

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО
МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Кваліфікаційна наукова
праця на правах рукопису

ЛЕУС СТЕПАН ОЛЕГОВИЧ

УДК 355.48/.49:796.011.3-053.5

ДИСЕРТАЦІЯ
**ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ
ВІЙСЬКОВО-ІСТОРИЧНОЇ РЕКОНСТРУКЦІЇ
НА УРОКАХ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ**

014 — Середня освіта (фізична культура)

01 Освіта / Педагогіка

Подається на здобуття наукового ступеня доктора філософії

Дисертація містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело

 Степан ЛЕУС

Науковий керівник:
Боднар Іванна Романівна,
доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор

Львів — 2025

АНОТАЦІЯ

Леус С. О. Використання засобів військово-історичної реконструкції на уроках фізичного виховання старшокласників. — Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання та спорту (доктор філософії) зі спеціальності 014 — Середня освіта (фізична культура). — Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського, Львів, 2025.

Використання військово-прикладних вправ (зокрема, елементів військово-історичної реконструкції) на уроках фізичної культури сприяє розвитку фізичних якостей, підвищенню мотивації до заняття фізичною культурою та формуванню практичних навичок, потрібних для захисту України.

Мета дослідження — розробити та експериментально перевірити ефективність програми фізичного виховання старшокласників з елементами військово-історичної реконструкції для поліпшення їх фізичної підготовленості, функціонального стану, підвищення рівня мотивації до систематичних занять фізичною культурою, формування національно-патріотичних цінностей і практичних військово-прикладних навичок.

Завдання дослідження:

1. Визначити актуальні проблеми військово-патріотичного виховання старшокласників в Україні.
2. З'ясувати передумови застосування засобів військово-історичної реконструкції у фізичному вихованні учнів старших класів.
3. Визначити рівень фізичної підготовленості учнів старших класів.
4. Обґрунтувати зміст програми фізичного виховання старшокласників із застосуванням засобів військово-історичної реконструкції.
5. Перевірити ефективність програми фізичного виховання з використанням засобів військово-історичної реконструкції.

Об'єкт дослідження: фізичне виховання старших школярів.

Предмет дослідження: засоби фізичного виховання учнів старшого шкільного віку з використанням елементів військово-історичної реконструкції.

Методи дослідження. Аналіз, синтез, узагальнення, порівняння даних наукової літератури, мережі «Інтернет»; опитування (анкетування) вчителів; педагогічні спостереження, тестування, експерименти; медико-біологічні методи дослідження; психодіагностичні методи дослідження; методи математичної статистики. *Аналіз і синтез, узагальнення і порівняння* даних спеціальної наукової, методичної літератури й мережі «Інтернет» здійснено для виокремлення актуальності питань, розв'язаних під час дослідження, теоретичного обґрунтування мети й завдань роботи; інтерпретації результатів фізичної підготовленості та ступеня патріотизму учнів старших класів, вивчення стандартів освіти й навчальних програм. *Опитування* вчителів проведено, щоб з'ясувати можливості й передумови застосування засобів військово-історичної реконструкції у фізичному вихованні учнів старших класів. *Педагогічні експерименти* здійснено для перевірки ефективності авторської програми фізичного виховання із використанням засобів військово-історичної реконструкції. Для порівняння вхідних і вихідних рівнів показників, проведено педагогічне *тестування* фізичної підготовленості учнів. Медико-біологічні методи (пробу Руф'є) застосовано для визначення функціональної працездатності серцево-судинної системи школярів; психодіагностичні методи дослідження (таблиці Шульте) — для з'ясування рівня розвитку уваги. Щоб оцінити рівень патріотизму, використано метод *спостереження* за навчальною діяльністю учнів старших класів на уроках та їхньою соціальною активністю у позаурочний час. Для коректної інтерпретації одержаних даних застосовано методи *математичної статистики*.

Наукова новизна *Уперше* обґрунтовано зміст програми фізичного виховання школярів, яка поєднує традиційні засоби фізичної підготовки із засобами історичного відтворення; також *уперше* обґрунтовано потребу

змінити підходи до організації фізичного виховання учнів старших класів. *Підтверджено*, що ефективним засобом фізичного й патріотичного виховання учнів старших класів може бути програма з елементами систем військового вишколу (військово-історичної реконструкції), які є надзвичайно актуальними й корисними в контексті підготовки молоді до можливих викликів сучасної війни та майбутнього захисту України. Програму експериментально перевірено й доведено її ефективність. *Набули подальшого розвитку* дані про показники фізичної підготовленості учнів старших класів і вплив на них занять з фізичного виховання.

Практичне значення досліджень полягає в розробленні структури й змісту програми з використанням засобів військово-історичної реконструкції на уроках фізичної культури учнів старших класів, у впровадженні підходу, який передбачає поєднання трьох навчальних предметів — «Фізична культура», «Історія України» та «Захист України». Представлено засоби, які можна використовувати на заняттях із фізичної культури, частину з них експериментально перевірено. Оновлено підходи до використання військово-прикладних вправ і запропоновано нові засоби.

Запропоновані структура та зміст програми фізичного виховання старшокласників із використанням засобів військово-історичної реконструкції дадуть змогу значно розширити арсенал методів і засобів у фізичному вихованні школярів, підсилити фізичну й моральну підготовку молоді до захисту України. Завдяки міждисциплінарним зв'язкам програма сприятиме ліпшому засвоєнню інформації з дисципліни «Історія України», а окремі її засоби можуть доповнити й урізноманітнити програму навчання «Захист України».

Дисертаційне дослідження проведено чотирма етапами в період від 2021 до 2025 року на базі Львівського державного університету фізичної культури імені Івана Боберського.

Результати. У першому розділі «**Військово-прикладні вправи як засіб фізичного виховання старшокласників**» визначено актуальні питання

фізичного й військово-патріотичного виховання старшокласників, зокрема засобами військово-історичної реконструкції. Рівень фізичного виховання старшокласників в Україні залишається нерівномірним через недостатню інфраструктуру, низьку мотивацію учнів і нестачу належної підтримки з боку школи та сім'ї, що вимагає комплексного підходу до вдосконалення програм, поліпшення матеріальної бази й залучення громади до формування активного способу життя молоді. Військово-патріотичне виховання старшокласників в Україні надзвичайно актуальне в контексті сучасних викликів, проте воно стикається з проблемами недостатньої інституційної підтримки, обмеженої матеріально-технічної бази та неупорядкованого введення програм, що потребує комплексного підходу до його удосконалення та впровадження в освітній процес. Стан військово-патріотичного виховання старшокласників в Україні характеризується щораз більшою увагою до практичних навичок та історичної реконструкції, проте відомі проблеми оновлення програм, відповідності сучасним військовим реаліям та адаптації методик до потреб учнів, що вимагає подальшого вдосконалення й упровадження ефективних підходів. Військово-історичні реконструкції як важливий елемент військово-патріотичного виховання сприяють формуванню національної свідомості, технічної та тактичної підготовки молоді. Вони допомагають розвивати психологічну стійкість, командну роботу й усвідомлення важливості захисту держави, особливо в умовах сучасних викликів. Використання історичних тем, зокрема боротьби Українських січових стрільців, Армії УНР та УПА, зміцнює патріотизм і мотивацію до служби, робить реконструкції ефективним засобом підготовки молоді до оборони країни.

У другому розділі «**Методи та організація дослідження**» представлено методи дослідження, вибрані для розв'язання поставлених завдань, обґрунтовано доцільність їх застосування, подано інформацію про контингент досліджуваних, описано етапи організації та проведення дослідження. У роботі використано такі методи дослідження: аналіз, синтез, узагальнення, порівняння даних наукової літератури й мережі «Інтернет», опитування

(анкетування) учителів, педагогічне спостереження, тестування, педагогічний експеримент, медико-біологічні методи дослідження, психодіагностичні методи дослідження, методи математичної статистики.

У третьому розділі **«Можливості й передумови застосування засобів військово-історичної реконструкції у фізичному вихованні учнів старших класів»** з'ясовано можливості й передумови застосування засобів військово-історичної реконструкції у фізичному вихованні учнів старших класів. Стан викладання «Захист України» потребує суттєвих змін, зокрема в оновленні програм, підвищенні кваліфікації вчителів і впровадженні сучасних підходів, таких як військово-історична реконструкція. Середній вік учителів «Захист України» ($40,0 \pm 44,3$ року) вказує на брак молодих кадрів у цій сфері, що може впливати на динамічність і сучасність викладання. Майже половина вчителів (49,0 %) не проходила військової служби, а більшість із них (73,0 %) не має військової освіти, що суттєво обмежує їх здатність передати практичні військові навички й підготувати учнів до служби у війську. Тож варто сприяти підготовці молодих учителів і залученню фахівців із військовим досвідом для підвищення якості навчання. Кожен третій учитель (32,9 %) підтримує освітні реформи, тоді як ще третина (36,4 %) не визначилася зі своїм ставленням. Більшість педагогів (74,5 %) схвалює залучення дівчат до предмета «Захист України», що відповідає реаліям сучасної війни. Позитивне ставлення до залучення дівчат демонструє розуміння гендерної рівності, але частина вчителів потребує додаткового інформування щодо реформ. Більшість учителів (80,0 %) вважає програму застарілою і вказує (85,4 %) на потребу змін. Стройова підготовка займає перше місце в програмі, а тактична медицина — лише третє, що не відповідає сучасним викликам. Окрім того, 72,9 % учнів забезпечені дерев'яними макетами зброї, а 87,0 % — цивільними аптечками, але польові табори не організовують у 60,8 % шкіл. Отож програма потребує оновлення з урахуванням актуальних аспектів, таких як тактична медицина й практичні навички.

Вивчення військової історії як ключовий елемент патріотичного виховання підтримує абсолютна більшість учителів. Історія українського війська важлива для 93,5 % респондентів, а 99,3 % учителів вважають, що учні мають знати про Київську Русь, Гетьманщину, УНР, УПА. Гра «Джура» як система військового вишколу має найбільший вплив на патріотичне виховання (42,8 %) і практичні навички (42,7 %), є найпоширенішою (68,2 %) та актуальною для підготовки молоді (55,6 %), інші системи потребують популяризації та адаптації. Хортинг відомий для 50,8 %, але тільки 27,8 % вважає його актуальним. Військово-історична реконструкція одержала помірну підтримку через її складність і вартість. Використання елементів реконструкції мотивує учнів (55,0 %) і підвищує рівень патріотизму (78,2 %), тому більшість (71,3 %) учителів підтримує військово-прикладні вправи на уроках фізичної культури, 55,3 % вважає їх корисними для 10–11 класів. Отже, військово-історична реконструкція має потенціал як інноваційна система фізичного й патріотичного виховання, якщо її впровадження буде оптимізовано й матиме чітку методологію.

Фізична підготовленість старшокласників характеризується нерівномірністю показників із сильнішими результатами в силових і швидкісних вправах, але середнім рівнем спритності, витривалості й точності. Високий рівень уважності ($21,88 \pm 4,85$ с) із помірною варіативністю є позитивним показником когнітивної підготовленості учнів. Функціональний стан серцево-судинної системи ($7,75 \pm 2,74$ у. о.) перебуває на середньому рівні із суттєвими відмінностями між учнями, що свідчить про потребу комплексного підходу до вдосконалення фізичної підготовки.

У четвертому розділі **«Програма фізичного виховання учнів старших класів із застосуванням засобів військово-історичної реконструкції»** обґрунтовано зміст програми фізичного виховання старшокласників із застосуванням засобів військово-історичної реконструкції та перевірено її ефективність. Програма поєднувала традиційні засоби фізичної підготовки із засобами історичного відтворення, що містили використання холодної та

вогнепальної зброї, фортифікаційних споруд, елементів техніки минулих війн, тактичних дій, уніформи та спорядження чотирьох історичних періодів. До практичних компонентів входили облаштування укріплень, подолання смуги перешкод із гімнастичними елементами, метання гранат на дальність і точність із різних положень, участь у військово-спортивних походах і таборах, надання першої допомоги й транспортування поранених.

Розроблену програму впроваджено в навчальний процес закладів загальної середньої освіти. Для з'ясування вхідного й вихідного рівнів показників учасників експерименту проведено педагогічне тестування фізичної підготовленості учнів старших класів; для оцінювання рівня патріотизму — спостереження за навчальною діяльністю учнів на уроках та їхньою соціальною активністю в позаурочний час. В умовах педагогічного експерименту у школярів експериментальної групи вірогідно ($p < 0,05$ – $0,01$) поліпшилися показники загальної фізичної підготовленості: сили правої і лівої кистей, результати стрибка на вказану довжину, нахилів вправо і вліво; суттєво зросли показники уваги ($p = 0,001$), що свідчить про ефективність програми фізичного виховання з використанням засобів військово-історичної реконструкції.

Зміни результатів хлопців і дівчат у військово-прикладних вправах були суттєвими в метанні гранати на влучність у вертикальну ціль із положення стоячи з-за укриття ($p < 0,01$ – $0,001$) та метанні гранати з коліна з-за укриття в горизонтальну ціль ($p < 0,01$), долати смуги укриттів ($p < 0,001$), перенесенні пораненого й передаванні його через вікно ($p < 0,001$), прийманні пораненого через вікно та перенесенні його ($p < 0,05$). У підсумку учні експериментальної групи (ЕГ) переважали учнів контрольної групи (КГ) за показниками військово-прикладної фізичної підготовленості ($p < 0,05$), що свідчить про вищу ефективність авторської програми фізичної культури, як порівняти з традиційною.

В усіх компонентах патріотизму (інтелектуальному, мотиваційному, діяльнісному, морально-етичному й соціальному) в учасників ЕГ

спостерігалось суттєве ($p < 0,01 - 0,001$) поліпшення показників, тоді як у КГ зміни були мінімальними або статистично невірогідними. Це свідчить про вищу ефективність авторської програми фізичного виховання з використанням засобів військово-історичної реконструкції, ніж традиційної.

У п'ятому розділі «**Аналіз та узагальнення результатів дослідження**» представлено підсумок результатів дисертаційного дослідження та їх порівняння з результатами наявних наукових досліджень. Подано три групи даних, одержаних під час проведення дисертаційного дослідження.

Ключові слова: фізична культура, школярі, патріотичне виховання, міжпредметні зв'язки, фізичне виховання, військово-прикладні вправи, фізична підготовленість.

ABSTRACT

Leus S. O. Use of Military-Historical Reenactment Tools in High School Physical Education. — A Qualification Research Work (Manuscript).

A dissertation for the degree of Candidate of Sciences in Physical Education and Sports (Doctor of Philosophy) in the specialty 014 — Secondary Education (Physical Education). — Ivan Boberskyi Lviv State University of Physical Culture, Lviv, 2025.

The aim of the research is to develop and experimentally test the effectiveness of a physical education program for high school students that incorporates elements of military-historical reconstruction to improve their physical fitness, functional condition, motivation for regular physical activity, national-patriotic values, and practical military-applied skills. The dissertation research was conducted over four stages from 2021 to 2025 at the Ivan Boberskyi Lviv State University of Physical Culture.

Research Objectives:

1. To identify current issues in the military-patriotic education of high school students in Ukraine.

2. To determine the prerequisites for applying military-historical reconstruction tools in the physical education of senior students.
3. To assess the level of physical fitness among high school students.
4. To justify the content of a physical education program for senior students using military-historical reconstruction tools.
5. To evaluate the effectiveness of the physical education program that includes military-historical reconstruction methods.

Object of research: physical education of high school students.

Subject of research: methods of physical education for senior students using elements of military-historical reconstruction.

Research Methods:

Analysis, synthesis, generalization, and comparison of data from scientific literature and online sources; surveys (questionnaires) of teachers; pedagogical observation, testing, and experimentation; biomedical research methods; psychodiagnostic methods; and methods of mathematical statistics.

Analysis and synthesis, as well as generalization and comparison of data from specialized academic and methodological literature and online sources, were used to highlight the relevance of the issues addressed in the study, theoretically justify the research aim and objectives, and interpret the results concerning students' physical fitness and levels of patriotism. Surveys of teachers were conducted to identify the feasibility and preconditions for applying military-historical reconstruction methods in physical education. Pedagogical experiments were carried out to test the effectiveness of the author's physical education program involving military-historical reconstruction techniques. To compare initial and final performance indicators, pedagogical testing of students' physical fitness was conducted. Biomedical methods (Ruffier test) were used to assess the functional capacity of the cardiovascular system; psychodiagnostic methods (Schulte tables) helped evaluate attention span. To assess the level of patriotism, students' educational behavior during lessons and social engagement outside school hours were observed.

Mathematical statistics methods were used for accurate interpretation of the collected data.

Scientific Novelty

For the first time, the content of a physical education program for school students has been substantiated, combining traditional means of physical training with methods of historical re-enactment. This research also provides the first rationale for revising current approaches to organizing physical education for senior students. It has been confirmed that a program incorporating elements of military training systems (specifically, military-historical reconstruction) can serve as an effective means of both physical and patriotic education. Such systems are highly relevant and valuable in the context of preparing young people to meet the challenges of contemporary warfare and the future defense of Ukraine.

The program has undergone experimental verification, and its effectiveness has been proven. The study has further developed data on physical fitness indicators of senior students and the influence of physical education classes on these indicators. The integration of re-enactment elements into physical education has led to a significant increase in students' motivation and readiness for physical activity. The study also expands the theoretical understanding of interdisciplinary approaches to physical and civic education.

Practical Significance of the Research

The practical significance of the study lies in the development of a structure and content of a physical education program for high school students that utilizes tools of military-historical reconstruction. This approach integrates components from three subjects — “Physical Culture,” “History of Ukraine,” and “Defense of Ukraine.” The research presents specific tools and exercises applicable in physical education classes, some of which have been experimentally tested and validated. The study updates approaches to using military-applied exercises and introduces new methods into the school curriculum.

The proposed structure and content of the physical education program with military-historical reconstruction elements will significantly expand the

methodological arsenal available to physical education teachers. This will help strengthen both the physical and moral readiness of youth for national defense. Through interdisciplinary integration, the program also promotes better comprehension of Ukrainian history, while specific components can enhance and diversify instruction in “Defense of Ukraine.” This aligns with modern educational strategies focused on patriotism, applied skills, and resilience.

Dissertation Structure and Key Research Results

The dissertation was carried out over four stages between 2021 and 2025 at Lviv State University of Physical Culture named after Ivan Boberskyj.

The first chapter addresses current issues of physical and military-patriotic education for high school students, particularly through military-historical reenactment. The level of physical education among high school students in Ukraine remains inconsistent due to insufficient infrastructure, low student motivation, and a lack of adequate support from schools and families. This situation necessitates a comprehensive approach to improving programs, enhancing material resources, and engaging the community in fostering an active lifestyle among young people. Military-patriotic education for high school students in Ukraine is highly relevant in the context of contemporary challenges. However, it faces issues such as inadequate institutional support, limited material and technical resources, and uneven program implementation, requiring a comprehensive approach for its enhancement and integration into the educational process. The current state of military-patriotic education for high school students is characterized by increasing attention to practical skills and historical reenactment, yet challenges remain regarding curriculum updates, alignment with modern military realities, and adaptation of methodologies to student needs, necessitating further improvements and the integration of effective approaches. Military-historical reenactments are a crucial element of military-patriotic education, contributing to national awareness and the technical and tactical training of young people. They help develop psychological resilience, teamwork, and an understanding of the importance of national defense, especially in the face of modern challenges. The use of historical themes, particularly

those related to the struggle of the Ukrainian Sich Riflemen, the Ukrainian People's Army, and the Ukrainian Insurgent Army, strengthens patriotism and motivation for service, making reenactments an effective means of preparing youth for national defense.

The second chapter presents the research methodology chosen to address the study's objectives, justifies the use of specific methods, provides information about the research participants, and describes the stages of organization and implementation. The research employed methods such as analysis, synthesis, generalization, comparison of data from scientific literature and internet sources, teacher surveys (questionnaires), pedagogical observation, testing, pedagogical experiments, medical-biological research methods, psychodiagnostic methods, and mathematical statistics.

The third chapter explores the potential and prerequisites for applying military-historical reenactment in the physical education of high school students. The state of teaching the subject «Defense of Ukraine» requires significant changes, particularly in updating curricula, improving teacher qualifications, and introducing modern approaches such as military-historical reenactment. The average age of teachers of «Defense of Ukraine» (40.0 ± 44.3 years) indicates a lack of young professionals in this field, which may affect the dynamism and modernity of instruction. Nearly half of the teachers (49.0 %) have not served in the military, and the majority (73.0 %) lack military education, significantly limiting their ability to impart practical military skills to students and prepare them for service. Therefore, it is necessary to support the training of young teachers and involve specialists with military experience to improve the quality of instruction. One-third of teachers (32.9 %) support educational reforms, while another third (36.4 %) remain undecided. Most educators (74.5 %) support the inclusion of girls in the «Defense of Ukraine» course, aligning with the realities of modern warfare. The positive attitude toward female participation reflects an understanding of gender equality, yet some teachers require additional information on these reforms. Most teachers (80.0 %) consider the current program outdated, and (85.4 %) highlight the need for

changes. Drill training takes precedence in the curriculum, while tactical medicine ranks third, which does not align with modern challenges. Among students, 72.9 % have access to wooden weapon models, and 87.0 % to civilian first aid kits, but field training camps are not organized in 60.8 % of schools. Therefore, the program requires updates with a focus on relevant aspects such as tactical medicine and practical skills.

