

бажано зробити онлайн-конференцію зі студентами та обговорити форми співпраці і організаційні питання.

Під час дистанційного навчання тренеру-викладачу слід враховувати особистий приклад, знання студентів щодо правил самостійної роботи, місце проживання студентів, використання нестандартних інвентарю та обладнання для занять у домашніх умовах, план роботи на період воєнного часу, зворотний зв'язок [2].

Фізичне виховання сьогодення потребує формування фізичної готовності молоді до виконання громадського та конституційного обов'язку щодо відстоювання інтересів та незалежності держави, високих морально-вольових якостей.

1. Журавльова І. М., Соколюк О. В., Христенко Д. О. Фізичне виховання здобувачів вищої освіти в умовах сьогодення. *Сучасні методи та форми організації освітнього процесу у закладах вищої освіти: матеріали Всеукр. наук.-метод. конф.*, 15 черв. 2022 р. Одеса: Університет Ушинського, 2022. С. 70–74.

2. Методичні рекомендації щодо викладання фізичної культури у 2022–2023 навчальному році. URL: <https://www.schoollife.org.ua/metodychni-rekomendatsiyi-shhodo-vykladannya-fizychnoyi-kultury-u-2022-2023-navchalnomu-rotsi/> (дата звернення: 26.08.2022).

*Старший викладач кафедри фізичного
виховання та спорту **О. Р. Лучко***

Український державний університет залізничного транспорту (м. Харків)

ЗАСОБИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ – ГОЛОВНИЙ КОМПОНЕНТ МЕТОДИЧНОЇ ОРГАНІЗАЦІЇ ПІДГОТОВКИ ДО ДІЯЛЬНОСТІ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ

Воєнний стан – це особливий правовий режим, що вводиться у разі збройної агресії чи загрози нападу, небезпеки державної незалежності, територіальної цілісності [2].

У надскладних умовах воєнного часу організація освітнього процесу потребує іншого змісту та підходів.

В Україні немає досвіду підготовки цивільного населення до діяльності в екстремальних умовах воєнного часу [1, с. 275]. Нажаль, останнім часом викладачі фізичного виховання не згадують на заняттях про таке основне завдання фізичного виховання, як підготовка до захисту країни та підтримка фізичної готовності населення для цього якомога довше, але обставини сьогодення вимагають згадати про це.

Засоби фізичної культури – це головний компонент методичної організації підготовки до діяльності в умовах воєнного часу. Основу такої підготовки повинні складати фізичні вправи, що включають до себе гімнастичні вправи (перекиди, різноманітні стрибки, підтягування та ін.). Гімнастичні вправи завжди характеризуються високим ступенем екстремальності, а у

психологічному аспекті – вони відповідають вимогам формування таких якостей, як сміливість, рішучість, дисциплінованість.

Будь-яка змагальна діяльність (естафети, футбол, баскетбол за спрощеними правилами та ін.) характеризується наявністю екстремальних ситуацій та долаттям перешкод. Гімнастичні вправи та рухливі ігри можуть бути визначені як засоби фізичної культури, що спрямовані на формування загальної фізичної і психологічної готовності до складних умов воєнного часу [1, с. 281].

Змістовно-методична основа комплексу засобів фізичної культури для підготовки студентів до дій у складних умовах воєнного часу має складатися з наступного:

- розвиток фізичних якостей;
- формування спеціальних рухових умінь і навичок;
- розвиток адаптаційних можливостей організму;
- формування досвіду дій в екстремальних умовах.

Саме у період навчання у виші ефективніше за все має здійснюватися удосконалення фізичного розвитку, функціональних систем організму молоді людини, формуватися впевненість у розвитку життєво необхідних якостей, властивостей та рис особистості, що у цілому має знаходити своє відображення у психічній і фізичній надійності майбутнього фахівця та його готовності до захисту Вітчизни.

1. Подгорна В., Кокотєєва А., Гибескул О. Теоретичне обґрунтування методів і засобів фізичної культури для підготовки студентів до громадської діяльності в умовах воєнного часу. *Перспективи та інновації науки*. 2022. № 4 (9). С. 273–284.

2. Правовий режим воєнного стану. URL: <https://www.schoolife.org.ua/metodychni-rekomendatsiyi-shhodo-vykladannya-fizychnoyi-kultury-u-2022-2023-navchalnomu-rotsi/> (дата звернення 31.08.2022).

*Старший викладач кафедри
фізичного виховання та спорту
С. С. Довженко*

Український державний університет залізничного транспорту (м. Харків)

ВИХОВАННЯ МОРАЛЬНИХ ЯКОСТЕЙ І ПОЧУТТЯ ПАТРІОТИЗМУ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

Головною метою фізичного виховання є підготовка розвинутих особистостей за всіма напрямками. Такі особистості мають бути готовими до праці, а також до захисту Вітчизни. Відомо, що людина, яка має великий запас різноманітних рухових навичок, а також великий рівень розвитку фізичних та морально-вольових якостей здібна засвоювати у короткий термін будь-яку трудову діяльність. Такі ж якості потрібні і у військовій діяльності. Тому фізичне виховання молоді слід спрямовувати на її моральне і патріотичне виховання.