

## СПОРТИВНІ ІГРИ ЯК ЗАСІБ ПОБУДОВИ ПОЗИТИВНИХ ВЗАЄМИН МІЖ ЗДОБУВАЧАМИ ВИЩОЇ ОСВІТИ

**Бобовик Володимир,**

здобувач вищої освіти спеціальність 051 Економіка (ЕК2/1)

Миколаївський національний аграрний університет

**Анотація:** У статті розглянуто роль спортивних ігор у формуванні соціальної компетентності студентів закладів вищої освіти. Показано, що командна діяльність сприяє розвитку навичок співпраці, емпатії та відповідальності, а також знижує рівень психоемоційного напруження. Доведено, що системне впровадження спортивних ігор у навчальний процес є ефективним засобом соціалізації та формування здорового психологічного середовища університету.

**Ключові слова:** спортивні ігри, соціалізація студентів, командна взаємодія, психоемоційний стан, вища освіта.

Актуальність цього дослідження пояснюється тим, що сучасна система вищої освіти переживає значні зміни, і сьогодні соціальна компетентність майбутнього фахівця стає такою ж важливою, як і його професійні знання [1]. Університети дедалі частіше розглядають фізичну культуру та спортивні ігри як дієвий інструмент розвитку «м'яких навичок», які допомагають випускникам бути конкурентними на ринку праці. Це означає, що освітній процес виходить за межі суто академічних знань і включає формування здатності до співпраці, комунікації та адаптації в соціумі.

У щільному навчальному графіку, постійних стресах та умовах цифровізації студенти нерідко відчують нестачу живого спілкування. Саме спортивні ігри стають не лише частиною фізичного виховання, а й моделлю соціальної взаємодії, що допомагає будувати довіру й відповідальність у колективі [2]. Вони створюють простір для розвитку емоційного інтелекту, командної роботи та конструктивного вирішення конфліктів — навичок, які сьогодні є критично важливими. У процесі гри студенти отримують можливість проявити себе в різних соціальних ролях, навчитися співпрацювати та знаходити компроміси, що значно збагачує їхній досвід спілкування.

Командні види спорту мають особливу силу впливу: тут успіх окремого гравця неможливий без підтримки всієї команди. Під час гри студенти вчаться виходити за межі власних інтересів, делегувати завдання та підтримувати інших у складних моментах [3]. Це формує культуру взаємоповаги й взаємної підтримки, яка переноситься й у навчальний процес. Майданчик стає «рівним полем», де важливими є не статус чи роль, а особисті якості — надійність, рішучість і готовність допомогти [4]. Така атмосфера сприяє тому, що студенти

починають цінувати не лише власні досягнення, а й успіхи команди, що підсилює відчуття єдності та колективної відповідальності.

Не менш значущим є емоційний аспект спортивних ігор. Спільні переживання — радість перемоги чи гіркота поразки — створюють особливий психологічний зв'язок між студентами, який важко сформувати під час звичайних занять [5]. Крім того, фізична активність допомагає знімати напруження, знижує рівень тривожності та виховує культуру «чесної гри», що навчає поваги до суперника й уміння приймати критику. Це не лише формує здоровий психологічний клімат у групі, а й готує студентів до майбутньої професійної діяльності, де вміння працювати в команді та конструктивно взаємодіяти є ключовими.

Варто підкреслити й оздоровчий ефект спортивних ігор. Регулярна участь у них позитивно впливає на фізичний стан студентів, підвищує їхню працездатність і стійкість до стресу [2]. Таким чином, спортивні ігри виконують комплексну функцію: вони одночасно зміцнюють здоров'я, формують соціальні навички та сприяють академічній успішності. Це робить їх універсальним засобом виховання, який поєднує фізичний, психологічний та соціальний аспекти розвитку особистості.