The study of military history is a key component of patriotic education, supported by the vast majority of teachers. The history of the Ukrainian military is considered important by 93.5 % of respondents, and 99.3 % of teachers believe students should be knowledgeable about Kyiv Rus, the Cossack era, the Ukrainian People's Republic, and the Ukrainian Insurgent Army. The «Dzhura» military training system has the most significant influence on patriotic education (42.8 %) and practical skills (42.7 %), is the most widespread (68.2 %), and is relevant for youth training (55.6 %). Other systems require promotion and adaptation. «Khorting» is familiar to 50.8 % but deemed relevant by only 27.8 %. Military-historical reenactment received moderate support due to its complexity and cost. The use of reenactment elements motivates students (55.0 %) and increases patriotism (78.2 %). Consequently, most teachers (71.3 %) support military-applied exercises in physical education lessons, with 55.3 % considering them beneficial for 10th–11th-grade students. Thus, military-historical reenactment has potential as an innovative method of physical and patriotic education, provided its implementation is optimized, but it requires a well-defined methodological framework.

High school students' physical fitness levels are characterized by uneven performance, with stronger results in strength and speed exercises but an average level of agility, endurance, and accuracy. Attention levels (21.88 ± 4.85 sec) indicate a high cognitive readiness with moderate variability, which is a positive indicator. Cardiovascular physical work capacity (7.75 ± 2.74 arbitrary units) is at an average level, with significant differences among students, highlighting the need for a comprehensive approach to improving physical and functional preparedness.

The fourth chapter substantiates the content of a physical education program for high school students incorporating military-historical reenactment and assesses its effectiveness. The program combined traditional physical training methods with historical reenactment elements, including the use of cold and firearms, fortifications, military equipment from past wars, tactical maneuvers, uniforms, and gear from four historical periods. Practical components included constructing fortifications, overcoming obstacle courses with gymnastic elements, throwing grenades for distance and accuracy from various positions, participating in military-sports hikes and camps, providing first aid, and evacuating the wounded.

The developed program was implemented in two general secondary education institutions. To determine the initial and final levels of participants' indicators, pedagogical testing of students' physical fitness was conducted. Patriotism levels were assessed through observation of student participation in lessons and extracurricular social activities. Under experimental conditions, students in the experimental group showed significant ($p < 0.05-0.01$) improvements in overall physical fitness: grip strength of both hands, standing long jump results, right and left-side flexibility. Attention scores improved significantly ($p = 0.001$), indicating the effectiveness of the physical education program incorporating military-historical reenactment.

Changes in boys' and girls' performance in military-applied exercises were significant, particularly in grenade throwing for accuracy at a vertical target from behind cover ($p < 0.01-0.001$), grenade throwing from a kneeling position at a horizontal target ($p < 0.01$), overcoming cover obstacles ($p < 0.001$), evacuating the wounded and passing them through a «window» ($p < 0.001$), receiving the wounded through a «window» and transporting them ($p < 0.05$). As a result, students in the experimental group outperformed those in the control group in military-applied physical fitness indicators ($p < 0.05$), confirming the greater effectiveness of the author's physical education program compared to the traditional one.

In all components of patriotism (intellectual, motivational, behavioral, moral-ethical, and social), participants in the experimental group demonstrated significant

($p < 0.01-0.001$) improvements, whereas changes in the control group were minimal or statistically insignificant. This confirms the higher effectiveness of the author's physical education program incorporating military-historical reenactment compared to traditional methods.

The fifth chapter summarizes the dissertation results and compares them with existing scientific sources. Three key datasets obtained during the research are presented. For the first time, the content of a school physical education program integrating traditional training with historical reenactment methods was substantiated. The need to revise approaches to organizing high school physical education was also justified. Additionally, the study confirmed that a program incorporating military training systems (military-historical reenactment) can serve as an effective means of physical and patriotic education, particularly in preparing youth for contemporary military challenges and future national defense. The program was experimentally tested and proven effective. Further data on high school students' physical fitness levels and the impact of physical education on their performance were developed.

Keywords: physical culture, schoolchildren, patriotic education, interdisciplinary integration, physical education, military-applied exercises, physical fitness.

Список публікацій здобувача за темою дисертації

Наукові праці, у яких опубліковано основні наукові результати дисертації

1. Боднар ІР, Леус СО. Впровадження військово-історичної реконструкції у фізичне виховання як засіб патріотичного виховання учнів. Вісн. Прикарпат. ун-ту Серія. 2025;(43):66-70.

<https://doi.org/10.15330/fcult.43.66-70>

Внесок здобувача полягає у проведенні дослідження, зборі та обробці одержаних даних.

2. Леус СО, Боднар ІР. Вплив методики військово-історичної реконструкції на результати метання гранат учнів старших класів. Наук. дискурс у фіз. вихованні і спорті . 2024;(2):38-46.

Внесок здобувача полягає у проведенні дослідження, зборі та обробці одержаних даних.

3. Леус СО. Військово-історична реконструкція як методика фізичного виховання старшокласників у результатах опитування вчителів. Наук. часопис НПУ ім. МП Драгоман. Серія 5 Пед. науки. 2024;(99):41-44.

<https://doi.org/10.31392/udu-nc.series5.2024.99.08>

4. Леус СО. Ставлення вчителів до використання військово-прикладних вправ на уроках фізичної культури. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2024;(4(68)):55-62. Доступно на:

<https://doi.org/10.29038/2220-7481-2024-04-55-62>

Наукові праці, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації

1. Боднар ІР, Леус СО. Військово-історична реконструкція, як засіб фізичного та патріотичного виховання старшокласників. XII Міжнар. науково-практ. конф. Проблеми активізації рекреаційно оздоров. діяльності населення. 2020:39–42.

2. Леус СО. Методика використання військово-історичної реконструкції на уроках фізичної культури. Perspect World Sci Educ Abstr 5th Int Sci Pract Conf. 2020:538-40.

Внесок здобувача полягає у проведенні дослідження, зборі та обробці одержаних даних.

3. Леус СО. Використання засобів військово-історичної реконструкції на уроках фізичного виховання старшокласників. Молода спорт. наука України. 2023;2:82-3.

Наукові праці, які додатково відображають наукові результати дисертації

1. Андрес А, Леус С, Максим'як В, Булатов О. Військово-історична реконструкція як засіб патріотичного фізичного виховання. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15 [Інтернет]. 12 трав. 2023 [цитовано 10 лют. 2025];(5(165)):11-3. Доступно на: [https://doi.org/10.31392/npu-nc.series15.2023.5k\(165\).02](https://doi.org/10.31392/npu-nc.series15.2023.5k(165).02)

Внесок здобувача полягає у проведенні дослідження, зборі та обробці одержаних даних.

2. Леус СО, Боднар ІР. Смуга укриттів та перенесення поранених як засоби військово-історичної реконструкції на уроках фізичної культури. PASN. 29, Жовтень 2024;(11).

<https://pedagogical-academy.com/index.php/journal/article/view/393>

Внесок здобувача полягає у проведенні дослідження, зборі та обробці одержаних даних.

ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ.....	22
ВСТУП.....	23
РОЗДІЛ 1. ВІЙСЬКОВО-ПРИКЛАДНІ ВПРАВИ ЯК ЗАСІБ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ...	30
1.1. Стан проблеми галузі фізичної культури у навчанні школярів старших класів.....	30
1.2. Стан і проблеми використання військово-прикладних вправ у навчальному процесі учнів старших класів.....	31
1.3. Військово-історична реконструкція як засіб військово- патріотичного виховання школярів.....	37
1.3.1. Військово-історична реконструкція як вид громадської діяльності в Україні.....	37
1.3.2. Військово-історична реконструкція у шкільному навчанні за кордоном.....	42
1.3.3. Військово-історична реконструкція як засіб фізичного виховання учнів старших класів.....	54
Висновки до розділу 1.....	62
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ	64
2.1. Методи дослідження.....	64
2.1.1. Аналіз, синтез, узагальнення та порівняння.....	64
2.1.2. Опитування (анкетування) вчителів.....	65
2.1.3. Педагогічне спостереження.....	66
2.1.4. Педагогічний експеримент.....	68
2.1.5. Медико-біологічні методи дослідження.....	75
2.1.6. Психодіагностичні методи дослідження.....	75
2.1.7. Методи математичної статистики.....	76
2.2 .Організація дослідження.....	76

РОЗДІЛ 3. МОЖЛИВОСТІ Й ПЕРЕДУМОВИ ЗАСТОСУВАННЯ ЗАСОБІВ ВІЙСЬКОВО-ІСТОРИЧНОЇ РЕКОНСТРУКЦІЇ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ УЧНІВ СТАРШИХ КЛАСІВ.....	79
3.1. Соціально-демографічні дані учасників опитування.....	79
3.2. Ставлення вчителів до структурних змін у системі шкільної освіти в Україні.....	88
3.3. Оцінка змісту дисципліни «Захист України» у старшій школі.....	91
3.4. Патріотичне виховання школярів у закладах загальної середньої освіти.....	97
3.5. Порівняння систем військового вишколу.....	104
3.6. Застосування засобів військово-історичної реконструкції для фізичного й патріотичного виховання старшокласників.....	112
3.7. Психо-фізична підготовленість учнів старших класів.....	124
Висновки до розділу 3.....	133
РОЗДІЛ 4. ПРОГРАМА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВ СТАРШИХ КЛАСІВ ІЗ ЗАСТОСУВАННЯМ ЗАСОБІВ ВІЙСЬКОВО-ІСТОРИЧНОЇ РЕКОНСТРУКЦІЇ..	134
4.1. Обґрунтування змісту авторської програми фізичного виховання на основі військово-історичної реконструкції.....	134
4.2. Зміст програми використання військово-історичної реконструкції у фізичному вихованні старшокласників.....	137
4.3. Зміни показників фізичної підготовленості та функціонального стану школярів під впливом авторської програми фізичного виховання.....	142

4.4. Вплив програми фізичного виховання із засобами військово-історичної реконструкції на рівень патріотизму учнів старших класів.....	154
Висновки до розділу 4.....	163
РОЗДІЛ 5. АНАЛІЗ ТА УЗАГАЛЬНЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	165
ВИСНОВКИ.....	177
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	181
ДОДАТКИ.....	203

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ

ГО — громадська організація

ЕГ — експериментальна група

ЗУНР — Західноукраїнська народна республіка

КГ — контрольна група

КГ — кумулятивна граната

ПЕ — педагогічний експеримент

ТВІР — Товариство військово-історичної реконструкції

УПА — Українська повстанська армія

УСС — Українські січові стрільці

УНР — Українська народна республіка

ВСТУП

Актуальність дослідження. В умовах війни в Україні вдосконалення фізичного виховання старшокласників набуває особливої актуальності.

Дослідження Андерс, Боднар, Бородай [2, 8, 9, 10, 62, 63] свідчать, що використання елементів військово-історичної реконструкції на уроках фізичної культури сприяє розвитку рухових якостей, підвищує мотивацію до занять фізичною культурою та формування практичних навичок захисту України.

Інтеграція засобів військово-історичної реконструкції в освітній процес зумовлює не лише поліпшення фізичної підготовленість учнів, а й розвиток національної свідомості та посилення національної гордості як ключових елементів патріотичного виховання Бех, Ковба [2, 3, 48].

У розробленій експериментальній програмі передбачено використання військово-прикладних вправ, узятих із рухової активності з військово-історичної реконструкції. Це вправи з метання гранат, долання смуги укриттів і вправи з перенесенням пораненого. Тож було важливо оцінити сучасний стан використання таких вправ.

Аналіз наукових джерел встановив, що метання гранат як елемент фізичної підготовки детально розглянуто у військових інструкціях для бійців, проте його майже немає в шкільних програмах. У підручниках із предмета «Захист України» подано застарілі або обмежені методики, у яких не враховано сучасні умови ведення бойових дій. Окремі дослідження вивчають техніку метання гранат із розбігу, що має більший спортивний характер, а не практичне застосування для школярів. Водночас міжнародні навчальні матеріали про метання гранат з окопу переважно спрямовані на військову підготовку професійної армії, а не на підготовку молоді до оборони держави.

Щодо смуги перешкод, то в більшості доступних матеріалів описано її класичні варіанти, орієнтовані на військові або спортивні змагання, як-от туристсько-спортивні випробування в межах гри «Джура». До того ж використання перешкод як укриттів або їх адаптацію для розвитку тактичного

мислення школярів у фізичному вихованні не досліджено. Деякі публікації акцентують на тактичній медицині й евакуації поранених, вони орієнтовані на студентів військових спеціальностей, а не на загальноосвітню школу. Запозичення окремих елементів із міжнародних військових тренувальних програм, таких, як британська кадетська підготовка, відкриває можливості для вдосконалення методики фізичного виховання школярів із використанням військово-історичної реконструкції.

Тему військово-історичної реконструкції в Україні розкрито здебільшого з туристичною метою. За кордоном вивченню використання військово-історичної реконструкції на уроках фізичної культури приділена недостатня увага. Наявна інформація про її використання на заняттях з історії чи у форматі відкритих занять. Наприклад, деякі вчителі у США поєднали рухову активність на заняттях з фізичної культури з історією. Вони вирішили взяти за основу гру «Снайпер», а з історичної тематики — Війну за незалежність США [173]. Крім цього, у Великій Британії у школі «Talbot Heath» проводять уроки, присвячені Першій світовій війні. Учні 4 і 5 класів одержали знання й здобули практичний досвід про життя солдата в окопах у час війни [172].

За наявності військових інструкцій для бійців та окремих військово-прикладних застарілих вправ у сучасних освітніх програмах не передбачено систематичного навчання цих навичок у межах фізичного виховання. Водночас, класичні смуги перешкод орієнтовані переважно на спортивну або військову підготовку, не враховано їхнього домінантного значення у формуванні практичних навичок школярів в умовах війни. Це створює невідповідність між фізичною підготовленістю учнів і реальними вимогами безпеки й обороноздатності, що потребує наукового обґрунтування та розроблення програм фізичного виховання, які містять елементи військово-фізичної підготовки.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертаційне дослідження виконано згідно з темою НДР кафедри теорії і методики фізичної культури Львівського державного університету фізичної

культури імені Івана Боберського на 2017–2020 рр. «Теоретико-методичні аспекти оптимізації рухової активності різних груп населення» (затверджено на засіданні вченої ради ЛДУФК, протокол № 4 від 17.11.2016 р.). Внесок здобувача полягав у розробленні програми фізичного виховання старшокласників із використанням засобів військово-історичної реконструкції.

У дисертаційному дослідженні розв'язано актуальне науково-прикладне завдання, яке полягає в підвищенні ефективності фізичного виховання, підтвердженні актуальності й соціальної значущості застосування міжпредметних взаємозв'язків між уроками фізичної культури, історії України та захисту України у вигляді впровадження елементів військово-історичної реконструкції у зміст фізичного виховання учнів старших класів.

Мета дослідження — розробити та експериментально перевірити ефективність програми фізичного виховання старшокласників з елементами військово-історичної реконструкції для поліпшення їх фізичної підготовленості, функціонального стану, підвищення рівня мотивації до систематичних занять фізичною культурою, формування національно-патріотичних цінностей і практичних військово-прикладних навичок.

Завдання дослідження:

1. Визначити актуальні проблеми військово-патріотичного виховання старшокласників в Україні.
2. З'ясувати передумови застосування засобів військово-історичної реконструкції у фізичному вихованні учнів старших класів.
3. Визначити рівень фізичної підготовленості учнів старших класів.
4. Обґрунтувати зміст програми фізичного виховання старшокласників із застосуванням засобів військово-історичної реконструкції.
5. Перевірити ефективність програми фізичного виховання з використанням засобів військово-історичної реконструкції.

Об'єкт дослідження: фізичне виховання старших школярів.

Предмет дослідження: засоби фізичного виховання учнів старшого шкільного віку з використанням елементів військово-історичної реконструкції.

Методи дослідження. Аналіз, синтез, узагальнення, порівняння даних наукової літератури, мережі «Інтернет»; опитування (анкетування) вчителів; педагогічні спостереження, тестування, експерименти; медико-біологічні методи дослідження; психодіагностичні методи дослідження; методи математичної статистики. *Аналіз і синтез, узагальнення і порівняння* даних спеціальної наукової, методичної літератури й мережі «Інтернет» здійснено для виокремлення актуальності питань, розв'язаних під час дослідження, теоретичного обґрунтування мети й завдань роботи; інтерпретації результатів фізичної підготовленості та ступеня патріотизму учнів старших класів, вивчення стандартів освіти й навчальних програм. *Опитування* вчителів проведено, щоб з'ясувати можливості й передумови застосування засобів військово-історичної реконструкції у фізичному вихованні учнів старших класів. *Педагогічні експерименти* здійснено для перевірки ефективності авторської програми фізичного виховання із використанням засобів військово-історичної реконструкції. Для порівняння вхідних і вихідних рівнів показників, проведено педагогічне *тестування* фізичної підготовленості учнів. Медико-біологічні методи (пробу Руф'є) застосовано для визначення функціональної працездатності серцево-судинної системи школярів; психодіагностичні методи дослідження (таблиці Шульте) — для з'ясування рівня розвитку уваги. Щоб оцінити рівень патріотизму, використано метод *спостереження* за навчальною діяльністю учнів старших класів на уроках та їхньою соціальною активністю у позаурочний час. Для коректної інтерпретації одержаних даних застосовано методи *математичної статистики*.

Наукова новизна одержаних результатів:

- *уперше* обґрунтовано і розроблено зміст програми фізичного виховання старшокласників із застосуванням засобів військово-історичної реконструкції. Вона поєднує традиційні засоби фізичної підготовки (легку атлетику,

гімнастику, плавання, двобої, стрільбу, верхову їзду) із засобами історичного відтворення, що стосуються чотирьох історичних періодів: Київської Русі (лицарі), Гетьманщини (козаки), УНР і ЗУНР (стрільці), УПА (повстанці);

- *уперше* обґрунтовано: потребу в зміні підходів до організації фізичного виховання учнів старших класів з урахуванням даних, які були отримані в процесі анкетування вчителів дисципліни «Захист України»; необхідність удосконалення змісту навчальних програм та їх матеріального забезпечення відповідно до викликів сучасної війни; важливість і своєчасність патріотичного виховання та формування національної свідомості школярів на прикладах історії в закладах загальної середньої освіти в сучасних реаліях;

- *підтверджено*, що ефективним засобом фізичного й патріотичного виховання учнів старших класів може бути програма з елементами систем військового вишколу (військово-історичної реконструкції), які є надзвичайно корисними в контексті підготовки молоді до викликів сучасної війни й майбутнього захисту України (поліпшення фізичного стану учнів, формування практичних навичок військово-бойових дій, використання зброї, формування мотивації учнів до регулярних занять фізичними вправами, підвищення рівня патріотизму школярів). Програму фізичного виховання з елементами військово-історичної реконструкції експериментально перевірено, доведено її ефективність;

- *набули подальшого розвитку* дані про показники фізичної підготовленості та розумової працездатності учнів старших класів і вплив на них занять із фізичної культури.

Практична значення досліджень полягає в розробленні структури й змісту програми з використанням засобів військово-історичної реконструкції на уроках фізичної культури учнів старших класів, у впровадженні підходу, який передбачає поєднання трьох навчальних предметів — «Фізична культура», «Історія України» та «Захист України». Представлено засоби, які можна використовувати на заняттях із фізичної культури, частину з них

експериментально перевірено. Оновлено підходи до використання військово-прикладних вправ і запропоновано нові засоби.

Запропоновані структура та зміст програми фізичного виховання старшокласників із використанням засобів військово-історичної реконструкції дадуть змогу значно розширити арсенал методів і засобів у фізичному вихованні школярів, підсилити фізичну й моральну підготовку молоді до захисту України. Завдяки міждисциплінарним зв'язкам програма сприятиме ліпшому засвоєнню інформації з дисципліни «Історія України», а окремі її засоби можуть доповнити й урізноманітнити програму навчання «Захист України».

Результати досліджень упроваджено в навчальний процес Ліцею № 80 Львівської міської ради під час викладання дисципліни «Фізична культура» для учнів 10 та 11 класів (акт упровадження від 30.05.2024 р., додаток Б). Результати досліджень апробовано і впроваджено в практику роботи кафедри теорії та методики фізичного виховання Львівського державного університету фізичної культури імені Івана Боберського (акт упровадження від 12 лютого 2025 р., додаток В), а також впроваджено у практику закладів загальної середньої освіти, закладів професійної (професійно-технічної) освіти та закладів фахової передвищої освіти Львівської області (акт впровадження від 29 травня 2025р., додаток Г)

Особистий внесок здобувача полягає у визначенні актуальності проблеми, системному аналізі й узагальненні теоретичних положень, проведенні емпіричних досліджень, обробці одержаних даних, їхньому інтерпретуванню та формулюванню висновків. Окрім того, автор розробив та обґрунтував структуру й зміст програми фізичного виховання старшокласників із використанням засобів військово-історичної реконструкції, а також оформив дисертаційне дослідження.

У наукових працях, опублікованих у співавторстві, здобувач проаналізував матеріали, узагальнив та інтерпретував одержані результати, сформулював висновки. Співавтори надали консультативну підтримку щодо

організації досліджень, долучилися до розроблення змісту анкетування, обробки матеріалів й обговорення одержаних даних.

