

9. Ashwin P. Variation in student experiences of the Oxford Tutorial // Higher Education. 2005. № 50. Pp. 631–644. 19. University of Oxford. <https://placeofstudy.ru/university/description/1> URL: (дата звернення: 20.09.2024).

Давид ЖАБОТИНСЬКИЙ

ВАРІАТИВНИЙ МОДУЛЬ «ЛАКРОС» ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ СОЦІАЛЬНИХ І ОСОБИСТІСНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ УЧНІВ У СУЧАСНІЙ ШКОЛІ

Лакрос відігравав важливу роль у суспільному та релігійному житті племен північноамериканського континенту, має давню історію та походить від гри в м'яч багатавею. Гра символізувала певний ритуал «вигнання», участь у якій брало усе плем'я, тривала декілька днів на «полі» протяжністю у кілька кілометрів. Водночас гру застосовували як елемент військової підготовки, а корінні американці називали її «братом маленької війни». Сучасної назви «la crosse», точніше «le jeu de la crosse», гра набула внаслідок запозичення її європейськими переселенцями, які почали проживати в Канаді. У 1636 р. французький єзуїт Jean de Brebeuf вперше побачив цю гру і саме ключка для гри видалася йому схожою на архієрейську палицю (crosse).

Сучасна школа відіграє не лише освітню, а й виховну функцію, спрямовану на всебічний розвиток особистості. Усе частіше увага педагогів зосереджується на інтеграції інноваційних методів навчання, які допомагають здобувати знання, й формувати компетентності, що є важливими для успішної соціалізації учнів. Одним із таких інструментів може стати лакрос – динамічний командний вид спорту, що є новим для українських шкіл, але має великий потенціал.

Лакрос здатний вирішувати одразу кілька важливих завдань: розвивати фізичну витривалість, зміцнювати здоров'я учнів, навчати працювати в команді, брати на себе відповідальність та підтримувати інших. Водночас гра сприяє розвитку особистісних якостей, таких як самодисципліна, стійкість до стресу і здатність ефективно діяти у складних ситуаціях. Метою цієї статті є розкриття значення лакросу як варіативного модуля у фізичному вихованні та аналіз його впливу на формування соціальних і особистісних компетентностей учнів.

Інноваційність лакросу полягає у його універсальності. Цей спорт поєднує інтенсивне фізичне навантаження з командною стратегією, що робить його цікавим як для хлопців, так і для дівчат. Завдяки адаптивності правил лакрос легко вписується в шкільну програму фізичного виховання.

Лакрос має унікальні переваги, які відрізняють його від інших командних видів спорту, зокрема – це найшвидша гра на двох ногах, тому

маємо потужний розвиток фізичних якостей. Тренування сприяє підсиленню всіх груп м'язів, покращує координацію рухів, розвиває швидкість і витривалість. Завдяки різноманітності рухів (біг, кидки, ловля м'яча) гра підтримує розвиток моторики. Також посилюються когнітивні здібності тому, що у лакросі необхідно швидко аналізувати ситуацію на полі, приймати рішення щодо тактики та обирати найефективніші дії. Це стимулює розвиток стратегічного мислення та здатності діяти у стресових умовах.

Лакрос, як командний вид спорту, є потужним засобом розвитку таких соціальних компетентностей як: командна взаємодія, лідерство та вміння вирішувати конфлікти, відповідальність та взаємопідтримка. В основі гри лежить необхідність співпраці між учасниками команди. Гравці вчаться спільно вирішувати завдання, довіряти один одному та координувати свої дії для досягнення спільної мети. Під час гри виникають ситуації, що вимагають прийняття швидких рішень, а також розподілу ролей. Лідери команди вчаться вести інших за собою, брати відповідальність за результат. Конфлікти, які можуть виникати на полі, стають можливістю для учнів навчитися знаходити компроміси. Кожен учасник команди відповідає за свою ділянку гри. У той же час гра формує відчуття взаємної підтримки: учні вчаться заохочувати, допомагати та підтримувати один одного навіть у разі невдач.