### Список використаних джерел:

1. Семенюк М., Переверзева С. Інтеграція спортивних ігор у освітній процес: ефективне поєднання фізичної активності та спорту // Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор та єдиноборств у закладах вищої освіти. 2025. Т. 1. <https://journals.kdpu.edu.ua/sportgames2025>
2. Анікеєнко Л., Білоконь В. Спортивні ігри в університеті: вплив на стан здоров'я студентів // Науковий часопис УДУ ім. М. Драгоманова. Серія 15: Фізична культура і спорт. 2024. № 5 (178). DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.5\(178\).48](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.5(178).48)
3. Калашник Д. С., Бабаджанян В. В., Курій О. В., Блошенко О. І., Борейко Н. Ю. Підвищення ефективності фізичного виховання студентів із використанням інформаційних технологій // Науковий часопис УДУ ім. М. Драгоманова. Серія 15: Фізична культура і спорт. 2025. № 4 (190). DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.04\(190\).09](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.04(190).09)
4. Хомік О. М., Аллахвердієва Н. Я., Сахарук І. С., Борисюк О. С., Волянчук С. М. Розвиток комунікативної компетентності та навичок командної роботи («soft skills») у майбутніх фахівців фізичної культури і спорту // Zenodo. 2025. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.18083688>
5. Москаленко Н., Кошелева О., Сидорчук Т., Вілянський В., Дутко Т. Шляхи вдосконалення фізичного виховання студентів у сучасних умовах освітнього процесу // Фізичне виховання різних груп населення. 2025. DOI: <https://doi.org/10.32540/2071-1476-2025-1-124>

**Анотація:** *The article analyzes the role of sports games in shaping the social competence of university students. It demonstrates that team activities foster*

*collaboration, empathy, and responsibility while reducing psycho-emotional stress. The study proves that the systematic integration of sports games into the educational process is an effective tool for student socialization and for creating a healthy psychological environment within the university.*

**Ключові слова:** *sports games, student socialization, teamwork, psycho-emotional state, higher education.*

**Науковий керівник:**

**Медведєва Л.М.,**

*старший викладач кафедри фізичного виховання,  
Миколаївський національний аграрний університет*

УДК 796:004.77

## **ВИКОРИСТАННЯ ТІКТОК-ЧЕЛЕНДЖІВ ЯК ФАКТОР РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ МОЛОДІ**

**Кацан Анастасія,**

здобувачка вищої освіти спеціальності 073 Менеджмент (МЕН2/1)

Миколаївський національний аграрний університет

м. Миколаїв, Україна

**Анотація:** *у роботі досліджено використання TikTok-челенджів як фактору розвитку фізичної активності молоді та проаналізовано механізми впливу на молодь. Особливу увагу приділено недолікам впливу соціальних мереж на молоде покоління. Обґрунтовано позитивні сторони залучення TikTok-челенджів до навчальної сфери.*

**Ключові слова:** *технології, фізична активність, молодь, TikTok, челенджі, соціальні мережі, мотивація, спорт.*

В еру цифрових технологій та інформаційного суспільства соціальні мережі відіграють значну роль у формуванні поведінки молодих людей. На сьогодні однією з найпопулярніших мереж серед молоді є TikTok, в якому характерна висока динамічність контенту, вільне самовираження та комунікація між однодумцями. Одним з таких явищ є TikTok-челенджі, сутність яких полягає у виконанні певних вправ, зокрема танцювальних рухів під музичний супровід, популяризація на цій платформі та створення дуетів з іншими користувачами. Використання TikTok-челенджів може сприяти підвищенню мотивації молоді до рухової активності, оскільки вони поєднують елементи гри, творчості, соціальної взаємодії та самовираження. Таким чином, дослідження можливостей використання TikTok-челенджів як засобу стимулювання фізичної активності молоді є актуальним, оскільки дозволяє поєднати популярні цифрові тенденції із формуванням здорового способу життя та підвищенням рівня рухової активності молодого покоління.