Апробація результатів дослідження. Основні положення дисертації оприлюднено на XXVII, XXVIII Міжнародних наукових конференціях «Молода спортивна наука України» (Львів, 2023, 2024) і Міжнародній конференції в Чикаго (2022) (додаток Д), щорічних науково-практичних конференціях кафедри теорії та методики фізичного виховання Львівського державного університету фізичної культури імені Івана Боберського (2021–2025).

Публікації. Наукові результати дисертації висвітлено у 9 наукових публікаціях: 4 статті у наукових виданнях з переліку наукових фахових видань України, 3 – публікації апробаційного характеру та 2 – статті, які додатково відображають наукові результати дисертації. (додаток А).

Структура та обсяг дисертації. Матеріали дисертаційного дослідження викладено на 223 сторінках друкованого тексту державною мовою (180 сторінок основного тексту). У структурі дисертаційної роботи виокремлено: анотацію двома мовами, список публікацій здобувача за темою дисертації, зміст, перелік умовних позначень, вступ, п'ять розділів і висновки до них, загальні висновки, список використаних джерел, 7 додатків. Цифровий матеріал дисертації ілюстровано 13 таблицями та 39 рисунками. Список використаних джерел складається зі 177 найменувань, з яких 27 іноземних.

РОЗДІЛ 1

ВІЙСЬКОВО-ПРИКЛАДНІ ВПРАВИ ЯК ЗАСІБ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ

1.1. Стан проблеми галузі фізичної культури у навчанні школярів старших класів

Рівень рухової активності дітей в Україні останніми роками став предметом численних досліджень. Несприятливі соціальні, економічні й технологічні чинники зумовлюють зниження рівня фізичної активності дітей [57, 118]. За офіційними даними [125], лише незначна частина дітей в Україні має рекомендований рівень щоденної фізичної активності.

Значний вплив на рівень фізичної активності дітей мають зміни в способі життя. Заміна активних ігор на комп'ютерні, нестача спортивних секцій і занять з фізкультури в школах та недостатня підтримка з боку батьків і шкільних установ — усе це призводить до сидячого способу життя та зниження рухової активності дітей [91].

Низький рівень фізичної активності дітей має серйозні наслідки для їх здоров'я [53]. Це спричиняє проблеми з надмірною вагою та ожирінням, слабкою фізичною формою, порушеннями постави й мускулатури. Крім того, недостатня фізична активність впливає на психологічний стан дитини, зумовлюючи стрес, тривожність і незадоволеність життям.

Для поліпшення рівня рухової активності дітей в Україні потрібна комплексна стратегія, що міститиме заходи на рівні шкіл, сімей і громади. Це можуть бути спортивні секції та заняття фізкультурою в школах, сприяння активним формам відпочинку та іграм на свіжому повітрі, підтримка батьків у створенні сприятливого середовища для фізичної активності вдома.

Рівень фізичного виховання старшокласників в Україні є одним з актуальних питань шкільної освіти [10, 119]. Цей аспект набуває особливої важливості, оскільки забезпечення активного способу життя й розвитку

фізичних навичок має велике значення для здоров'я та добробуту молодого покоління.

Попри особливе значення фізичного виховання, рівень його реалізації серед старшокласників в Україні різний. Відомі школи, де належну увагу приділяють фізичному розвитку учнів, проводять регулярні заняття фізкультурою, спортивні секції та змагання. Однак є школи, де бракує достатньої бази, потрібного обладнання й вмотивованих учителів для забезпечення належного рівня фізичного виховання.

Проблеми, з якими стикаються старшокласники в контексті фізичного виховання, полягають в обмеженому часі, відведеному на уроки фізкультури, або неправильній організації уроків у школі, малій кількості спортивних майданчиків та інфраструктури для активного відпочинку й недостатній увазі до індивідуальних можливостей і потреб кожного учня.

Щоб підвищити рівень фізичного виховання старшокласників в Україні, треба вдосконалювати програми фізичного виховання, забезпечувати молодих, умотивованих учителів фізкультури інвентарем, високим рівнем оплати праці для заохочення [75]. Крім того, важливо створювати сприятливі умови для розвитку фізичних навичок школярів, включно з доступністю спортивних майданчиків і залів, організацією спортивних заходів та змагань.

Загалом, розвиток фізичного виховання старшокласників в Україні потребує системного підходу, який охоплює не лише навчальні заклади, а й родину, громаду та державні органи. Це допоможе забезпечити належний рівень фізичного розвитку й здоров'я молодого покоління та сприятиме створенню активного й здорового суспільства.

1.2. Стан і проблеми використання військово-прикладних вправ у навчальному процесі учнів старших класів

В умовах сьогодення Україна бореться з агресором — Росією, відбуваються бойові дії на території нашої держави, частина якої окупована. Військово-патріотичне виховання є складником підготовки юнаків до

військової служби. На жаль, у сучасному українському суспільстві на 2019 рік спостерігалось зниження значення виховної функції мілітарної культури [43, 78].

Тож важливим елементом виховання української молоді є військово-прикладні вправи, які використовують для підвищення фізичної готовності, витривалості, сили, швидкості, координації та інших фізичних якостей. Біг із перешкодами, стрибки через перешкоди, біг із вантажем, спринтерські вправи, метання — неповний перелік вправ, які мають військове трактування [6]. Призначення та складність вправ можуть бути адаптовані відповідно до потреб і рівня фізичної підготовки учнів. Надзвичайно важливо дотримуватися правильної техніки виконання й гарантувати безпеку під час проведення таких занять [37].

Тепер можна виокремити такі аспекти військово-патріотичної роботи з дітьми в Україні: військово-патріотичні табори та літні школи; участь у патріотичних заходах; військово-патріотичні клуби та секції; заняття з оборони цивільного населення; волонтерство та участь у благодійних акціях; фізичне виховання та спорт, особливо в програмах військово-патріотичної роботи.

Ці заходи спрямовані на виховання покоління громадян, які розуміють важливість безпеки, патріотичних цінностей і готові зробити свій внесок у захист і розвиток своєї країни. Зокрема, М. Ковба наголошував, що участь у патріотичних заходах передбачає відвідування виставок, меморіалів та акцій з ушанування пам'яті героїв. Поширеною практикою є організація патріотичних таборів і таборів із військовим профілем [48].

Про залучення старшокласників до участі в таких заходах вказує у своєму дослідженні Л. Канішевська. Це участь у Всеукраїнській військово-патріотичній грі «Сокіл» («Джура»), Всеукраїнському (Міжнародному) зборі-змаганні юних рятувальників «Школа безпеки»; Міжнародній історико-патріотичній, військово-спортивній грі «Checkpoint», Всеукраїнському фізкультурно-патріотичному фестивалі школярів України «Козацький гарт»;

Всеукраїнській грі-випробуванні «Котигорошко»; Всеукраїнській дитячій спортивній грі «Старти надій»; військово-спортивних змаганнях «Нумо, хлопці-козаки»; військово-прикладному семиборстві; національній дитячо-юнацькій військово-спортивній грі «Хортинг-Патріот» [43].

Тему військово-патріотичного виховання молоді неодноразово порушували науковці І. Бех [4], М. Зубалій [36]. Зокрема, М. Ковба підтвердив важливість військово-патріотичного виховання у формуванні національної свідомості й готовності до захисту України та підкреслив активну роль школи й учителя в цьому процесі [48].

Дослідники І. Кузора та Г. Коломоєць є авторами варіативного модуля, у якому використали військово-прикладні вправи, а саме військово-патріотичний хортинг. Модуль є частиною навчальної програми для закладів загальної середньої освіти, яку рекомендувало Міністерство освіти і науки (МОН) України [134]. Тему військово-прикладних видів спорту як ефективних засобів розвитку рухових якостей і формування прикладних навичок старшокласників у процесі допризовної підготовки досліджував Е. Бородай [10].

Опитування про форми й види військово-патріотичного виховання, які знають учителі, про навчальні предмети, що мають найбільший вплив на виховання патріотизму, і залученість вчителів до навчально-виховного процесу, провела Л. Канішевська. У такий спосіб опрацьовано й інші питання із цієї тематики [41].

Патріотичне виховання за кордоном досліджував М. Ковба [49]. Ті країни, що раніше входили до Східного блоку (Албанія, Болгарія, Польща, Словаччина, Угорщина, Румунія та ін.), акцентують на військовій підготовці та історії, ураховують їхню історію іноземної окупації та боротьби за незалежність. Західноєвропейські держави (Австрія, Бельгія, Франція, Нідерланди, Швейцарія та ін.) зосереджуються на широкій громадянській освіті й демократичних цінностях, часто з меншим акцентом на військовій підготовці.

Окрім того, у польських школах проводять спеціальні заходи, такі як відвідування військових баз і музеїв, лекції ветеранів, воїнів і представників військових структур, які допомагають учням ліпше розуміти історію та важливість національної оборони. Вони сприяють військово-патріотичному вихованню та формуванню почуття гордості за свою країну серед польської молоді.

Натомість Д. Бінецький та Н. Касіч зазначають, що в концепції безпеки Північноатлантичного альянсу (НАТО) немає поняття «військово-патріотичне виховання». У концепції безпеки Альянсу поняття «військово-патріотичне виховання» вживають у контексті колективного захисту інтересів країн — членів НАТО [5].

Одним із аспектом нашого дослідження були вправи, які вже є в навчальній програмі з фізичної культури та захисту України, і реалізовано новий підхід для поліпшення результатів. Проаналізовано метання гранати, смугу укриттів, перенесення та передавання пораненого, тобто акцентовано на вправах, які, на нашу думку, актуальні й ефективні для фізичного виховання. Крім цього, названі вправи з погляду військово-історичної реконструкції мають комбінований вплив як військово-прикладний і виховний чинники.

Метання гранати широко представлено насамперед в інструкціях від Міністерства оборони України на сайті G7 ТрО ЗСУ [170], де описано методики метання гранат із різних положень, які призначені для бійців ТрО. Щодо школярів, то для учнів 10 класів навчання метання гранати в програмі 2023 року не передбачено [135].

У підручнику «Захист України» для учнів 11 класів (в останньому виданні 2019 року, подано дві вправи метання гранати. Перша — метання стоячи з окопу в ціль, друга — метання з місця з бойової машини у ціль. Ціль — це зростові мішені, з поділеними навколо зонами для підрахунку очок [24]. Автори дотримуються програми предмета «Захист України» згідно з наказом Генерального штабу Збройних сил України [34]. Варто зауважити, що, відповідно до нього, затверджено програму «Захист України» за наказом МОН

України № 1407, тож учні метають гранати, виконуючи одну вправу з окопу, а другу під час руху в габарит [59]. Окремо наявні розробки з удосконалення методики метання гранат для курсантів, які займаються військовим п'ятиборством, проте вони стосуються поліпшення метання гранат для учнівської молоді.

Аналіз джерел із фізичного виховання свідчить, що найновішою публікацією є лекція Г. Чорненької про метання гранати з розбігу [137]. Відповідно, таке ж метання наявне в програмі фізичного виховання школярів 10–11 класів [134]. Методика навчання метання гранат для учнів середнього шкільного віку вже не актуальна — 2007 рік публікації. У статті подано методику метання кумулятивної гранати РКГ-3, яку не використовують у військовій справі вже кілька десятиріч, і побачити її можна лише в навчальних центрах. Методика виконання кидка теж не відповідає сучасним реаліям: метання з місця, з перехресним кроком, після кидкових кроків тощо [23]. Воно орієнтоване на фізичне виховання та спорт, його виконання з розбігу для нашої теми не актуальне з погляду військової підготовки. Тож є окремі настанови щодо виконання вправи «метання гранат», проте не з'ясовано, як добре вони готують молодь до метання гранати на влучність у малі цілі. У контексті сучасної окопної війни в міській забудові важливо розвивати саме ці навички учнів, тому вправу «метання гранати» актуалізовано, змінено відповідно до реалій війни.

У навчально-методичному посібнику з організації та методики проведення занять із подолання перешкод від Національного університету оборони України детально подано різноманітні варіанти смуг перешкод й описано програму навчання їх подолання. Проте смуг укриттів чи схожих вправ не зазначено [140].

У статті «Підготовка учнів середньої школи до подолання перешкод у бігу на місцевості» докладно представлено етапи навчання учнів долати різні типи ґрунту, підйоми, схили й різні перешкоди [50]. Утім, у публікації описано програму долаття перешкод, а не використання їх як укриттів.

У підручнику «Захист Вітчизни» для 10 класу 2018 року автори подають класичну смугу перешкод для проходження з набором сталих перешкод — ровом, лабіринтом, парканом, зруйнованим мостом, драбиною, стінкою, колодязем і траншеєю [20]. На відміну від цієї смуги, наша передбачає не долаття перешкод, а використання укриттів і має інше сенсове й фізичне навантаження.

На змаганнях «Туристсько-спортивна смуга перешкод» III етапу Всеукраїнської дитячо-юнацької військово-патріотичної гри «Сокіл» («Джура») серед переліку рекомендованих вправ є різні способи долаття переправи, яру за допомогою колод, мотузок та інших речей. Також зазначено смуги перешкод: «болотиста місцевість», «подолання броду», «рух попластунськи через коридор з обмеженою висотою», які урізноманітнюють проходження дистанції за допомогою стежин і жердин. Тобто наявні вправи з ускладненням руху, проте не з погляду використання їх як укриття. Вправа «лазерні промені» за своєю суттю нагадує обмеження з експериментальної вправи «перенесення пораненого», проте має інший підтекст [98].

Пропозиції щодо вдосконалення смуги перешкод подано в статті «Смуга перешкод або паркур у контексті системи шкільної освіти України та Швейцарії», у якій акцентовано на паркурі як новій фізичній активності. Проте стаття пропонує лише новий варіант застосування фізичної активності у школі [69].

У навчальному посібнику «Основи тактичної медицини» від Національного університету оборони України подано детальний алгоритм дій під час евакуації поранених для навчання студентів, він містить не лише правила транспортування на ношах, а й евакуації бронетехніки через люки та, якщо є будівлі, умовні вікна [29]. Підручник орієнтований на навчання не учнів старшої школи, а студентів, які навчаються військового фаху, тому важливо цю інформацію адаптувати для школярів.

У навчальних підручниках «Захист України» для 10 класу 2023 року випуску [135] і «Захист Вітчизни» для 11 класу 2019 року випуску [24] подано

алгоритм розташування пораненого на ношах і правила його транспортування. У розробленій вправі додано елемент передавання пораненого через вузьке вікно, який не описано в підручниках.

Вправу з передаванням школяра через вузьке вікно представлено на сайті британської Кімболтонської приватної школи під час щорічної генеральної інспекції Об'єднаних сил кадетів [152]. Передбачено суто військове відпрацювання вправи. Цей елемент використано для створення експериментальної вправи з поєднанням фізичної культури.

1.3. Військово-історична реконструкція як засіб військово-патріотичного виховання школярів

1.3.1. Військово-історична реконструкція як вид громадської діяльності в Україні. Військово-історична реконструкція, на наш погляд — це форма живої історії, де учасники реалістично відтворюють події, одяг, обладунки, звичаї та культурні аспекти певного історичного періоду, зокрема пов'язані з військовими подіями, війнами, битвами й бойовими традиціями.

Сучасна військова реконструкція поєднує історію, тактику бою, різноманітні мілітарні науки, скульптуру, кравецьке ремесло й багато чого іншого, наприклад чимало ентузіастів виготовляють фігурки чи відтворюють реальні бої [39].

Основні деталі військово-історичної реконструкції — костюми та обладунки; зброя та техніка; табори та структура життя; бойові маневри та показові битви; етнографічні та культурні аспекти.

Військово-історична реконструкція дає змогу людям заглибитися в історію, побачити, як жили й боролися люди в минулому [157]. Це важливий засіб популяризації історії, вивчення військової діяльності й розвитку патріотичних почуттів. Такі заходи часто відбуваються на виставках, фестивалях, військових турнірах та інших культурних подіях.

Рональд Воган Морріс у праці «Як вчителі можуть проводити історичну реконструкцію у своїх школах» («How Teachers Can Conduct Historical

Reenactments in Their Own Schools») [167] подає визначення реконструкції як відтворення сцени, періоду часу чи події групою людей з якомога більшою вірогідністю. Він підкреслює, що її мета — максимально показати учневі як жили в минулому. Тож під час реконструкції учні виконують повсякденну роботу та діяльність, якою колись займалися люди, дбають про їжу, дрова, житло й одяг. Учні також повинні розуміти конфлікти, політичні й суспільні проблеми того часу.

Енн Бароун, кажучи про використання живих музеїв, трактує їх так: музеї живої історії та реконструкції — це способи відтворити життя й події минулого. Реконструктори об'єднуються як аматори в клуби, цікавляться певним періодом історії або групою історичних постатей. Деякі реконструктори ідентифікували, дослідили й зобразили конкретних людей, тоді як інші відтворюють збірну персону, яка могла жити в вибраний історичний період [147].

Науковець І. Посохов вважає термін «історична реконструкція» багатозначним. Це освітня чи розважальна діяльність, у якій люди відтворюють, відповідно до плану, окремі аспекти історичної події, елементи матеріальної та духовної культури іншої історичної епохи з використанням археологічних, образотворчих і писемних джерел. Також цим позначають рух, який ставить перед собою наукові цілі й використовує метод рольової гри та наукового експерименту для розв'язання певних проблем і глибокого вивчення досліджуваного питання.

Автор зазначає, що історичні реконструкції сьогодні сприяють розвитку місцевого туризму, економічному розвитку територій, а діяльність реконструкторів стає дієвим чинником збереження культурної спадщини та поживлення історичної пам'яті [95].

За даними І. Посохова, організатори більшості фестивалів історичних реконструкцій цільовою аудиторією називають сімейні пари або родини з дітьми, як правило, з-поміж внутрішніх туристів [96]. Це показує, що

військово-історична реконструкція безпосередньо впливає на дітей як глядачів цих подій.

Така практика використання історичної реконструкції на уроках поширена в багатьох країнах світу, зокрема і в нашій державі. Її можна порівняти з відвідуванням історичних музеїв, оскільки військово-історична реконструкція — це живе втілення музею в історичних місцях. Про користь таких заходів із залученням молоді зазначала у своїй праці В. Шкорубська [142].

З-посеред багатьох організацій у Львові наявні три основні, які відтворюють ключові історичні періоди. Якщо рухатися хронологічно, епоху Середньовіччя відтворює військово-історичний клуб «Лицарський орден Паладинів», який досліджує культуру лицарської спадщини періоду князювання короля Данила (XIV століття).

Організація об'єднує істориків, реконструкторів, активну патріотичну молодь і громадських активістів. Клуб «Лицарський орден Паладинів» організував історичні фестивалі «Легенда Львова» й «Козацька варта»; співорганізатор фестивалів «Підкамінь», «На межі тисячоліть», табору Львівської хоругви при Грюнвальді (Польща), дійства «Облога Мальборка»; учасник десятків історичних заходів, наприклад «Стародавній Меджибіж», «Porta Temporis», «Гості стародавнього Києва», битви при Візбі, круглих столів та історичних експериментів, фестивалю «Зимова варта».

Упродовж останніх семи років учасникам клубу вдалося витягти із небуття й відтворити Львівську хоругву (хоругву землі Львівської), тобто загін лицарів, який брав участь у Грюнвальдській битві 1410 року, відновити імена забутих українських лицарів XIV–XV століть [82].

Організація проводить історичні лекції в навчальних закладах. Завдяки такій активності відбувається виховний і патріотичний вплив на молодь. Також «Лицарський орден Паладинів» співпрацює зі спортивною організацією «Айна Бера» [87], яка слідує лицарським ідеалам і проводить регулярні заняття й тренування із середньовічного бою на мечях та сокирах.

Спеціально розроблені м'які макети зброї та обладунків імітують оригінал і дають змогу навчатися й тренуватися без ушкоджень.

Щодо періоду Гетьманщини, то у Львові є представник Товариства військово-історичної реконструкції «Печерська сотня Київського реєстрового козацького полку» — Дмитро Каднічанський. Організація вивчає військову історію періоду Визвольної війни 1648–1657 рр., а також досліджує та реконструює матеріальний (озброєння, спорядження, одяг, предмети побуту) та духовний (звичаї, традиції, уявлення, соціальну психологію) світи населення України XVII століття. Основний напрям їхніх відтворень — реєстрове козацтво. Першочергові для них заходи формату «living history» (тактика бойових дій, організація походів, побудова укріплень і таборів) [94].

У контексті нашого дослідження цікавою є «Козацька слобода» — школа джур, яку відкрили при товаристві у Львові. Проєкт «Козацька слобода» створено за підтримки дирекції Музею народної архітектури та побуту імені Климентія Шептицького. «Козацька слобода» є осередком живої історії України. Натхненник та основний реалізатор проєкту — Тарас Тимчак, учасник Товариства військово-історичної реконструкції «Печерська сотня Опанаса Передримовського Київського реєстрового козацького полку у війську Богдана Хмельницького».

У школі джур відвідувачі, зокрема діти й молодь, можуть ознайомитися з козацькими традиціями, навчитися основ бойового мистецтва, стрільби з лука, фехтування й інших навичок, притаманних козакам. Наприклад, функціонує постійна група дітей, що відвідують заняття, беруть участь у фестивалях, волонтерських заходах, а також змагаються між собою у вправності володіння шаблею, луком чи мушкетом [74].

