувальних зборів, екскурсій до військових частин та проведення лекцій військовослужбовцями. Це безпосередньо сприяє формуванню у студентів реалістичного уявлення про військову службу та готовності до неї.

Тісна співпраця з громадськими організаціями, такими як ветеранські організації, потужні волонтерські рухи, спортивні федерації, дозволяє спільно організовувати різноманітні заходи, проекти та ініціативи патріотичного спрямування. Необхідною є міжвідомча взаємодія – координація зусиль між Міністерством оборони, Міністерством молоді та спорту, Міністерством культури та інформаційної політики для створення єдиної, скоординованої системи національно-патріотичного виховання на державному рівні. Нарешті, міжнародна співпраця, що включає обмін передовим досвідом з іншими країнами щодо патріотичного виховання через спорт та участь у міжнародних спортивних заходах, дає можливість підкреслити та презентувати українську ідентичність на світовій арені.

Національно-патріотичне виховання студентської молоді через заняття фізичним вихованням є невід'ємною, а в сучасних реаліях – критично важливою складовою освітнього процесу в Україні. В умовах невтомної боротьби за незалежність та територіальну цілісність, формування свідомого патріота, який не лише любить свою Батьківщину, а й готовий стати на її захист, є стратегічним пріоритетом для держави та всього суспільства.

Фізичне виховання, завдяки своїй унікальній специфіці, відкриває широкі можливості для ефективної реалізації цього завдання. Воно не обмежується лише фізичним розвитком та зміцненням здоров'я, а виступає потужним інструментом для формування ключових особистісних якостей: загартованої дисципліни, непохитної волі, витривалості, відповідальності, міцного командного духу, а також здатності долати будь-які труднощі та ефективно діяти в екстремальних умовах. Усі ці якості формують фундамент психологічної та фізичної готовності до захисту України.

Системна інтеграція національного контенту – через історичні довідки, традиційні українські ігри, національні пісні – створює глибокий зв'язок з корінням. Організація спортивно-масових заходів патріотичного спрямування, таких як змагання до державних свят або естафети пам'яті, а також активне використання елементів військово-прикладних видів спорту (подолання смуги перешкод, метання, основи самозахисту) є дієвими методами, що надають процесу виховання чіткої цілеспрямованості та відчутного впливу.

Ключова роль у цьому процесі належить викладачу фізичного виховання. Його особистий приклад, високий професіоналізм та незламна патріотична позиція є джерелом натхнення для студентів. Ефективна позааудиторна робота, тісна співпраця з військовими, ветеранськими та громадськими організаціями, а також активна волонтерська діяльність значно розширюють можливості для практичного застосування набутих знань та якостей.

Сучасні виклики, що постають перед нами у вигляді війни та інформаційних загроз, вимагають постійного пошуку інноваційних підходів. Це включає активне використання мультимедійних технологій та елементів гейміфікації для підвищення ефективності та зацікавленості у виховному процесі. Майбутнє України безпосередньо залежить від того, наскільки фізично, морально та духовно готовим буде її молоде покоління. Отже, подальший розвиток та безперервне вдосконалення системи національно-патріотичного виховання через фізичну культуру є життєво важливим, стратегічним завданням для всієї країни.

Джерела.

1. Бондар, М. Г. (2020). Національно-патріотичне виховання студентської молоді засобами фізичної культури. Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: Педагогіка. Соціальна робота, (1 (46)), 24-28.
2. Іванишина, Л. І. (2021). Військово-патріотичне виховання студентів: роль фізичної підготовки. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві, (4), 143-147.
3. Smith, J. (2015). Sport and National Identity: A Comparative Study. Journal of Sport and Social Issues, 39(2), 123-138.