Особистісні компетентності, які формує лакрос – це розвиток самодисципліни, зміцнення психологічної стійкості та підвищення мотивації до занять спортом. Регулярні тренування, дотримання правил і відповідальність за свій вклад у результат команди формують у дітей вміння самостійно організовувати свій час і контролювати поведінку. Під час гри учасники стикаються з поразками, несподіваними ситуаціями або складнощами. Це допомагає їм навчитися долати стрес і зберігати зосередженість на результаті. Лакрос створює атмосферу азарту та задоволення від досягнення успіху, що стимулює бажання продовжувати займатися спортом і розвиватися фізично.

Для успішного викладання лакросу в школах необхідно, щоб учителі фізичного виховання були підготовлені та ознайомилися з теоретичною базою, історією, правилами гри, оволоділи технікою гри, вміли навчати та демонструвати базові рухи. Підвищення кваліфікації може відбуватися завдяки спеціалізованим курсам, семінарам або майстер-класам з лакросу.

На шляху до повного впровадження лакросу в освітній процес можуть виникнути певні труднощі, зокрема висока вартість обладнання, недостатня популярність цього виду спорту та інфраструктурні обмеження. Навіть базовий комплект для гри може виявитися фінансово недоступним для багатьох шкіл. Додатковою перешкодою є низька обізнаність серед учителів, учнів та їхніх батьків щодо правил гри та її освітнього потенціалу.

Окрім цього, гра в лакрос може бути небезпечною для оточуючого середовища через гумовий м'яч, який при влучанні може завдати шкоди не лише людям, але й спорудам, вікнам, автомобілям тощо. Щоб мінімізувати ці ризики, необхідно використовувати спеціально обладнані майданчики або спортивні зали, які унеможливають будь-яку небезпеку та забезпечують комфортні умови для гри.

Лакрос – це не просто інноваційний варіант фізичного виховання, а ефективний інструмент для формування соціальних і особистісних компетентностей учнів. Завдяки інтеграції цього виду спорту в освітній процес школярі не лише покращують свою фізичну форму, а й набувають важливих навичок, необхідних для успішного життя в суспільстві. Попри труднощі впровадження, лакрос відкриває нові можливості для розвитку сучасної української школи.

Список використаних джерел

1. Світовий лакрос. URL: <https://worldlacrosse.sport/> (дата звернення: 04.09.2024).
2. Федерація лакросу України. URL: <https://www.flu.com.ua/about/> (дата звернення: 04.09.2024).
3. Фізичне виховання: проблеми та перспективи: монографія / за заг. ред. проф. Г. П. Грибана. Житомир : Рута, 2020. 384 с.

Марія ШЕВЧЕНКО

САМОРОЗВИТОК ЯК РУШІЙНА СИЛА ВДОСКОНАЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ СТАРШОКЛАСНИКА

Одним з головних завдань освіти всіх країн світу є виховання миролюбної людини, члена суспільства, локального і глобального, який прагне і вміє себе самореалізувати без суперечностей з іншими, прагне до вдосконалення себе та інших. Сучасна освіта – це великий простір можливостей для кожного учасника освітнього процесу. Це не лише пасивне засвоєння знань, а й активна участь в шляху до самореалізації. Ключем до успішності учнів є стимулювання та заохочення їх до навчальної діяльності та пошуків самореалізації. Завдяки сучасним матеріалам та безлічі можливостей, учень з легкістю зможе знайти цікавий матеріал для себе [4]. Однією з фундаментальних складових та чеснот людини є її самореалізація та самовизначення.

Компетентність самоосвіти – навчання впродовж життя, постійне самовдосконалення, професійний саморозвиток, особисте зростання. Складова саморозвитку включає в себе: зацікавленість до навчання, вміння ставити собі мету та визначати план дій, прагнення до вдосконалення, при цьому необхідно мати такі навички, як контроль, впевненість в собі,