«Козацька слобода» — популярне місце для проведення різноманітних заходів, спрямованих на патріотичне виховання й популяризацію української історії серед молоді. Завдяки інтерактивному підходу відвідувачі мають змогу безпосередньо зануритися в атмосферу козацької доби, тож навчання цікаве й захопливе [141].

Періоди Першої та Другої світових війн у Львові відтворює Товариство пошуку жертв війни «Пам'ять» [126].

Основні завдання організації полягають у пошуку місць поховань; ексгумації та ідентифікації; вшануванні пам'яті; просвітницькій діяльності.

Товариство пошуку жертв війни «Пам'ять» до повномасштабного вторгнення 24 лютого 2022 року Росії в Україну активно цікавилось військово-історичними реконструкціями, щоб відтворити битви минулих військових конфліктів для збереження історичної пам'яті та виховання патріотизму в молоді.

Основні напрями їх діяльності в цьому аспекті містять військово-історичні реконструкції боїв Другої світової війни, зокрема відтворення битв Других визвольних змагань; реконструкції битв Першої світової війни і Перших визвольних змагань — української революції; освітньо-просвітницькі заходи; знімання документальних фільмів.

Військово-історичні реконструкції Товариства пошуку жертв війни «Пам'ять» спрямовані не лише на збереження історії, а й на вшанування пам'яті загиблих. На жаль, через трагічні події на Євромайдані — Небесну сотню, бойові дії в АТО та ООС, а також після повномасштабного вторгнення Росії в Україну реконструкторський рух уже вшановує загиблих і серед своїх учасників.

Першим загиблим був учасник товариства Іван Городнюк (друг Месник), який загинув під час Революції гідності. Учасники товариства, воїни, захисники незалежності України, які загинули під час повномасштабного вторгнення Росії в Україну: Ярослав Матвіїв (Тигр), Тарас Стахів (Стах), Сергій Янець (Чумак), Роман Кулик, Артем Романов, Анатолій Сулима, Олександр Марків (Чумак).

На прикладі лише одного товариства стає зрозуміло, як багато героїв віддали своє життя за волю України. За нашим оцінюванням під час спілкування з очільником товариства Любомиром Горбачем (другом Яром) майже 70 % учасників організації проходять службу в Збройних силах

України, Національної гвардії та інших військових з'єднаннях. Це підтверджує, що військово-історична реконструкція надзвичайно потужно впливає на патріотичне виховання.

1.3.2. Військово-історична реконструкція у шкільному навчанні за кордоном. Під час розроблення ідеї використання військово-історичної реконструкції звернули увагу на працю Рональда Ваугана Морріса «Як вчителі можуть проводити історичну реконструкцію у своїх школах» [167]. Автор зазначає, що розпалювати багаття, готувати їжу за старим рецептом, одягатися в старовинний одяг — це основні навички учнів початкових класів.

За його трактуванням реконструкція — це сцени, період часу чи події, які відтворили фахівці з якнайбільшою вірогідністю. Коли люди намагаються потрапити в минуле через реконструкцію, вони відчують чужу культуру. Люди минулого відрізнялися не лише світоглядом і цінностями, а й звичаями, тож учням початкових класів XXI століття складно інтерпретувати своє життя. Учні повинні будувати знання про минуле, змінюючи розуміння сьогодення. Це ускладнює соціалізацію, оскільки діти мають обмежене розуміння сьогодення і мало розуміють минуле через брак досвіду.

Освітня реконструкція, згідно з Р. Моррісом, починається з реконструкції та поєднує її з освітньою структурою навчальних дисциплін. Автор зазначає ключові форми реалізації реконструкції в школі — її можна проводити з одним класом, потоком або всією школою [167]. Учителі можуть працювати з волонтерами з місцевого історичного клубу над створенням реконструкції. Багато місцевих історичних товариств шукають такої співпраці й відкриті для встановлення творчого партнерства зі школами. Такі спільні програми допомагають місцевим музеям підтверджувати дотації, одержувати гранти, підтримувати громаду й виконувати свою життєво важливу освітню місію. Учні можуть бути почесною вартою навколо історичного форту, подавати вікторіанський чай у будинку-музеї або качати воду на землях ферми живої

історії. Менші музеї та історичні місця часто більш сприйнятливі до інновацій, ніж великі установи, які щодня відвідують групи дітей.

Зокрема, Р. Морріс зазначає, що реконструкції добре проводити на шкільних майданчиках, тому що вони мають переваги щодо обладнання, приладдя, їжі, медичної допомоги, води й кімнат для відпочинку. До недоліків можна віднести невідповідність оточення ХХІ століття, яке не дасть змоги повністю поринути в минуле й мати неоціненні враження. Клас не потребує атрибутів відтвореного або збереженого до сьогодні скаутського табору, ферми чи форту для реконструкції, проте ці об'єкти часто поліпшують її проведення. Також одяг відтворюваного періоду додає багато антуражу до всього починання. Він повинен бути простим, але автентичним — мокасини, підв'язка чи стрічка, пояс і намисто.

Під час реконструкції можуть допомогти батьки, тож варто знати їхні хобі. Хтось із них уже може бути реконструктором або мати друзів із таким захопленням. Батьки й працівники школи, імовірно, мають відповідні навички, зокрема вміють плести кошики, готувати їжу, розводити багаття, шити, співати чи розуміються на садівництві. Хтось знає народні пісні чи танці.

Приблизно за два тижні до проведення реконструкції автор радить підготувати учнів до неї. Він пропонує провести інформаційне заняття й використати роздатковий матеріал.

Особливу увагу автор приділяє погодженню проведення заходу з тамтешньою Національною радою соціальних стандартів (далі — NCSS), щоб питання, які виникнуть після реконструкції, можна було пов'язати з однією або кількома темами навчальної програми. Національна рада із соціальних досліджень має на меті забезпечити основний матеріал для викладання, навчання й оцінювання в навчальних закладах. Це передбачає чіткіше формулювання завдань навчальної програми й відображає її більшу узгодженість у різних розділах. Рада використовує поточні дослідження в науці й пропозиції багатьох досвідчених науковців щодо поліпшення навчальної програми. Пов'язуючи стандарти NCSS з освітньою

реконструкцією, учні зроблять більше, ніж просто зрозуміють, яким могло бути життя в минулому: вони також зможуть досліджувати тему та встановлювати зв'язок із навчальним матеріалом. Реконструкція повинна мати певну мету, яка стосується академічних цілей

Для вибору теми відтворюваного періоду автор рекомендує використовувати місцеві історичні місця. Збирати джерельну базу пропонує в місцевих музеях, бібліотеках та архівах. Учні, готуючись до навчальної реконструкції, теж можуть послуговуватися цими джерелами інформації і так одержувати навички дослідження джерел інформації.

Як один із пропонованих періодів для реконструкції Р. Морріс подає історію США, а саме період французької колонізації Америки (1741–1761). Цей період історії США відносно не досліджений у підручниках, тож ідеальний для дослідження й відтворення. У його праці описано реконструкцію, яку провів учитель і яку втілили протягом навчального дня, запропоновано рекомендації для вчителів, які бажають провести власні відтворення на інші історичні теми. Одна з рекомендацій — під час заняття вчитель має опитати учнів, волонтерів, запрошених гостей із музею чи історичних клубів. Це уможливить уникнення помилок, поліпшить підготовку й проведення занять наступного року.

Після занять автор радить дати завдання учням написати статтю для газети чи листа до редакції про враження від навчальної реконструкції. Вони мають зазначити, яка тема історичного відтворення чи історична постать їм сподобалася найбільше, а також порівняти вибраний період минулого з сьогоденням та проаналізувати, які зміни відбулися в суспільному житті, здоров'ї населення, у питанні забруднення довкілля, громадянських прав і свобод.

Як висновок, Р. Морріс зауважив, що відгуки учнів про реконструкцію були дуже позитивними. Діти ліпше розуміли повсякденне життя й могли порівняти свої знання з історії зі справжнім минулим. Учні набули

різноманітних навичок життя в минулому та життєвий досвід завдяки пережитим подіям [167].

Використання історичної реконструкції на уроках історії представлено в британській школі «Talbot Heath», яка вже як 130 років спеціалізується на навчанні дівчат віком від 3 до 18 років. Від 2021 року уроки з елементами військово-історичної реконструкції запроваджено в освітній програмі закладу.

На сьогодні проведено міждисциплінарні уроки на такі теми: «Міжпредметний день про римлян» для 4 класу; міждисциплінарний день на тему «Перша світова війна», «Порятунок рядового Тедді» для учениць 6 класу; «Життя гладіаторів» для учнів 4 класу; «Відтворення висадки в Нормандію 1944 року» для дівчат 6 класу; міждисциплінарний урок про гладіаторів для учениць 4 класу; урок мистецтва, історії та стрільби із середньовічного лука; міждисциплінарний урок з поєднання фізики, історії, англійської мови та рухової активності.

На уроці, присвяченому Римській імперії, дітей ознайомлювали зі способом життя людей і з науковими досягненнями цього періоду, відтворювали певні епізоди з історії. Наприклад, на уроці, присвяченому Римському часу, періоду Юлія Цезаря, учениць як молодих центуріонів зарахували до четвертого легіону і проводили навчальні й бойові шикуння. Вони вивчили латинські команди для тактичних дій і бою та на собі переконалися, що життя римського легіонера було не таким легким, як вони уявляли. Якраз у цей момент можна простежити навчання й виконання фізичних вправ. Дівчата намагалися підняти важкий щит, не порушуючи рядів, рухалися як частина «Testudo» — черепахи. Коли набули навичок захисту, то застосували їх на практиці, тобто було задіяно рухову активність із використанням спеціальної техніки виконання вправ. Також учениці сконструювали кілька катапульт, від яких і захищалися щитами.

Учениці, як і римляни 2000 років тому, застосовували фанеру для виготовлення відомих вигнутих щитів (скутумів). Вони переглянули

презентацію зображень легіонерів, а потім створювали мініщити власного дизайну з попередньо виготовлених у шкільній майстерні заготовок[138].

Урок на таку тематику проведено і в Кімболтонській школі. Заклад є незалежною (приватною) школою-інтернатом для хлопців і дівчат віком від 4 до 18 років.

Для учнів 4 класу проведено урок, присвячений Римській імперії. Заходи передбачали виготовлення мозаїки, римської монети та брошки. Найголовнішим моментом дня стало відтворення давньоримської битви, де діти використовували зроблені власноруч римські щити і формували різні бойові порядки, такі як клин і стрій черепахою («Testudo»). Так вони захищалися від несподіваного нападу племені вчителів [176].

Таке саме заняття проведено в ірландській школі «Ennis Educate Together National School». Це був урок історії для учнів 4 та 5 класів із використанням римських щитів і бойових порядків, включно з відео [145].

У школі «Talbot Heath» проводили урок, присвячений Першій світовій війні. Учениці 4 і 5 класів одержали знання про життя солдата в окопах Першої світової війни й набули практичного досвіду. Усю територію першого поверху навчального корпусу школи перетворили на кілька зон: офіс набору рекрутів, навчальний майданчик, траншею підтримки вогневих позицій, окоп на лінії фронту, польовий госпіталь і зону відпочинку й відновлення.

Учениці розпочали солдатський шлях із призову на строкову службу, потім пройшли базову підготовку у вигляді фізичних навантажень, муштри й поведінки зі зброєю. Після цього вони пройшли до траншеї підтримки, де могли побачити й доторкнутися до справжніх речей Першої світової війни. Їх надав пан Сондерс, який має виняткову колекцію пам'ятних речей Першої світової війни. Дівчата змогли побачити, яким важким було спорядження, що носили солдати, а також уявити, як на них впливали тодішня артилерія та вогнепальна зброя. У цьому разі можна спостерігати залучення до проведення уроку.

Потім учениці перемістилися до прифронтового окопу, створеного на сцені. Його побудували заввишки з людський зріст із мішків з піском. Увімкнули звуки стрільби й вибухів, а в самому окопі розмістили макети щурів. Ученицям довелося просуватися до «No-Man's Land» — ділянки землі, яку ніхто не контролює, між окопами двох ворожих сторін. Там вони рятували поранених, уникаючи місць, заражених після проведення газової атаки. Коли шлях подолали, то поспішно відступили до польового госпіталю. Кожна учениця одержала картку з особливим пораненням під час бою, тож чергові лікарі й медсестри могли оцінити поранення та допомогти.

Після того як усі ці етапи завершилися, учениці вирушили до зони відпочинку й відновлення, де вже розпалили багаття, налили чай і нарізали торт, спечений за рецептом часів Першої світової війни. Такий пізнавальний і навчальний досвід дуже сподобався ученицям. Одна з них підкреслила, що «тепер ми можемо трохи більше зрозуміти, через що вони пройшли, тому що ми самі пережили деякі моменти цього» [175].

Для учениць 6 класу проведено міждисциплінарний урок, присвячений подіям Другої світової війни. Урок підготували за участю майора британської армії, військового інженера — Анжели Лейкок.

Зранку учениці вивчали технологію створення нової броні, використовуючи кути нахилу бронелистів та композити. Разом із технічним відділом школи вони підготували макет такої броні й перевірили її ефективність за допомогою пневматичної гармати. Після цього майор розповідала їм про свою роль в армії, зокрема про організацію умов для подолання ворожих загороджень. Учениці мали працювати в команді та побудувати конструкції, які могли б зупинити танк. Роль танка відігравала його мініатюрна модель на дистанційному керуванні. Виконання завдання додатково ускладнили авіанальотом. Школяркам треба було якомога швидше й організованіше переміститися в бункер, на зразок такого, який використовували в період Другої світової війни. У самому бункері на дітей чекали приємні частування.

По обіді учениці пішли до лісу. Дівчата мали створити власну структуру польового госпіталю, щоб приймати поранених. Спочатку їм треба було виготовити ноші, а потім взяти участь у перегонах із ношами через ліс, уникаючи димових гранат і ворожого вогню з водяних пістолетів. На ношах розмістили поранених, їх роль відігравали м'які іграшки-тваринки. Їм треба було перев'язати рани, а майор Лейкок нараховувала бали за акуратно накладені пов'язки.

Пообідні заходи закінчилися тим, що дівчата спробували свої сили в артилерійській стрільбі з великої рогатки, а замість снарядів використовували тенісні м'ячі й повітряні кулі з водою. Після виконання всіх завдань відбулися посиденьки біля вогню, де усі посмакували смаженим зефіром, а майор Лейкок відзначила спеціально виготовленими трофеями команди учениць, які посіли 1–3 місця під час виконання завдань [169].

Тут увагу привертає використання нош із пораненими та долання з ними смуги перешкод на час. Зауважимо, що це вдало використана вправа з урахуванням віку дітей. Учениці 6 класу чудово впоралися з усіма завданнями й одержали багато приємних вражень.

Використання фехтування можна побачити на прикладі уроку, присвяченому давньоримським гладіаторам. Дівчата пройшли навчання в Школі гладіаторів (*The ludus gladiatorius*) та навчилися виконувати чотири ключові латинські команди, щоб брати участь у двобої на мечях гладіусах [160].

Використання стрільби з лука яскраво ілюструє міждисциплінарний урок для учениць старших класів. Їм довелося враховувати силу, траєкторію і навіть те, як змінювався опорно-руховий апарат лучників, коли їхні тіла адаптувалися до величезної тяги тятиви довгого лука. Після теоретичного уроку дівчата могли випробувати повнорозмірний довгий лук зі справжніми стрілами. Для них це були перші змагання зі стрільби по мішенях, під час яких довелося спробувати влучити в ціль, що виявилось набагато складнішим, ніж їм здавалося [163].

Щодо заходів безпеки на схожих заняттях, то прикладом може бути урок, присвячений Пороховій змові в Англії. На цьому міждисциплінарному уроці учениці 6 класу вчилися створювати й використовувати порох. Енді Моррісу, який координував захід, пройшов тривалий і суворий процес, щоб одержати ліцензію на вибухівку, заявив: «Я мав співбесіди з поліцією, перевірки довідкових даних, тренувався з міліцією Вімборна і ледь не підпалив огорожу свого саду під час практики». Нам не відомо про інші школи, які мають таку ліцензію, офіцер, який займався вогнепальною зброєю, коли домовлявся з учителем, підкреслив, що це досить незвичайний запит [159].

На прикладі школи «Talbot Heath» можна побачити, як використовувати елементи військово-історичного відтворення на міждисциплінарних заняттях. Ба більше, ці заняття проводили для дівчат 4–6 класів. Під час занять використовували доволі цікаві засоби для імітації військової амуніції чи зброї, які дали змогу ученицям відчувати себе учасницями цих історичних подій.

Щодо досвіду використання військово-історичної школи в США, то варто зацентрувати на тематиці таких уроків. Анна Барон у публікації «Спрингфілд, зброярня і громадянська війна: використання ресурсів локальної історії для розроблення найкращих практичних екскурсій для учнів середніх класів із соціальних дисциплін» зазначає, що тему Громадянської війни у США визнали найкращою для реконструкції за підсумками трирічної програми «Солдати, цивільні та зброярі» [147]. Учні завдяки екскурсіям і реконструкціям встановлюють зв'язки між дисциплінами й використовують навички, одержані в класі. Вони відновлюють інтерес дітей до навчання, а також дають змогу подивитися по-новому на тему, що вивчають.

Завдяки музею живої історії та реконструкції учні спробували відтворити життя й події минулого. Діти, які зустрічаються й спілкуються з реконструкторами, часто одержують враження, яких ніколи не набудуть лише з книжки. Їм пропонують поміряти кепку і жакет, пройти курс навчання з правильного марширування у складі 54 добровольчого війська Массачусетсу. Вони можуть пройти курс безпечного використання вогнепальної зброї та

короткого ознайомлення з процедурою заряджання гвинтівки часів Громадянської війни в США. Учням дозволяють вистрілити з холостої зброї — мушкета. Є окремий курс для артилеристів, де дітей вчать позицій для стрільби з гармати, а також послідовності дій і використання інструментів для стрільби з гармати. На прикладі артилерії учні розуміють важливість математики й природничих наук, щоб здійснити влучний постріл [147].

Учні «Foothills Montessori School» вивчають історію США, виходячи за межі книжок і використовуючи реконструкцію Громадянської війни в США. У школі під час таких уроків вони на день стають солдатами громадянської війни на занятті під назвою «Навчальний курс Конфедерації» (CIT — Confederate Instructional Training). Педагоги доклали зусиль, щоб відтворити перший день навчального військового табору 1860-х років. Мета такого табору полягає в тому, щоб учні справді зрозуміли й відчули те, що переживали солдати в минулому.

Учителі відігравали образи командирів і генералів. Створили різні станції військового часу, де відтворили елементи із солдатського життя, щоб залучити більше учнів. Діти вчилися ставити намет «Сіблі» — житло для солдатів Конфедерації, стабілізувати стан потерпілого й накладати шини на перелом руки чи ноги, а також навчилися будувати та застосовувати саморобні носі на полі бою. Напрактикувалися використовувати спорядження, яке носив солдат: флягу, кухонне приладдя, запасний одяг і Біблію. Діти куштували галети — основний продукт харчування солдатів Громадянської війни.

Окрім простого вивчення битв, дат і місць, що запам'ятовують з підручників, учні на власному досвіді дізналися про справжню хоробрість і жертвність солдатів. Це відкрило перед ними нові горизонти. Урок і набутий досвід використання реконструкції учні й учителі визнали як успішні [153].

У турецькому дослідженні «Відчуття минулого: погляди вчителів історії щодо використання історичної реконструкції на уроці історії» розроблено опитування за загальною моделлю [149]. Його дані одержано з анкети, використаної для визначення думок 100 вчителів історії, які відвідали вступну

зустріч проєкту «TUBITAK» під назвою «PROJECT TALOK-O “Використання та ефективність історичного відтворення для більш широкого сприйняття історії учнями середньої школи”».

Учителі історії зазначили, що вважають історичну реконструкцію ефективним методом, який можна реалізувати на уроках історії. Але є обмеження, коли немає можливостей (школи, приміщення, фінансів, обладнання), класних годин і потреби пристосувати навчальну програму.

Учителі історії Туреччини виокремлюють такі ключові теми для відтворень на уроках історії в школах: «Османська імперія»; «Національна боротьба»; «Період історії стародавньої та середньоазійської турецької історії»; «Питання військового, суспільно-культурного життя»; «Краєзнавство». Вони заявили, що вважають такі теми, як «Війна за незалежність» і «Завоювання Стамбула», дуже важливими для відтворень.

Більшість вчителів історії — це фахівці з 16-річним або більшим стажем, вони кажуть, що можуть забезпечити ефективне навчальне середовище для історичної реконструкції та реалізувати її [149].

Згідно з Марком Деніелсом, жива історія на уроках історії допомагає дітям глибше пізнати минуле: учень, який тримає мушкетну кулю, найімовірніше, зрозуміє дію цього предмета на людину. Носіння ковбойського капелюха під час читання лекцій про шляхи, якими переводили худобу, додає учням духу того часу. Якщо школярі поліпшують презентації, одягаючи деталі костюма або використовуючи предмети, пов'язані з темою їхньої промови, то це лише привертає більшу увагу аудиторії, ніж просто використання мультимедійних технологій.

У праці «A Living History Classroom Using Re-Enactment to Enhance Learning» [155] М. Деніелс пише, що учениця побудувала схематичне багаття на дошці, пофарбованій у колір землі, з гілками дерев, покладаними над гірляндою, які вона увімкнула, щоб імітувати вогонь. Потім учні відсунули парти із середини кімнати, і дівчинка посадила клас навколо вогню, одягла

копію (саморобної) сорочки й головного убору індіанців та розповідала історії з культури племені, яку вона вивчала.

На сьогодні багато компаній продають старовинний одяг і спорядження. Можна використати інтернет для пошуку «одяг періоду громадянської війни» або «одяг XVIII століття». Завдяки цьому перевтілитися в Джорджа Вашингтона та розповісти про його життя, а якщо стати офіцером Континентальної армії, який служить у Вашингтоні, то розказати учням про життя солдата в ту епоху, життя в колоніях тощо.

Як висновок, Марк Деніелс, пише, що «найголовніше — одержати задоволення від процесу відтворення. Якщо це стане клопотом для вас, то, мабуть, скористатися таким інструментом в повному обсязі не вдасться» [155].

Проте є деякі групи реконструкторів, що пропонують комбіновану освітню мету. Вони підкреслюють, що велику увагу приділяють історичній точності й реалістичності. «The Sealed Knot» — найстаріше товариство реконструкції у Великій Британії, заявляє, що вони працюють, щоб навчити громадськість і заохотити інтерес до своєї спадщини. Деякі військово-історичні клуби навіть задовольняють запити шкіл і беруть участь у навчанні школярів. На прохання шкіл їх відвідує небагато реконструкторів «The Sealed Knot», «щоб дати учням більш практичний підхід» до історії. Коли діти бачать учасників клубу в костюмах, то можуть поставити їм запитання, а також одягнути спорядження й обладунки, які вони приносять. Учні можуть вивчати кулінарію, одяг, освіту й політику разом зі зброєю та бойовими стратегіями у школах з людьми, які досліджують певний історичний період [155].

Окрім того, у Великій Британії відомий доволі цікавий військово-історичний клуб «Black Knight Historical». Він пропонує історичні послуги, костюмовані персонажі, розваги, музикантів і ремісників для різноманітних заходів. Серед головних послуг — шкільні майстерні. Це проведення високоякісних шкільних занять на головні історичні теми протягом повного дня зазвичай із двома ведучими — чоловіком і жінкою, — досвідченими персонажами в костюмах, які оживляють історію в класі. Учні вивчають не лише

історію, а й теми, пов'язані з математикою, англійською мовою, географією, музикою, танцями, мистецтвом, релігією та наукою. Дітей одягають у костюми, тож заняття стає особливим.

Історичні періоди вчитель вибирає самотужки, організація проводить заняття за періодами — від кам'яного віку до Другої світової війни та за темами, зокрема «Злочин і покарання», «Історія іграшок», «Різдво», «Артилерія». Організація має всі потрібні ліцензії з безпеки й використання зброї, лист ризиків, політику щодо безпеки дітей. Учасники клубу мають дозволи й досвід проведення освітніх занять для різних груп дітей, включно з дітьми зі спеціальними освітніми потребами, пропонують групові й індивідуальні заняття [150].

Насамкінець вдалося відшукати спроби поєднання військово-історичної реконструкції та фізичного виховання. Два вчителі історії намагалися поєднати рухову активність на уроках фізичної культури з уроком історії [173]. Вони вирішили взяти за основу гру «Вибивали», а історичною тематикою — Війну за незалежність США. Спочатку розробили анкети, де учні мали вказати, чому вони хотіли б воювати на стороні Британії та США. Пізніше, уже на самому занятті, дітей поділили випадковим чином на дві сторони: прихильники Британії були в червоних футболках, а США — у синіх (як, відповідно, воюючі сторони того часу). Перед початком гри «Вибивали» учитель фізкультури відібрав учнів, щоб вони виступили вперед і пояснили, від імені своєї команди з погляду їх історичних персонажів, чому відбувається бій. Вони мали використати ідеї та аргументи, викладені в анкетах. Окрім того, після завершення обміну думками учні мали покепкувати з ворожої команди. Після цього грали у вибивали.

Поєднання конкуренції в грі з революцією, за твердженням авторів, допомагає учням зрозуміти різні погляди на цю боротьбу. Гра допомагає ліпше реалізувати потенціал навчання і добре засвоїти матеріал. Автори також зазначають, що зв'язок навчання з руховою активністю робить урок активним і захопливим [173].

Наш супротивник Росія давно використовує військово-історичну реконструкцію в пропаганді та підготовці молоді до війни. Існують певні державні програми, які сприяють поширенню рашистської ідеології та підміні історичних подій [105, 131]. В Україні натомість не до кінця розкрито потенціал військово-історичної реконструкції, тож це є одним із завдань дисертаційного дослідження.

1.3.3. Військово-історична реконструкція як засіб фізичного виховання учнів старших класів. Середньовіччя, а саме період Русі (Київської Русі), у нашій експериментальній програмі представлено вправами мечового бою та на сокирах. Вправи мечового бою поширені у форматі спортивних клубів, які займаються середньовічним боєм і фехтуванням. У Львові такою спортивною організацією виступає клуб «Айна Бера» [87], а у сфері військово-історичної реконструкції — клуб «Лицарський орден Паладинів» [82], що відтворюють Львівську хоругву, яка брала участь у Грюнвальдській битві 1410 року.

На тренуваннях використовують безпечне спортивне спорядження «SOFT» — середньовічні копії обладунків і зброї: мечів, дворучних мечів, сокир, щитів і напівщитів. Під час фехтування учасники одягають спорядження синього чи червоного кольору, як на заняттях боксом. До занять допускають осіб віком від 5 років, незалежно від статі.

Середньовічний бій є видом спорту, який зареєстрований в Україні. Середньовічний бій передбачає повноконтактний бій із використанням сталевोї ненагостреної зброї, захисного й наступального озброєння, характерного для того часу. Його визнано неолімпійським видом спорту і внесено до Реєстру визнаних видів спорту в Україні за наказом № 4711 від 23.12.2016 р. Міністерства молоді та спорту України за клопотанням Всеукраїнської федерації середньовічного бою.

Команда з України бере участь у змаганнях від 2017 року, а 2019 року чемпіонат проходив у «Парку Київська Русь», що в с. Копачів на Київщині. У

2024 році в Мексиці збірна України на 80 % складалася з чинних військовослужбовців, які використали свої відпустки, щоб взяти участь у змаганнях. Хлопці й дівчата змагалися в дуельних і в масових номінаціях. Наша команда здобула третє місце в масовій номінації «10 на 10»; четверте місце у масовій номінації «16 на 16»; одну срібну медаль у дуелях серед хлопців; одну бронзову медаль у дуелях серед дівчат [132].

На прикладі цього виду спорту видно, як можна залучати ветеранів і військовослужбовців до рухової активності в хобі, яке їм подобається. Існує ймовірність, що військово-історична реконструкція може стати інструментом реабілітації військових, оскільки вона імітує бойові дії, військові порядки та є безпечною. Для колишніх військових це може бути чудовим способом зняти напруження, згадати минуле України чи своє особисте, а також провести час серед однодумців. Проте ця тема потребує додаткового дослідження.

У контексті наукового дослідження подаємо застосування вправ фехтування як складник методики використання військово-історичної реконструкції, а саме історичного періоду Середньовіччя. Вправи, що стосуються фехтування, на нашу думку, можна використовувати для учнів старших класів на уроках фізичної культури. Позаяк функціонують спортивні клуби, що спеціалізуються на середньовічному бою та фехтуванні, то вправи із цієї спортивної діяльності можна адаптувати для уроків фізичної культури. Подавши цю активність із залученням учасника клубу чи військово-історичного реконструктора, можна додатково вплинути на дітей.

З погляду міждисциплінарного підходу таке заняття має позитивно вплинути на знання історії України, зокрема епохи Середньовіччя — Русі чи Галицько-Волинського князівства. У разі залучення вчителя історії заняття матиме ще більший вплив на учнів. Для предмета «Захист України» підсилуватиметься ефект патріотизму, знання про військові формування України, розвиток зброї та тактики її застосування. Навіть без залучення реконструктора чи вчителів суміжних предметів вправи можна самостійно

використовувати на уроках фізичної культури в контексті експериментальної методики.

Військово-історичний реконструктор допоможе зробити заняття інтерактивними. Учні на власні очі побачать лицарські обладунки та зброю, а під час спілкування дізнаються більше про історію українського війська епохи Середньовіччя, особливості цього ремесла й середньовічного життя загалом. Надалі учні, яким сподобаються ці вправи, зможуть долучитися до спортивних клубів такого профілю чи товариств військово-історичної реконструкції згаданого історичного періоду. Так підліток потрапить у патріотичне середовище, яке матиме виховний вплив. Разом з такими організаціями учень чи учениця поглиблюватиме свої знання з історії, подорожуватиме Україною чи іншими країнами, відвідуватиме історичні, патріотичні фестивалі і в такий спосіб дізнаватиметься більше про головні події, ключових діячів і міждержавні зв'язки в історії України.

З погляду захисту держави така дитина вдосконалюватиметься фізично, здобуде важливі знання про зброю, її види, набуде навичок володіння зброєю, стилями бою і різноманітними тактиками ведення бойових дій. Навіть військові дії минулого, зокрема військова тактика, хитрість, використання рельєфу, планування дій, допомагають у процесі підготовки до бойових дій сучасності. Використання лицарського обладунку — це як навантаження, наближене до ваги спорядження сучасного солдата.

Фехтування в м'яких обладунках, на нашу думку, сприятиме розвитку витривалості, спритності й реакції. Так само і фехтування на сокирах матиме позитивний вплив на м'язи верхнього пояса, особливо рук, і нижніх кінцівок, оскільки під час дуелі треба постійно переміщатися. Використання щита позитивно впливатиме на ліву руку, бо під час фехтування ним весь час треба захищатися. У разі стрільби з лука має поліпшитися увага, уміння концентруватися, абстрагуватися від зовнішніх чинників, контролювати кінцівки й дихання. Щодо м'язів, то особливий вплив буде на верхні кінцівки, які утримують лук і натягують тятиву, а також на м'язи хребта, якими треба

утримувати стійку для стрільби. Стрільба відбуватиметься з полегшених луків, тож вплив на м'язи має бути помірний і не завдаватиме шкоди.

Клуби «Айна Бера» чи «Лицарський орден Паладинів» долучаються або організовують різноманітні проекти, щоб зібрати кошти на потреби підрозділів Збройних сил України. Тож завдяки участі школярів у таких організаціях піднімається рівень патріотизму й волонтерства в дітей.

Щоб провести заняття фізичної культури із цієї теми за допомогою військово-історичної реконструкції, треба забезпечити навчальний процес відповідним обладнанням, зокрема згаданими імітаціями обладунків та зброї «SOFT». Учитель має володіти технікою основних вправ для навчання дітей. Це можна здійснити, якщо залучити реконструктора чи учасника клубу. Щоб досягти міждисциплінарного впливу на учнів, учителі історії України чи захисту України можуть окремо на своїх заняттях поєднати тему уроку з відповідною на уроці фізичної культури.

Наступний історичний період, вибраний для використання в авторській програмі, — Гетьманщина. Вправи, які можна застосовувати на уроках фізичної культури, пов'язані з руховою активністю козаків. Серед усіх дій реконструкторів виокремлено такі вправи, як фехтування на дерев'яних шаблях, стрільба з лука та з рушниць, рух в строю та перешикування.

Щодо патріотичного виховання, то, на наш погляд, залучення військово-історичних реконструкторів на заняття фізичної культури підсилить інтерес учнів до них, їхньої форми, спорядження, а особливо макетів зброї. Під час безпосереднього спілкування з реконструкторами в дітей зросте інтерес до минулого, до історії України, героїв визвольних змагань та обізнаність про ворогів. Можливо, частина дітей зацікавиться таким хобі й захоче приєднатися до ТВІР «Печерська сотня Київського реєстрового козацького полку», що лише посприятиме їх саморозвиткові та державі.

Використання мечів і луків не надто актуальне сьогодні, проте має більш ознайомчий момент. Хоч мушкет і стара зброя, та надає знання про зброю і набої. По суті, це перші версії вогнепальної зброї, але поводитися з нею та

доглядати її треба майже ідентично до сучасної бойової. Наприклад, догляд і чищення будуть, по суті, однакові з бойовою, так само і прицілювання. Різнитимуться сама стрільба, заряджання й розбирання зброї.

У ті далекі часи особливо розвинулася артилерія. І сьогодні, і тоді вона становила загрозу й мала руйнівний ефект. Як захист від вогню артилерії козаки використовували шанці. Можна відразу провести паралель із подіями сучасності, коли артилерія стала більш смертоносною і єдиним захистом від ворожих снарядів є окоп. На одну зі світлин ТВІР «Печерська сотня» реконструктори помістили два зображення. На лівій частині — мушкет, лопату, сапку й ступу, а на правій частині — автомат системи Калашникова, лопату та кирку. Тобто самі реконструктори відзначають тяглість історії і те, як знання й навички допомагають їм у сучасній війні.

З погляду фізичної культури варто звернути увагу на рухову активність реконструкторів і на вправи, які можна використовувати в експериментальній методиці. Однією з вправ запропоновано «фехтування на шаблях», тут насамперед важливу роль відіграє реакція, спритність і гнучкість. Друге — це сила кистей, нижніх кінцівок і м'язів хребта. Якщо взяти стрільбу з лука, то важливі координаційні здібності, витривалість і сила рук. У цій вправі особливе значення має концентрація, уважність і дихання, а основне тут статичне навантаження. Те саме і в третій вправі — стрільбі з мушкета, а в школі — з пневматичної гвинтівки. Також статичне навантаження, і особливу увагу приділено уважності та координації.

Можна поглянути на діяльність Товариства військово-історичної реконструкції «Печерська сотня». Під час виконання вправи «фехтування на шаблях» реконструктори видали дітям дерев'яні моделі шабел, для стрільби з лука використовували полегшені луки й стріли, якими стріляють на близьку дистанцію 10 метрів, а наконечники стріл безпечні. У разі стрільби з рушниці реконструктори використовували копію історичного мушкета зразка XVII ст. За методикою військово-історичної реконструкції в школі вчитель може

застосовувати пневматичну гвинтівку, яку використовують під час занять на уроці захисту України.

Щодо підготовки молоді до захисту держави, то період Першої та Другої світових війн, має найбільший вплив. Якщо учні завдяки таким заняттям зацікавляться військово-історичною реконструкцією, це принесе велику користь обороноздатності України. На історичних заходах регулярно використовують автомобільну техніку, артилерію, кулемети й бронетехніку, що дасть змогу суттєво підготувати молодь до захисту України.

Молодь на таких заходах може ознайомитися з основами поводження зі зброєю, навіть якщо це макети, не кажучи вже про макети, які стріляють холостими набоями, тобто набоями, які не містять кулі і заряджені лише невеликою кількістю пороху для ефекту пострілу. Це допомагає сформувати базове розуміння принципів роботи пістолетів, гвинтівок, пістолетів-кулеметів і кулеметів. Варто зазначити, що на російсько-українській війні використовують велику кількість зброї періоду Першої та Другої світових війн [18].

Важливим аспектом під час роботи з кулеметами чи артилерією є командна робота. Кулемети зазвичай потребують розрахунку з кількох осіб, і це дає змогу вивчати принципи взаємодії в команді, розподілу ролей і ефективної комунікації в стресових умовах.

Також відбувається вплив на формування стійкості та витривалості, оскільки робота з кулеметами, мінометами чи гарматами на реконструкціях часто передбачає фізичні навантаження: перенесення зброї, створення кулеметних гнізд, артилерійських позицій тощо. Це сприяє загальному фізичному розвитку й підготовці до військових умов.

Як і з кулеметами й артилерією, робота з технікою потребує командної роботи. Бронетехніка вимагає узгоджених дій членів екіпажу — механіка-водія, навідника, командира тощо; що вчить учасників працювати в команді, координувати свої дії та найважливіше — розподіляти обов'язки. Тут наявний чинник рухової активності, пов'язаний із переміщенням, обслуговуванням і

використанням автомобілів та бронетехніки. Часто на маршруті трапляються завали дерев, роздоріжжя й інші перепони, які треба усувати вручну. Такі активності можуть сприяти фізичному розвитку, зміцненню мускулатури й силі. Поза тим, такі випадки зумовлюють розвиток креативності в разі долаття перешкод, технічної грамотності й навичок керування складною технікою.

Це також сприяє мотивації до служби у війську. Молодь, яка бере участь у військово-історичних реконструкціях, може зацікавитися військовою службою в механізованих підрозділах, оснащених танками, бронетранспортерами чи іншою легкою броньованою технікою.

Щодо вивчення історії, то завдяки реконструкції молодь дізнається про важливість фортифікацій у минулих війнах і про те, як такі укріплення вплинули на результат битв. Це додатково формує розуміння зв'язку між історією військових конфліктів і сучасною обороною.

Усе сприяє підготовці до реальних бойових дій, оскільки досвід реконструкцій і знання про ефективне використання окопів і фортифікацій знижують ризики втрат у реальних бойових умовах. Молодь навчається правильно ховатися, вести спостереження з укриттів й організовувати оборону на місцевості.

На патріотичне виховання учнів впливає використання теми Перших визвольних змагань — ЗУНР та УНР або Других визвольних змагань — УПА.

Вивчення історії цих військових формацій завдяки реконструкції допомагає молоді відчувати гордість за свою країну та її героїв, а участь у відтворенні подій зміцнює зв'язок із культурою та традиціями України. Січові стрільці, воїни УНР та УПА були прикладом героїзму, самовідданості, мужності й любові до України. Молодь, залучена до реконструкцій, має змогу на практиці усвідомити, що захист своєї землі — це обов'язок кожного громадянина, відчувати відповідальність перед минулими поколіннями й зрозуміти, що не можна так легко все кинути та здатися.

Отже, ознайомлення з історією боротьби українських військових формувань сприяє формуванню почуття відповідальності за майбутнє країни.

У теперішніх реаліях учні зрозуміють, що сучасний патріотизм — це не лише пам'ять про минуле, а й активна участь у боротьбі за майбутнє держави.

Формуючи експериментальну програму для уроків фізичної культури старшокласників, виокремили кілька вправ із цього історичного періоду. Насамперед це стрільба. Як у козаків, стрільба відбуватиметься з пневматичних гвинтівок, які є в школі. Іншою вправою вибрали смугу укриттів. Вона нагадує смугу перешкод, але наповнена іншим сенсом, а саме використання різноманітних перешкод як укриття від ворожого вогню. Ця вправа допоможе розвинути швидкість реакції, спритність і передусім швидкість. Укриття на шляху має різні форми, тож учням треба буде приймати положення стоячи, сидячи та лежачи, щоби повністю захиститися від вогню умовного противника. Тож виконання вправи позитивно вплине на м'язи нижніх і верхніх кінцівок.

Для того щоб створити відповідну атмосферу на занятті, учитель разом з учнями може застосувати додаткові предмети відповідно до кожного історичного періоду. До теми Русі доречно використати футболки, стилізовані під кольчугу (сріблясті або сірих відтінків), плащі (легкі накидки для символічного образу), щити з емблемами українських середньовічних міст. Візуалізацією будуть друковані постери із зображеннями князівських дружин, реконструкцій фортець Русі.

Для періоду Гетьманщини підійдуть друковані на папері картини з козаками, гетьманами, гербами козацьких полків і схемами битв, роздатковий матеріал у вигляді копій гетьманських грамот, реєстрів і мап Запорозької Січі.

До теми УНР / ЗУНР можна використати стрілецькі пісні, вирізані з трафарету гвинтівки, пошиті головні убори — мазепинки, надруковані у великому форматі мапи боїв за гору Маківку, гору Лисоня, за місто Львів, які варто розмістити на стінах спортивного залу.

До теми УПА будуть доречними повстанські пісні, діти можуть взяти старий одяг з дому чи села, схожий на той, що колись носили повстанці. Також учні матимуть псевдо — позивний, які використовували в УПА для конспірації. З друкованих матеріалів інформативними будуть світлини повстанців, групові фото УПА, схеми криївок, схронів, мапи рейдів УПА.

Це все разом підсилить ефект навчання й сприятиме кращому засвоєнню знань.

Висновки до розділу 1

Військово-патріотичне виховання старшокласників в Україні надзвичайно актуальне в контексті сучасних викликів, проте воно стикається з проблемами недостатньої інституційної підтримки, обмеженої матеріально-технічної бази й невідповідного введення програм, тож потребує комплексного підходу до удосконалення та впровадження в освітній процес. Стан військово-патріотичного виховання старшокласників в Україні характеризується щораз більшою увагою до практичних навичок та історичної реконструкції, утім наявні проблеми оновлення програм, відповідності до сучасних військових реалій та адаптації методик до потреб учнів, що вимагає подальшого вдосконалення й упровадження ефективних підходів.

За кордоном військово-історичну реконструкцію використовують як засіб для уроків історії, щоб поглибити й закріпити знання. У Росії військово-історичну реконструкцію використовують як засіб пропаганди й підготовки молоді до війни.

Військово-історичні реконструкції як важливий елемент військово-патріотичного виховання сприяють формуванню національної свідомості, технічній і тактичній підготовці молоді. Вони допомагають розвивати психологічну стійкість, командну роботу й усвідомлення важливості захисту держави, особливо в умовах сучасних викликів. Використання історичних тем, зокрема боротьби Українських січових стрільців, Армії УНР та УПА, зміцнює

патріотизм і мотивацію до служби, робить реконструкції ефективним засобом підготовки молоді до оборони країни.

Основні положення, викладені в першому розділі дисертаційного дослідження, представлено в наукових працях автора [8, 9, 64, 65].

РОЗДІЛ 2

МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Методи дослідження

Під час проведення дисертаційного дослідження застосовано такі методи:

- аналіз, синтез, узагальнення, порівняння;
- опитування (анкетування);
- педагогічний експеримент;
- педагогічне тестування фізичної підготовленості;
- медико-біологічні методи дослідження (фізична працездатність);
- психодіагностичні методи дослідження;
- педагогічні спостереження;
- методи математичної статистики.

2.1.1. Аналіз, синтез, узагальнення та порівняння. Аналіз, синтез, узагальнення та порівняння даних наукової літератури й мережі «Інтернет» проведено для виокремлення актуальності розв'язаних під час дослідження питань, теоретичного обґрунтування мети й завдань роботи. Методи застосовували для інтерпретації результатів фізичної підготовленості й ступеня патріотизму учнів старших класів, вивчення стандартів освіти та навчальних програм.

Проаналізовано й узагальнено матеріали українських і закордонних наукових джерел, серед яких дисертаційні роботи, щодо методології, теорії, методики й організації фізичного виховання, формування патріотизму та лідерства, моделей фізичного виховання в системі загальної середньої освіти, теоретичних наукових положень.

Завдяки використанню цих методів уточнено мету й завдання дослідження. Вивчено одержані під час експерименту емпіричні дані.

2.1.2. Опитування (анкетування). Генеральна сукупність опитаних учителів становила 2119 осіб. У всеукраїнському опитуванні взяли участь учителі з 21 області України. Опитали вчителів трьох шкільних предметів: «Фізичнакультури», «Захист України» та «Історія України». Такий вибір зумовлений темами, які фігурують в експериментальній програмі військово-історичної реконструкції. Запитання вибірки оцінити важко через конкретну кількість учителів, які навчають учнів 10–11 класів із трьох навчальних дисциплін. Проблема наявна через зміни в освіті, наприклад у Львові «Захист України» викладають учням у центрах патріотичного виховання, де працюють інструктори та їх помічники [88]. Щодо вчителів фізичної культури, то за наявною інформацією їх загалом в Україні 12 тисяч [90]. Варто зазначити, що це кількість вчителів фізичної культури усіх класів — від 1 до 11, тому виокремити потрібну для дослідження кількість не вдалося.

Учителі взяли участь в опитуванні за власним бажанням. Діагностувальний інструментарій створено в онлайн-сервісі Гугл-форми. Доступ до анкет поширено листами з відповідним покликанням через обласні департаменти й міські управління освіти.

Розроблено анкету з урахуванням останніх досліджень із фізичного виховання школярів [41, 42].

Анкета складалася із 48 питань, згрупованих у три частини. Контингент не був обмежений у віці, досвіді роботи в школі тощо. Посилання на анкету: https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdeE3BGBSN66UDzevW3zQC8VnnPEIgEzxGmLNmm9DPKhIDgbA/viewform?usp=sf_link. Взірець анкети подаємо в додатках дисертаційного дослідження (додаток 3).

2.1.3. Педагогічне спостереження. Педагогічне спостереження учнів старших класів відбувалося для оцінювання рівня патріотизму. Проводили опитування під час уроків, заходів чи повсякденного спілкування. Звертали увагу на прояви ініціативи, взаємодію з однокласниками, готовність брати участь у спільній діяльності.

Критерії оцінювання патріотизму для учнів старших класів сформовано на основі публікацій А. Солонської [115], А. Левицької [61] та В. Черній [136]. Щоб оцінити патріотизм, використали методику, яка складалася з двох частин: опитування дітей і спостереження групи педагогів і психолога за ними.

Згідно з дослідженнями, визначено актуальні критерії опитування:

1. *Інтелектуальний*: знання історії, основних її державотворчих етапів, культури, традицій і символів України (відповіді на запитання про історії війн, окремі битви, полководців, активність на уроках історії чи захисту України, участь у дискусіях, знання державних символів), усвідомлення значення національних цінностей, розуміння ролі громадянина в розбудові держави.

2. *Емоційно-мотиваційний*: повага до національних героїв та історичних подій (відповіді на запитання), готовність допомагати захищати державу (морально або практично), прояв гордості за Україну (висловлювання, дії).

3. *Діяльнісний*: участь у заходах, які стосувалися національних свят чи військово-патріотичної роботи (заходи, у яких брали участь), активності у волонтерських чи громадських проєктах, дотримання відповідального громадянського обов'язку.

4. *Морально-етичний*: повага до інших націй і культур (переселенців), активність у допомозі ветеранам, відстоювання ідей добра, справедливості та свободи, особиста відповідальність за свої дії як громадянина України.

5. *Соціальний*: уміння співпрацювати в команді для виконання завдань (бути учасником спортивних команд на змаганнях, бути капітанами, організовувати / брати участь у патріотичних заходах, співати українських пісень), підтримка й захист інтересів школи, класу.

Оцінювання проводили сумарно 30 днів: 15 днів на початку і 15 днів в кінці експерименту. Оцінювали за п'ятибальною шкалою, де 5 — проявляється часто / яскраво, 1 — рідко / в'яло. За кожний показник / запитання учень одержував 1 бал. Таку систему оцінювання вибрано через простоту і зручність підрахунку (табл. 2.1). Дані заносили до анкети (додаток Ж.1). Обчислювали середній бал по кожному з критеріїв і суму п'яти критеріїв. Рівень патріотизму оцінювали за сумою балів згідно з градацією: «відсутній» — 1–5 балів, «слабко виражений» — 6–10 балів, «середній» — 10–15 балів, «чітко виражений» — 16–20 балів, «високий» — 20–25 балів.

Таблиця 2.1

Критерії оцінювання рівня патріотизму

Критерій	Запитання
Інтелектуальний	1. Яка організація мала червоно-чорний прапор? 2. Назви три найбільші битви Богдана Хмельницького. 3. Назви три найбільші битви УСС. 4. Назви останню столицю УНР. 5. Де похований король Данило?
Емоційно-мотиваційний	1. Чи вступив би в УПА? 2. Лицарем якого війська хотів би стати? 3. Чим відома битва за гору Маківку? 4. Чим пишаєшся з історії України? 5. Чи переживаєш за перебіг бойових дій у російсько-українській війні?
Діяльнісний	1. Чи поширюєш збори для військових у соцмережах? 2. Чи брав участь у плетінні маскувальних сіток, виготовлення окопних свічок? 3. Чи брав участь у проведенні майстеркласів для збору коштів для ЗСУ?

	4. Чи був / є учасником патріотичних чи військових вишколів / організацій? 5. Чи брав участь в акціях звільнення полонених захисників України, підтримці захисників тощо?
Морально-етичний	1. Чи допомагав переселенцям? 2. Чи брав участь у волонтерській кухні чи інших ініціативах? 3. Чи відвідував ветеранів у госпіталях? 4. Чи взяв би на роботу ветерана без кінцівки? 5. Чи підтримуєш зв'язок зі знайомими / друзями, які воюють?
Соціальний	1. Чи організовував активності в класі? 2. Чи береш участь у розв'язанні конфліктів в школі? 3. Чи любиш бути капітаном команди? 4. Які ролі зазвичай виконуєш на виступах у школі? 5. Чи проявляєш ініціативу в житті класу?

Порівнювали активність різних учнів за критеріями. Виокремлювали тих, хто проявляє яскраво виражені риси патріотизму, та тих, кому потрібна додаткова мотивація. Давали індивідуальну та групову зворотну інформацію.

Дані записували до протоколу (додаток Ж.2).

2.1.4. Педагогічний експеримент. Педагогічний експеримент передбачав з'ясування розбіжностей у показниках фізичного розвитку й фізичної підготовленості старшокласників, що навчаються за авторською програмою ФВ із застосуванням засобів військово-історичної реконструкції, на початку та після впровадження програми в навчальний процес. Педагогічний експеримент проведено на базі Ліцею № 80 Львівської міської ради. Упродовж чотирьох місяців (у період від лютого до травня 2024 року) учні вчилися за авторською програмою фізичного виховання, яка передбачала

поєднання засобів фізичної культури, історії та захисту України. Усі вправи й завдання оформлено з історичним підтекстом і присвячено підготовці молоді до оборони держави.

Використанню кожного запропонованого засобу в програмі із застосуванням засобів військово-історичної реконструкції відведено по одній навчальній годині. Це забезпечило ліпше практичне засвоєння й створення стійкої навички.

Заняття за авторською програмою проводили тричі на тиждень на уроках фізичної культури.

В експерименті взяли участь учні старших класів. На початку дослідження їх поділили на контрольну (КГ) та експериментальну (ЕГ) групи. У кожній групі було по 15 учнів, серед них 10 хлопців і 5 дівчат.

Перед упровадженням експериментальної програми та після нього проведено тестування фізичної підготовленості. Після її застосування перевірили рівень розвитку патріотизму школярів КГ та ЕГ (за розробленою авторською методикою) за допомогою методу педагогічного спостереження соціальної активності учнів.

Для з'ясування вхідного й вихідного рівнів загальної фізичної підготовленості учнів провели *педагогічне тестування*. Метод тестування використовували для отримання інформації про ступінь розвитку окремих фізичних якостей.

Рівень загальної фізичної підготовленості учнів визначали за результатами складання тестів, спеціально дібраних для характеристики усіх фізичних якостей (сили, швидкості, спритності, гнучкості й витривалості).

Силу як фізичну якість встановлювали комплексно, вимірюючи силу кистей. Силу обох кистей визначали за допомогою динамометра. Кожен учень тричі виконував ці тести, записували найкращий результат.

Показники *швидкості* визначали комплексно за результатами відповідних тестувань. Швидкісну силу м'язів нижніх кінцівок встановлювали

за допомогою стрибків у довжину. Кожну вправу виконували тричі, записували найкращий результат.

Спритність визначали за допомогою групи тестів: стрибок угору з поворотом, стрибок у довжину на задану відстань, метання гранати на точність (у вертикальну й горизонтальну цілі), тест Копилова.

Стрибок із поворотом — кожен учень по черзі заходив у намальоване на землі коло та ставав у його центрі, після вказівки мав зорієнтуватися й підстрибнути та в польоті повернути на попередньо вказані йому градуси на колі. Величину повороту (градуси) називали від 30° до 340° у будь-якій варіації, проте лише десяткові числа. Кожен учень мав три спроби, зараховували найкращий результат. У протоколі фіксували розбіжності між заданим і реальним результатом у градусах ($^{\circ}$).

Стрибок на визначену відстань — учень мав зорієнтуватися та в стрибку з місця попасти п'ятами на попередньо вказану йому відстань. Використовували дистанції від 30 см до 2 м 10 см, у будь-якій варіації, проте лише з десятковими числами. Кожен учень мав три спроби, зараховували найкращий результат. Фіксували розбіжності між заданим і реальним результатом стрибків учнів старшого шкільного віку в сантиметрах.

Координаційні якості визначали за допомогою тесту Копилова. Кожен учень по черзі брав тенісний м'яч і здійснював 8 повних передач м'яча навколо обох ніг, описуючи тим самим число «8» навколо нижніх кінцівок. Тест проводили на час і відразу фіксували. Кожен учень мав три спроби, зараховували найкращий результат.

Гнучкість вимірювали нахилами у сторони. Кожен старшокласник по черзі підходив до стіни, ставав до неї спиною і робив нахил у кожную сторону по черзі. Кожне максимальне досягнення відразу фіксували крейдою, а пізніше вимірювали метровою лінійкою.

Витривалість встановлювали за допомогою біп-тесту. Його проводили групою за стандартною методикою (на дистанції 20 м). Результат кожного учасника відразу фіксували.

У тестуванні взяло участь 135 старшокласників (табл. 2.2).

Для визначення *рівня військово-прикладної фізичної підготовленості* провели тести з визначенням влучності під час метання гранат із різних положень з укриттів та в різні цілі (вертикальні й горизонтальні); часу на подолання смуги укриттів; перенесення пораненого з передаванням його через імпровізований отвір у стіні — вікно. Кожну вправу учні виконували тричі, записували найкращий результат.

Таблиця 2.2

**Кількість школярів, залучених до тестування
рівня фізичної підготовленості**

Вік, роки Контингент	10- А	10- Б	10- В	10- Г	11- А	11- Б	11- В
Дівчата	3	8	4	6	2	6	3
Хлопці	14	13	15	14	12	17	14
Разом	17	25	19	20	14	23	17

Застосовували автентичні вправи, які сконструював автор, з історичним підтекстом. Запропоновані вправи метання гранати є новими для учнівської молоді, раніше у шкільній програмі були лише схожі. Додали нові елементи до метання з-за укриття, а також нову вправу «метання стоячи у вертикальну ціль». Запроваджено нову горизонтальну ціль, яка імітує ворожий окоп під час метання гранати стоячи, з коліна та лежачи.

У наукових джерелах не вдалося знайти результатів аналогічних досліджень учнівської молоді або результатів метань для порівняльного аналізу з експериментальною програмою. Науковці [34, 135] використовують для аналізу показників військові або легкоатлетичні нормативи. Саме їх визначили для програми шкільного предмета «Захист України» [23, 134]. Окремі дослідження [59, 137] стосуються курсантів військових закладів

освіти, що спеціалізуються на військовому п'ятиборстві, тому порівнювати з ними результати експериментального дослідження некоректно.

Метання гранати в авторській програмі стосується періоду Першої та Другої світових війн. Саме під час цих конфліктів почалося масове використання такої зброї. У такий спосіб і було досягнуто мети щодо військової підготовки молоді, адже гранати активно використовують і в сучасній російсько-українській війні. Стосовно історичного зв'язку на уроці це можна пов'язувати зі згаданими періодами й ототожнювати із Січовими стрільцями чи бійцями Української повстанської армії.

Варто зауважити, що в експериментальній програмі свідомо змінено принцип зарахування результату кидання гранати всупереч чинним нормативам. Сучасна армійська система акцентує на дальності метання гранати, натомість із практичного погляду важливе метання гранати у ціль на влучність [110]. Це зумовлено тим, що здебільшого бої в російсько-українській війні відбуваються за окопи й оборонні рубежі, тож велику роль відіграють гранати і, відповідно, навички влучних кидків. Натомість радянська система метання гранат, а саме РГД-5, застаріла, оскільки за радянськими принципами застосування таких гранат стоїть їх метання на дистанцію 40 метрів (норматив) перед собою під час бігу, щоб здійснити наступ на ворожі позиції [59]. Наступів такого типу Збройні сили України не використовують, тому що вони призведуть до неминучих великих втрат особового складу.

Метання гранати на влучність стоячи з-за укриття в горизонтальну ціль. На горизонтальній площині, на землі, на відстані 20 м від учня розміщували гімнастичний обруч діаметром 90 см. Довкола обруча зображували три кола з радіусами 1, 2, 3 м, відповідно. Гранати метали стоячи, тримаючи автомат у лівій руці, та з-за укриття. Укриттям могли бути підручні засоби прямокутної форми: матрац, коробка чи ящик для інвентарю. Укриття й утримання автомата мали ускладнити процес метання гранати та максимально наблизити його до бойових умов. На початковому етапі

експерименту учні метали в спрощених умовах: без автомата і замість гранат були тенісні м'ячі.

Під час проведення фінального тестування зараховували влучення — перше торкання гранати землі. Кожен учень мав три спроби, зараховували кожну, визначали найкращий результат.

Метання гранати на влучність стоячи з-за укриття у вертикальну ціль. Імітація кидання гранати у вікно. Між двома стільцями, на висоті 1 м над рівнем землі та на відстані 20 м від учня розміщували гімнастичний обруч діаметром 90 см. Ділянку довкола обруча ділили на зони. Зона влучення — в отворі обруча, зона промаху 1 — стінки стільців обабіч обруча, зона промаху 2 — за межами стільців. Гранати метали стоячи, тримаючи автомат у лівій руці, та з-за укриття. Укриттям могли бути підручні засоби прямокутної форми: матрац, коробка чи ящик для інвентарю. Укриття й утримання автомата призначені для того, щоб ускладнити процес метання гранати та максимально наблизити його до бойових умов. На початковому етапі експерименту учні метали в спрощених умовах: без автомата і замість гранат були тенісні м'ячі. Обруч могли закріплювати також на сітці огорожі школи, на шведській стінці, футбольних воротах тощо.

Під час проведення фінального тестування зараховували бали за вцілення гранати в отвір обруча або не зараховували в разі промаху. Бнали до уваги промахи в зони 1 чи 2. Кожен учень мав три спроби, зараховували кожну, визначали найкращий результат.

Метання гранати на влучність сидячи з-за укриття в горизонтальну ціль. На горизонтальній площині, на землі, на відстані 20 м від учня розміщували гімнастичний обруч діаметром 90 см. Довкола обруча зображували три кола з радіусами 1, 2, 3 м, відповідно. Гранати метали сидячи, тримаючи автомат у лівій руці, та з-за укриття. Укриттям могли бути підручні засоби прямокутної форми: матрац, коробка чи ящик для інвентаря. Укриття й утримання автомата мали ускладнити процес метання гранати та максимально

наблизити його до бойових умов. На початковому етапі експерименту учні метали у спрощених умовах: без автомата і замість гранат були тенісні м'ячі.

Під час проведення фінального тестування зараховували влучення — перше торкання гранати землі. Кожен учень мав три спроби, зараховували кожну, визначали найкращий результат.

Метання гранати на влучність лежачи з-за укриття в горизонтальну ціль. На горизонтальній площині, на землі, також на відстані 20 м від учня, як у попередні рази, розміщували гімнастичний обруч діаметром 90 см. Також зображували три кола з радіусами 1, 2, 3 м, відповідно. Гранати метали лежачи, тримаючи автомат у лівій руці, та з-за укриття. Укриттям були згадані предмети: матрац, коробка чи ящик для інвентарю. Укриття й утримання автомата мали ускладнити процес метання гранати та максимально наблизити його до бойових умов. На початковому етапі експерименту учні також метали у спрощених умовах: без автомата і замість гранат були тенісні м'ячі.

Під час проведення фінального тестування зараховували перше влучення гранати землі. Кожен учень мав три спроби, зараховували кожну, визначали найкращий результат.

Метання гранати на точність. На горизонтальній площині довкола червоного прапорця зображували три кола з радіусами 1, 2, 3 м, відповідно. Гранати метали з місця. Зараховували влучення — перше торкання гранати землі. Кожен учень мав три спроби, зараховували найкращий результат. Таке саме випробування проводили і в метанні у вертикальну ціль

Уперше для учнів старших класів застосовано вправу «передавання пораненого через вікно». Вправу досі використовували під час підготовки військових, а не в шкільній програмі. Запропоновано абсолютно нову вправу «смуга укриттів», під час якої учні не долають перешкоди, а використовують їх як укриття від ворожого вогню. Цієї вправи не зафіксовано в інших наукових публікаціях і навчальних планах.

Щоб визначити час на подолання смуги укриттів і перенесення пораненого з передаванням його через імпровізований отвір у стіні (вікно),

використовували нормативи для військових. Перед тим як упровадити вправу до експериментальної програми, провели пробні забіги, у яких учні взяли участь добровільно. Тож була змога порівняти результати дітей з армійськими нормативами й визначити потрібний час.

Обсяг вибірки тестування військово-прикладної фізичної підготовленості становив 30 осіб.

2.1.5. Медико-біологічні методи дослідження. Фізичну працездатність серцево-судинної системи визначали за допомогою *проби Руф'є*. В учня після п'яти хвилин відпочинку сидячи вимірювали ЧСС за 15 с (ЧСС 1), потім він протягом 45 с виконував 30 глибоких присідань — вставань: під час присідання підіймав руки вперед, а під час вставання опускав донизу і рахував уголос (щоб зберігати правильне дихання). Після цього школяр відразу ж сідав на стілець. Підраховували ЧСС за перші 15 с першої хвилини відпочинку (ЧСС 2), потім за перші 15 с другої хвилини відпочинку (ЧСС 3). Індекс Руф'є розраховували за формулою (2.1).

$$\text{Індекс Руф'є} = \frac{4 \cdot (\text{ЧСС 1} + \text{ЧСС 2} + \text{ЧСС 3}) - 200}{10} \quad (2.1)$$

З усіх наявних тестів до авторської системи тестування вибрано такі вправи, що відповідають віку, дають інформацію про рівень розвитку основних фізичних якостей, а їх виконання залучає до роботи основні м'язові групи.

2.1.6. Психодіагностичні методи дослідження. Визначали рівень розвитку уваги. Вимірювання уваги особливо важливе, оскільки ця властивість великою мірою впливає на поведінку суб'єкта в різноманітних тривожних ситуаціях. Щоб визначити цей показник, вирішили використати

таблицю Шульте, адже вона оперативно й точно встановлює рівень розвитку уваги учня.

Розвиток уваги оцінювали за допомогою електронної програми на смартфонах, яка одразу показувала час проходження таблиці. Під час інтерпретації показників використовували такі орієнтовні оцінки: 30 с — високий рівень уваги, 40 с — середній, 50 с — низький рівень розвитку уваги.

Кожен результат досліджуваних проаналізували, порівняли, зробили висновок і запропонували методи й засоби вдосконалення показників.

2.1.7. Методи математичної статистики. У процесі статистичної обробки показників учнів під час педагогічного тестування обчислювали такі статистичні характеристики: середнє арифметичне ($\bar{X}$), середнє квадратичне відхилення ($\pm\sigma$), максимальне (max) і мінімальне (min) значення, моду (M_0).

Щоб вивчити ефективність запропонованої експериментальної програми, підраховували зміни показників (%).

Розрахунки виконано з використанням системи РС IBM за допомогою електронних таблиць Excel for Windows.

Нормальність розподілу емпіричних рядів перевірено за тестом Шапіра — Вілка. Результати обчислень дали змогу встановити, що емпіричний розподіл майже усіх показників відповідає нормальному. Тож для статистичної перевірки гіпотези про вірогідність розбіжностей між показниками старшокласників користувалися t-критерієм Стюдента. Порівняльний аналіз показників учнів до і після дослідження здійснено за допомогою параметричного t-критерію Стюдента для зв'язаних і незв'язаних вибірок. За рівень статистичної значущості взято величину 0,05 ($p < 0,05$).

2.2. Організація дослідження

Дослідження проведено кількома етапами.

На **першому етапі** (вересень 2021 — вересень 2022 рр.) проаналізовано, синтезовано, узагальнено, порівняно дані наукової літератури й мережі

«Інтернет». Опрацьовано закордонні дослідження й нормативні акти для виокремлення актуальності розв'язаних під час дослідження питань, теоретичного обґрунтування мети й завдань роботи.

Упродовж **другого етапу** (вересень 2022 — вересень 2023 рр.) опитали вчителів трьох профільних предметів — «Фізичнакультури», «Захист України» та «Історія України». Учителі загальноосвітніх закладів середньої освіти (ЗЗСО) України (n=2119) взяли участь в опитуванні про елементи військово-історичної реконструкції на уроках фізичного культури у школі. Вони мали порівняти запропоновану програму відповідно до інших відомих та оцінити експериментальну методику.

Проведено статистичну обробку результатів, аналізу й узагальнення одержаних даних анкетування.

Проведено тестування загальної (n=135) та військово-прикладної (n=30) фізичної підготовленості учнів старших класів:

Визначено рівень фізичної та розумової працездатності старшокласників (n=135).

На підставі одержаних даних обґрунтовано зміст авторської програми фізичного виховання учнів старших класів і впроваджено її в навчальний процес ЗЗСО.

На **третьому етапі** (вересень 2023 — вересень 2024 рр.) проведено педагогічний експеримент із перевірки ефективності авторської програми фізичного виховання старшокласників із застосуванням засобів військово-історичної реконструкції.

Педагогічний експеримент провели на базі Ліцею № 80 Львівської міської ради. Упродовж чотирьох місяців (у період від лютого до травня 2024 року) учні вчилися за авторською програмою фізичного виховання, яка передбачала поєднання засобів фізичної культури, історії та захисту України. Усі вправи й завдання оформлено з історичним підтекстом і присвячено підготовці молоді до оборони держави.

Опитування учнів старших класів стосовно їхньої соціальної активності в позаурочний час провели, щоб оцінити рівень сформованості патріотизму. Здійснено в період від березня 2024 року до травня 2024 року серед 15 дітей ЕГ та 15 дітей КГ. Критерії оцінювання: інтелектуальний, емоційно-мотиваційний, діяльнісний, морально-етичний і соціальний. Створено протокол, який містив прізвище та ім'я учня, розроблені критерії оцінювання, оцінки. Під час аналізу даних використали зведену таблицю для їх порівняння за критеріями та згрупували результати до ЕГ та КГ. Обчислили середні значення.

Четвертий етап (вересень 2024 — вересень 2025 рр.) Оброблено результати рівня фізичної підготовленості, виконання тестових вправ ЕГ та КГ. Визначено зміни в рівні патріотизму, підготовці висновків. Порівняно результати з наявними даними в науковій літературі та визначено наукову новизну роботи. Оформлено рукопис дисертації, таблиці, графіки та акти впровадження.

Апробацію дисертаційного дослідження проведено на засіданні кафедри теорії та методики фізичного виховання Львівського державного університету фізичної культури імені Івана Боберського 04 березня 2025 р.

РОЗДІЛ 3

МОЖЛИВОСТІ Й ПЕРЕДУМОВИ ЗАСТОСУВАННЯ ЗАСОБІВ ВІЙСЬКОВО-ІСТОРИЧНОЇ РЕКОНСТРУКЦІЇ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ УЧНІВ СТАРШИХ КЛАСІВ

Упродовж проведення дисертаційного дослідження під час російсько-української війни підготовка молоді до оборони України ставала дедалі актуальнішою. Тож, мабуть, доцільно було б використовувати міжпредметні зв'язки історії та військової справи на уроках фізичної культури. З'ясуванню відповіді на це питання, а також на питання обґрунтування актуальності й змісту програми фізичного виховання із застосуванням засобів військово-історичної реконструкції присвячено цей розділ.

Одержані дані підтверджують великий інтерес педагогічної громадськості до таких ініціатив. Загалом учителі визнають активізацію інтересу учнів до вивчення історії та формування патріотичних цінностей серед молодого покоління засобами військово-історичної реконструкції.

3.1. Соціально-демографічні дані учасників опитування

На сьогодні в школах викладають профільний предмет «Захист України», який безпосередньо орієнтований на підготовку молоді до можливої участі у війні. Крім цього, відомі різні системи військового вишколу, наприклад гра «Джура», хортинг, бойова армійська система (БАрС), які здійснюють військову підготовку учнів старших класів. Програма фізичного виховання із застосуванням засобів військово-історичної реконструкції передбачає комплексне поєднання впливів трьох згаданих систем.

Опитано вчителів трьох профільних предметів — «Фізичнакультури», «Захист України» та «Історія України», щоб вони оцінили системи військового вишколу школярів, а також програму військово-історичної реконструкції, яка передбачає поєднання впливів цих предметів.

Найбільше респондентів (44,6 %, або 223 особи) представлено з таких областей: Вінницької, Житомирської, Хмельницької, Кіровоградської, Черкаської, Чернігівської, Чернівецької, Полтавської, Запорізької, Закарпатської, Миколаївської, Херсонської. Друге місце посіла Одеська область (40,6 %, або 203 особи), що показує високу комунікацію відділів освіти й освітніх установ. На третьому місці Волинська область (13,8 %, або 68 особи), оскільки на її території розміщено багато осередків і керівництва гри «Джура». У перші дні після надсилання листа-звернення про опитування місцевим органам освіти різко зросла активність саме Волинської області, а на автора дисертаційного дослідження в мережі «Фейсбук» підписався один із виховників львівського осередку гри «Сокіл» («Джура»). Водночас в опитуванні спостерігалось різке зростання відповідей на користь «Джури». Імовірно, після поширення опитування представники гри вирішили докласти усіх зусиль, щоб не пасти задніх і продемонструвати найкращі показники з-поміж інших систем.

Під час аналізу масиву демографічних даних, представленого в числовому вигляді, проведено ретельне дослідження основних статистичних характеристик віку осіб. До загальної кількості обраної вибірки, яка становить 2119, застосовано методи визначення середнього арифметичного, щоб отримати уявлення про середній віковий показник. Одержане значення становить приблизно 44,3 року, що вказує на середній вік осіб у цій вибірці.

Виокремлено кількість осіб, вік яких перевищує 50 років, і кількість осіб, вік яких менший ніж 50 років. За результатами аналізу встановлено, що 776 осіб із представленого набору перебувають у віковій категорії, вищій за 50 років, тоді як 1341 особа є у віковому діапазоні, меншому за 50 років. Ці результати глибше розкривають структуру й розподіл вікових груп у вивченому сукупному демографічному наборі.

Велика кількість учителів фізичної культури, вік яких перевищує 50 років, може позитивно впливати на систему освіти й фізичний розвиток учнів. Учителі з величезним досвідом роблять важливий внесок у педагогічний

процес. Вони мають змогу передавати свої знання й навички молодшому поколінню, сприяючи формуванню кваліфікованих і відданих фахівців. Також учителі старшого віку можуть бути менторами для молодших колег. Їхня експертиза буде надзвичайно корисною для новачків, допомагатиме їм адаптуватися до особливостей викладацької діяльності й розв'язувати фахові завдання.

Наявність учителів із великим стажем зумовлює стабільність кадрового складу школи. Це важливо в умовах постійних змін у сучасному освітньому середовищі, тож правильне співвідношення різних за віком вчителів сприятиме більшій різноманітності педагогічних підходів. Кожен учитель додасть унікальні перспективи й методи в навчання фізичної культури. Зосередження на фізичній активності та здоров'ї допоможе формувати позитивні звички в учнів. Досвідчені вчителі можуть активно популяризувати здоровий спосіб життя серед школярів.

Загалом, різноманітність вікового складу вчителів фізичної культури може бути природною силою, яка сприятиме розвитку освітнього процесу й формуванню здорового способу життя серед учнів. Досвід і вік учителів фізичної культури мають багато переваг.

Утім, учителям із великим стажем складніше адаптуватися до новітніх технологій та інновацій у навчанні. Це впливає на їхню змогу ефективно використовувати сучасні методи й інструменти. Учителям старшого віку часом складно підтримувати такий самий темп, як і в молодших колег, та енергійність. Стан здоров'я може стати чинником, який обмежуватиме їхню активність і участь у певних фізичних активностях.

Різниця у віці впливає на сприйняття й розуміння сучасної молоді, їхніх потреб і вподобань. Це спричиняє взаємне непорозуміння й ускладнює взаємодію вчителя з учнями. Цілком припустимо, що деякі вчителі не прагнуть змінювати й удосконалювати свою методику через звичай і сталість. Це перешкоджатиме впровадженню новітніх педагогічних і методичних рішень.

Урахування цих чинників може вказати на потребу системи підтримки й розвитку для вчителів фізичної культури, спрямованої на їхні професійні навички і на поліпшення фізичного та емоційного здоров'я.

Згідно з одержаними даними, учителями історії України є 601 респондент, учителями захисту України — 334 респонденти, учителями фізичної культури — 860 респондентів. Серед них були вчителі, які обіймають посади з кількох дисциплін: учителями «Історія України» та «Захист України» є 46 респондентів, «Фізичнакультури» та «Захист України» — 248 респондентів, учителями трьох дисциплін («Історія України», «Захист України», «Фізичнакультури») — 16 респондентів і 14 респондентів — учителі «Історія України» та «Фізичнакультури».

Така різноплановість і розпорошеність обійнятих посад свідчить про кризу в кадрах та нестачу охочих працювати в школах. Тож часто практикують, коли один учитель обіймає одразу кілька посад. На нашу думку, з погляду ефективності навчання така система не надто дієва. По-перше, вона значно навантажує вчителя додатковими годинами з інших дисциплін; по-друге, виснажує його підготовкою до кількох напрямів і не дає змоги йому повноцінно присвятити час та увагу учням; по-третє, такий підхід не допоможе підтримувати високу компетентність вчителя одразу в кількох дисциплінах. Ці чинники теж впливають на якість викладання матеріалу в гірший бік, а це вже впливає на рівень підготовки учнів [22].

Щодо вибору для опитування саме цих категорій учителів, то відповідь доволі проста — пропонована програма є переплетеною в цих трьох сферах і доповнює їх по-різному, кожен зі свого боку, зокрема фізичне виховання — руховою активністю та військово-прикладними вправами; історію України — обігруванням історичних періодів, військових формувань, подій; захист України — військовою спрямованістю вправ, засобів і різноманітністю військових формувань.

Запитання *«Вкажіть ваш стаж роботи у школі»*. Серед усіх опитаних респондентів найбільший термін сягнув 55 років, найменший — 5 місяців.

Середній термін роботи опитаних учителів становив 19,5 року. Серед п'яти найчастіших відповідей маємо такі: 30 років стажу — 69 респондентів, 20 років стажу — 65 респондентів, 3 роки — 62 респонденти, 23 роки стажу — 57 респондентів, 10 років стажу — 57 респондентів. Серед найменших показників — стаж 50–55 років.

Результати опитування відображають значну різноманітність стажу роботи вчителів у школах, що варіюється від новачків до досвідчених педагогів із тривалим стажем. Виявлені найчастіші відповіді про стаж роботи (30 років, 20 років, 3 роки тощо) підтверджують наявність різноманітних категорій учителів із різним рівнем досвіду. Водночас збільшення кількості вчителів зі стажем 50–55 років виокремлено як менш поширену категорію, що може свідчити про тенденцію до виходу на пенсію або зміни професійних шляхів серед старших педагогів.

Такий різноманітний стаж роботи у шкільних вчителів важливий, оскільки він відображає широкий спектр досвіду й експертизи в різних аспектах навчання та виховання. Нові вчителі можуть запропонувати нові підходи до навчання, тоді як вчителі з тривалим стажем застосовують багатий досвід і мудрість, які сприятимуть поліпшенню якості освіти. Утім, зменшення кількості вчителів зі стажем 50–55 років поставить питання про збереження нагромадженого досвіду й передання його наступним поколінням педагогів.

Запитання «*Чи проходили ви військову службу?*». Ця інформація потрібна, щоб порівняти відповіді респондентів, які служили, і тих, хто не проходив військової служби. У варіантах відповідей вказано проходження служби в Радянській армії, Збройних силах України та «не проходив(ла)». Найбільше значень (1263 відповіді) одержав варіант «не проходив(ла)». Наступним за кількістю набраних голосів (282 відповіді) став варіант «Радянська армія». І третє місце (164 голоси) посів варіант «Збройні сили України».

Серед респондентів, хто (відповіли в запитанні № 4) працює на посаді вчителя із захисту України, а саме 644 вчителів, 314 респондентів (49 %) не проходили військової служби, 206 респондентів (32 %) проходили службу в

Радянській армії, а 124 особи (19 %) проходили службу в лавах Збройних сил України (рис. 3.1).

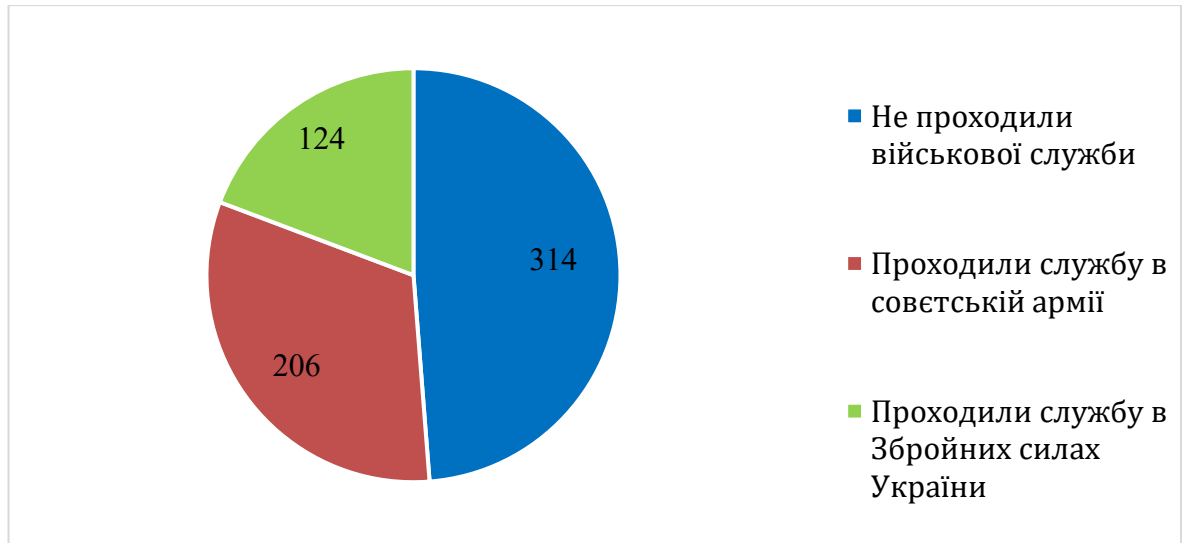


Рис. 3.1. Відповіді вчителів із захисту України про проходження військової служби

З-поміж 313 осіб, які не проходили військової служби, 32 респонденти (10 %) навчалися на військовій кафедрі при університетах, із них троє мають бойовий досвід; 53 (17 %) пройшли курси для цивільних, із яких один має бойовий досвід; а 229 респондентів (73 %) не мають жодної підготовки (рис. 3.2).

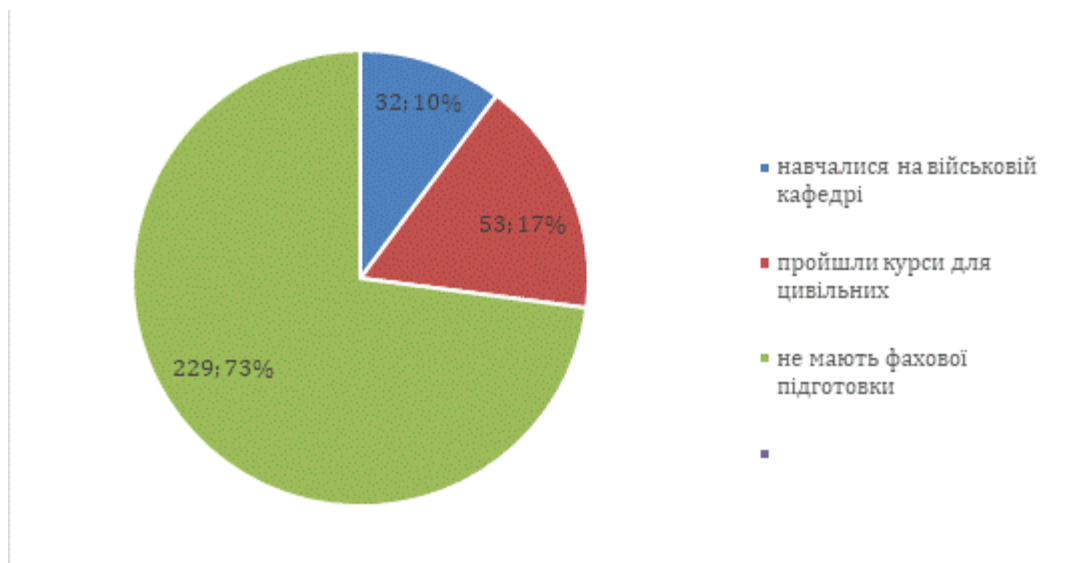


Рис. 3.2. Фахова підготовка вчителів із захисту України, які не проходили військової служби

Запитання *«Якщо ви проходили військову службу, то скільки років?»*. Найменший вік служби становив шість місяців, найбільший період служби — 31 рік. Середній термін проходження військової служби серед респондентів — три роки й один місяць. Найчастіша відповідь — два роки, її вибрали 266 респондентів; друга найпоширеніша — 1,5 року, стосується 58 респондентів; третя — один рік, її вибрали 53 респонденти.

На це запитання 14 респондентів, які служили в Радянській армії, відповіли прочерком. Серед інших респондентів, що служили в Радянській армії, найбільша кількість відповідей — 2 роки стосується 242 респондентів; найменший термін служби — один рік мали вісім респондентів; найбільше — 31 рік — один респондент.

Серед респондентів, що служили в Збройних силах України, найбільший термін служби становить 30 років (два респонденти); найменший термін — шість місяців (один респондент); найчастіше значення — один рік (44 респонденти). Два респонденти проходять службу зараз. У попередньому запитанні 11 респондентів відповіли, що військову службу не проходили, але у відповіді зазначили терміни військової служби від 6 місяців до 26 років із різними діапазонами.

Запитання *«Чи маєте ви військову освіту?»*. Відповідь «навчався на військовій кафедрі» вказало 115 респондентів (6 %), з них 49 проходили військову службу, 36 з яких — у Радянській армії (троє не вказали термінів служби), 13 — у Збройних силах України (двоє не вказали термінів служби). Не проходило військової служби 66 осіб (четверо з них зазначили терміни служби, але не вказали, де її проходили). Закінчила військовий заклад вищої освіти 41 особа (2 %), з них 15 служили в Радянській армії, 24 — у Збройних силах України, 2 — не вказали, де служили, але терміни служби вказані «25» і «26» років, що вказує, імовірно, на термін служби в Радянській армії. Курси для цивільних пройшов 131 респондент (7 %), це 40 осіб, що служили в

Радянській армії, 17 — у Збройних силах України та 74 — не проходили служби (рис. 3.3).

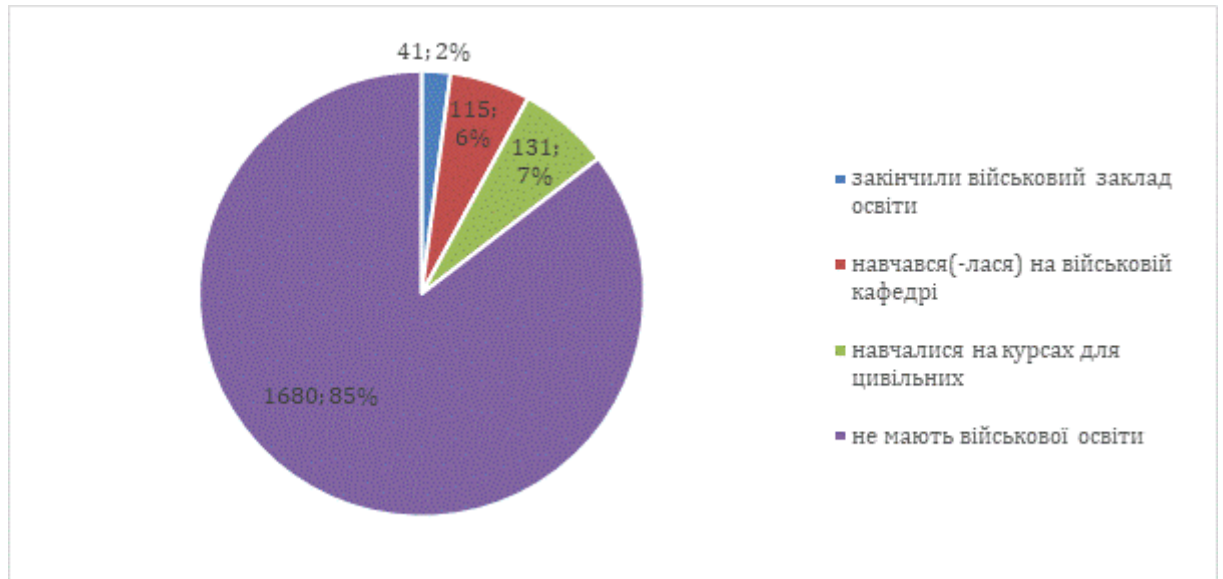


Рис. 3.3. Спеціалізована військова освіта вчителів предмета «Захист України»

Не мають жодної військової освіти 1680 осіб, але серед них 229 респондентів служили в Радянській армії; 130 — у Збройних силах України; 1317 респондентів не мають жодної військової освіти чи служби в армії. Серед останньої категорії 216 учителів захисту України та 711 учителів фізичної культури.

Запитання «*Чи маєте ви бойовий досвід?*». За підсумками опитування 1893 респонденти не мають бойового досвіду, відповідно 74 — його мають. Серед останніх 54 особи працюють на посаді вчителя захисту України, а також 35 — на посаді вчителя фізичної культури.

Результати аналізу даних засвідчили, що на цей момент серед учителів захисту України приблизно 2000 респондентів не проходили військової служби:

- 227 учителів не мають військової освіти, служби в армії та бойового досвіду;
- 45 — навчалися на курсах для цивільних;

- 27 — закінчили навчання на військовій кафедрі;
- тих, хто закінчив вищий військовий навчальний заклад (ВВНЗ), — жодного.

Мають бойовий досвід:

- 1 респондент, який не проходив військової служби та не має військової освіти;
- 1 респондент, який проходив курси для цивільних;
- 8 респондентів, які закінчили ВВНЗ;
- 4 випускники військової кафедри.

Серед учителів, що служили в Радянській армії, без бойового досвіду:

- 108 респондентів, що переважно проходили звичайну строкову службу два роки і не мають додаткової військової освіти. Тобто їхні знання й навички можна вважати застарілими та такими, що не відповідають сучасним методам ведення бою;

- 29 респондентів, які пройшли курси для цивільних, тобто можуть мати актуальні знання про теперішні методи й засоби ведення бою;

- 9 респондентів, які закінчили ВВНЗ, але важливо зазначити період проведення навчання, бо радянська модель військової освіти застаріла.

Мають бойовий досвід:

- 5 випускників військової кафедри;
- 1 випускник ВВНЗ;
- 6 респондентів, що пройшли курси для цивільних;
- 10 респондентів, які проходили військову службу.

Тож 86,9 % мають службу в Радянській армії без досвіду та 13,1 % мають бойовий досвід зі службою в Радянській армії. Бойовий досвід навіть цієї категорії вчителів уже важливий і позитивно вплине на підготовку молоді на уроках захисту України, як порівняти з учителями, які хоча і служили, проте такого досвіду не мають.

Серед учителів, що служили в Збройних силах України, не має бойового досвіду:

- 56 респондентів, які проходили переважно строкову службу — 1,5 року та не мають військової освіти;

- 17 респондентів, які закінчили ВВНЗ;

- 6 випускників військової кафедри.

Мають бойовий досвід:

- 13 респондентів, які проходили лише строкову службу;

- 1 респондент, який проходив курси для цивільних;

- 8 респондентів, які закінчили ВВНЗ;

- 4 випускники військової кафедри.

Отже, можна зазначити, що 75,2 % респондентів мають сучасну військову службу й освіту без бойового досвіду та 24,8 % мають сучасний бойовий досвід. Обидва випадки найкраще підходять, щоб передати знання учням, проте другий, з бойовим досвідом, має суттєву перевагу.

3.2. Ставлення вчителів до структурних змін у системі шкільної освіти в Україні

Наступний блок запитань стосувався ставлення респондентів до змін у системі освіти загалом. Завдання цих запитань — побачити, як українські вчителі підтримують тенденції в освіті, та зрозуміти їх ставлення до запропонованої авторської методики.

Запитання *«Чи підтримуєте ви перехід школи на 12-річну систему навчання?»* (рис. 3.4).

Третина опитаних — 665 респондентів (32,9 %) відповіла, що підтримує перехід на 12-річну систему; 619 респондентів (30,6 %) не підтримують перехід; а 736 респондентам (36,4 %) важко відповісти на це запитання. Тож приблизно 2000 респондентів майже рівно поділилися на три категорії. З невеликим відривом першим вийшов варіант «важко відповісти», тобто респонденти не мають чіткої відповіді і дискусії тривають досі. Додатково можна зазначити, що 12-річну систему шкільної освіти підтримала лише третина респондентів.



Рис. 3.4. Ставлення вчителів до переходу школи на 12-річну систему навчання

Запитання «*Чи підтримуєте ви реформу НУШ?*», яка стартувала в перших навчальних закладах України 2017 року [40] (рис. 3.5).



Рис. 3.5. Ставлення вчителів до реформи освіти

Аналіз відповідей на запитання «*Чи підтримуєте ви реформу НУШ?*» показав такі результати: 1124 (55,6 %) респонденти відповіли «так»; 334 (17,0 %) особи обрали «ні»; 553 (27,4 %) респонденти відповіли «важко

відповісти». У цьому запитанні тему змін у системі освіти вчителі сприйняли більш позитивно. Трохи більше ніж половина респондентів підтримали нововведення. Це питання перекривається попереднім, адже 12-річна система освіти входить до програми НУШ, відповідно, попереднє 10 запитання можна перевірити цим. Перевірка встановила, що частково відповіді збігаються. З'ясовано, що вдвічі більше вчителів підтримують реформи НУШ, проте проти запровадження такого її складника, як 12-річна система навчання.

Запитання «*Чи підтримуєте ви залучення до «Захист України» учениць?»* стосується навчання дівчат на заняттях із захисту України. До речі, раніше дівчата навчалися окремо від хлопців і мали свої теми для вивчення дисципліни, які часто стосувалися медицини. Останнім часом тенденція почала змінюватися на краще, дівчата здобували знання програми, орієнтованої колись на хлопців, а хлопці — навпаки [70]. Однак вирішили опитати вчителів щодо цього і додатково перевірити їх ставлення до навчання учениць того, що і хлопців. На запитання: «*Чи підтримуєте ви залучення до «Захисту України» учениць?»* одержали такі відповіді: 1510 (74,5 %) респондентів відповіли «так»; 516 (25,5 %) респондентів — «ні» (рис. 3.6).

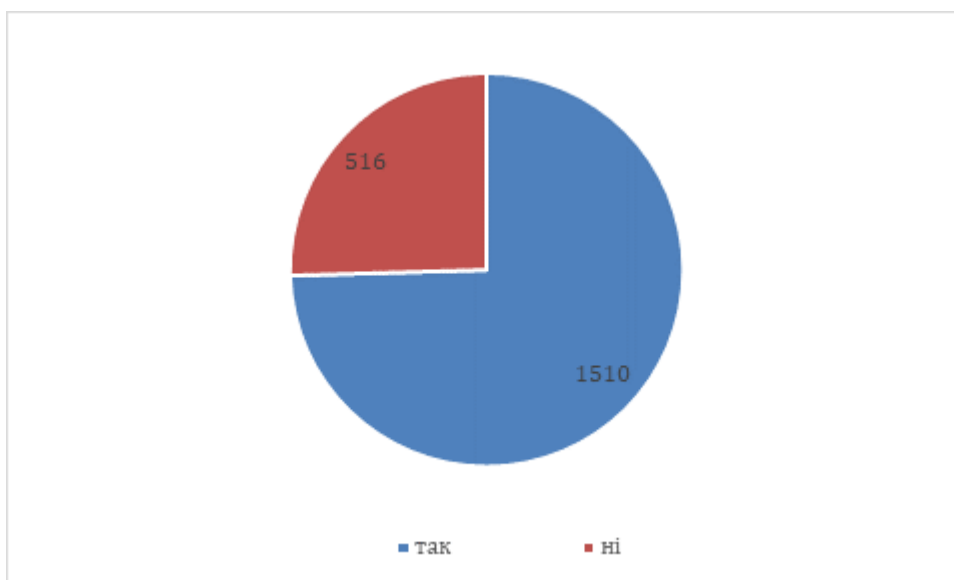


Рис. 3.6. Підтримка залучення до «Захист України» учениць

Ці відповіді демонструють позитивну тенденцію у ставленні до навчання учениць. На наш погляд, знання про оборону держави, виживання, захист себе й рідних потрібні всім, незалежно від статі. Окрім того, вирішили зрозуміти, що впливає на вибір учителів щодо залучення учениць. Сортуючи відповіді в таблиці даних Excel, виявили, що середній вік респондентів, які відповіли «так» і «ні», становить 43–45 років, тобто вік не вплинув на погляди на це запитання, так само і регіон проживання не впливає на ставлення респондентів до нього.

Єдиною категорією, де спостерігалися великі відмінності у ставленні до залучення до «Захист України» учениць, була наявність / відсутність факту служби в армії респондентів. Серед колишніх військовослужбовців ЗСУ 163 відповіли «так» проти 29, які відповіли «ні», тобто різниця у 5,5 раза; серед тих, хто не служив, 1074 — «так» проти 429 — «ні», різниця у 2,5 раза; серед тих, хто служив у Радянській армії, 274 — «так» проти 58 — «ні», різниця теж майже у 5 разів. Отже, ці дані свідчать, що ті, хто проходив військову службу, особливо сучасну, більше розуміють важливість навчання учнів обох статей, ніж ті, хто цього досвіду не має.

3.3. Оцінка змісту процесу викладання «Захист України» у старшій школі

Наступний блок питань передбачав одержання інформації для формування уявлення про сучасний стан навчання на уроках захисту України в школах.

Запитання *«Скажіть, сьогоднішня шкільна програма «Захист України» відповідає теперішнім вимогам ведення бойових дій чи ні?»* — одне з найактуальніших, яке стосується сьогоднішнього стану шкільного предмета «Захист України». Актуальність його під час повномасштабного вторгнення Росії в Україну надзвичайно висока. Це запитання мало допомогти дізнатися, чи вчителі у школах бачать потребу поліпшити зміст навчання і чи вони самі готові до змін (рис. 3.7).

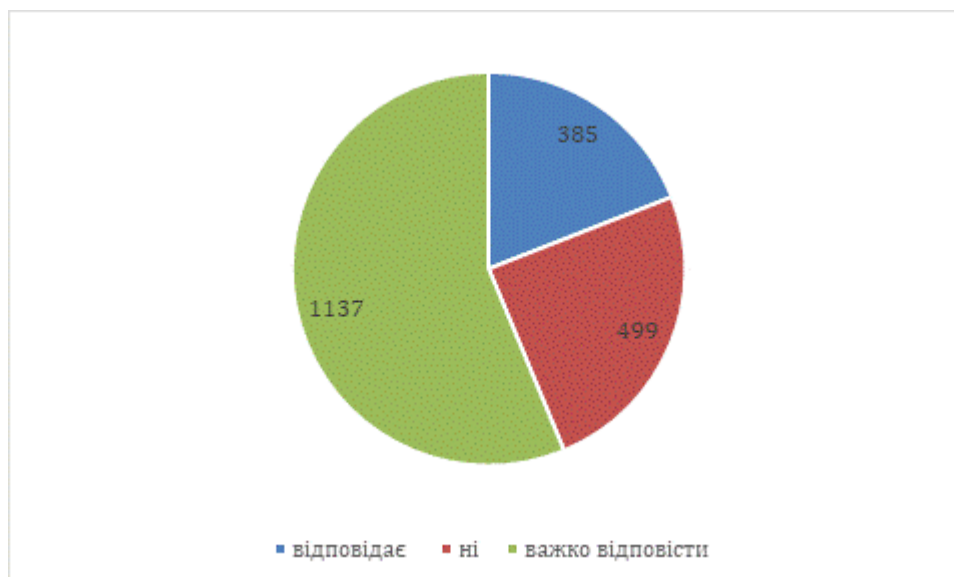


Рис. 3.7. Відповідність шкільної програми «Захист України» теперішнім вимогам ведення бойових дій

Отже, відповіді були такими: 385 (19 %) респондентів відповіли «так»; 499 (24,7 %) респондентів вибрали «ні»; 1137 (56,3 %) респондентів відповіли «важко відповісти». Тож думки за і проти розділилися порівну, утрималася з відповіддю понад половина опитаних. Відповіді на це запитання доречно проаналізувати пізніше, адже наступні нададуть додаткові відповіді.

Нижче в анкеті було контрольне запитання *«Відповідно до сучасної війни, чи потрібно змінити програму «Захист України»?»*. Відповіді були такими: 1810 (85,4 %) респондентів відповіли «так»; 309 (14,6 %) респондентів відповіли «ні». Порівнюючи з відповідями попереднього запитання *«Скажіть, сьогоднішня шкільна програма Захисту України відповідає теперішнім вимогам ведення бойових дій чи ні?»*, проаналізувати можна так: 385 осіб (19 %) відповіли, що відповідає вимогам війни, а в цьому питанні 309 (14,6 %) сказали, що змін не потрібно, тобто 5 % респондентів змінили свою думку; 499 осіб (24,7 %) вважають, що дисципліна не відповідає вимогам війни, 1137 особам (56,3 %) важко відповісти. Якщо ці дані додати, то сумарно одержимо 1636 (81 %) респондентів, як порівняти з цим запитанням, то 1810 осіб (85,4 %) відповіли, що потрібні зміни в дисципліні. Але через наявність

додаткового вибору «важко відповісти» складно чітко сказати, до якої відповіді респонденти схилилися більше. Тобто перевірене запитання чітко встановило, що респонденти змінили свої відповіді лише в діапазоні 5 %.

У запитанні «*Оберіть, які теми ви відпрацьовуєте з учнями на практиці*» найбільше разів вибрали стрійову підготовку, друга за популярністю — цивільна безпека, третя — тактична медицина. Четверте місце посіли інші теми, п'яте — тактична підготовка, шосте — стрільба, сьоме — топографія, восьме — мінно-вибухова справа, останнє, дев'яте місце — робота з дронами.

Вибрані теми відповідають рівневі кваліфікації вчителів, але не вимогам війни. Марширувати можна гарно, як на параді, та цим війну не виграєш. На жаль, негативним результатом виступає відставання тактичної підготовки й стрільби, адже це основні чинники, що впливають на підготовку майбутнього захисника. Тактична медицина на третьому місці — теж не найкращий результат, вона повинна бути ледь не на першому місці, адже стане в пригоді навіть у цивільному житті. Цивільна безпека на другому місці — негативний показник, бо це не предмет для вивчення на «Захисті України» і до того ж має окрему дисципліну — основи безпеки життєдіяльності. Нині, ураховуючи високий показник замінувань території України [97], серед перших позицій має бути мінно-вибухова справа (рис. 3.8).

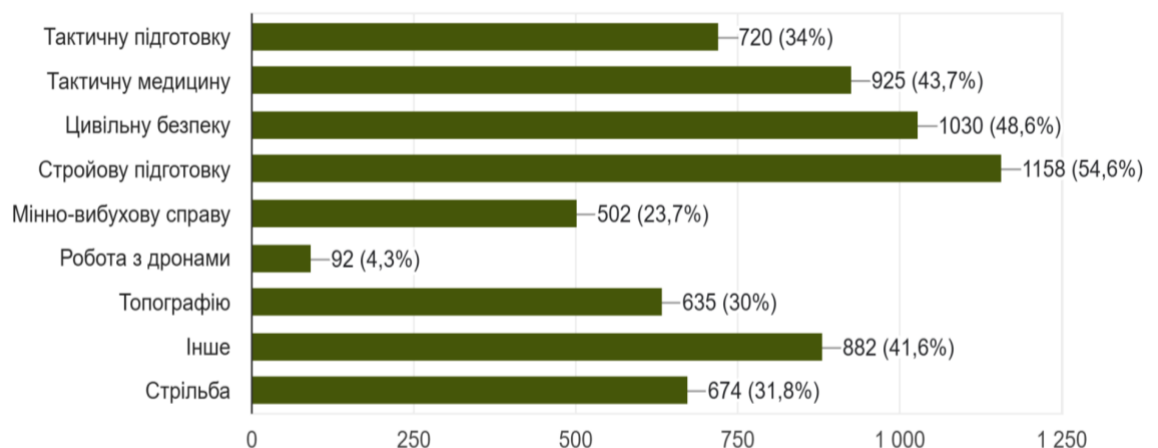
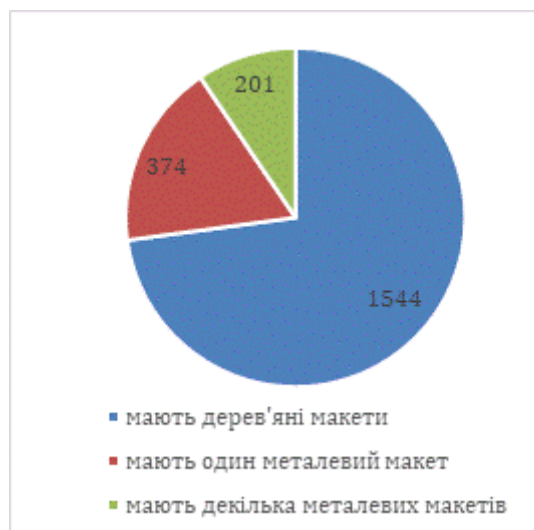


Рис. 3.8. Теми, які вчителі захисту України відпрацьовують з учнями на практиці

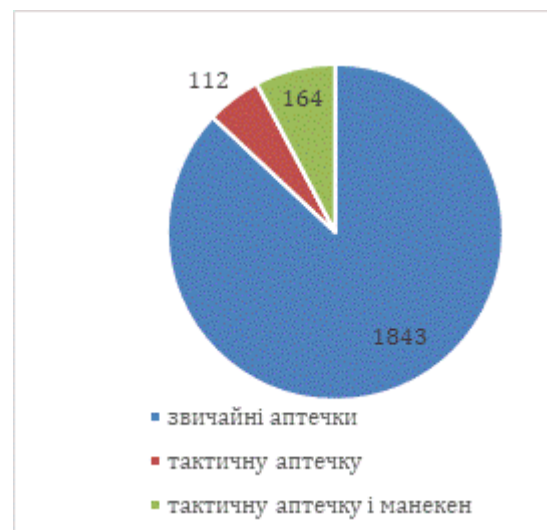
Позитивним показником виступає те, що тактична медицина входить хоча б до трьох найважливіших відповідей. Поліпшити треба і використання дронів на навчаннях. Тепер це вкрай важлива технологія, бо на фронті потребують кваліфікованих, підготовлених кадрів. Позитивним показником є локації, де таке навчання практикують.

Запитання «*Чи ви маєте макети автоматів?*». Відповіді одержано такі: 1544 (72,9 %) респонденти відповіли, що мають дерев'яні макети; 374 (17,6 %) респонденти мають один металевий макет; 201 (9,5 %) респондент має кілька металевих макетів (рис. 3.9).

Ці відповіді підтверджують реальні спостереження авторів. Адже в період після президентства В. Ющенка вороги держави розпочали процес роззброєння не лише України, а й державних шкіл: забирали і пневматичні гвинтівки, і макети автоматів. Тепер після повномасштабного вторгнення металеві макети вкрай важливі для навчання учнів, а в школах, за результатами опитування, їх лише понад 25 %. Додатково варто зазначити, що в регіонах, де розпочали реорганізовувати предмет «Захист України», такі макети з'являються [128]. Інші ж школи мусять задовольнятися дерев'яними макетами.



забезпеченість занять
макетами автоматів



забезпеченість занять
аптечками і манекенами

Рис. 3.9. Матеріальні засоби на уроках захисту України в школах

Запитання «*Чи маєте ви тактичні аптечки й манекени для надання медичної допомоги?*». Відповіді одержано такі: 1843 (87,0 %) респонденти відповіли, що мають звичайні аптечки; 112 (5,3 %) респондентів мають лише армійську аптечку; 164 (7,7 %) респонденти мають армійську аптечку й манекен (див. рис. 3.9).

Тут варто зазначити, що цей параметр дуже залежить від фінансового складника школи, регіону й інших чинників. Помітно, що наявність манекенів зростає, адже раніше багато шкіл взагалі не мали їх. Негативним моментом виступає домінантне використання цивільних аптечок, проте для захисту держави вони не будуть повноцінними. Зауважимо, що вміст звичайних аптечок, автомобільних чи на підприємствах, у навчальних закладах застарів [60]. В армійських аптечках використовують менш шкідливі препарати, ефективніші й різноманітніші засоби.

Запитання «*Чи організовуєте ви польові табори для учнів?*». Відповіді одержали такі: 41 (1,9 %) респондент відповів, що організовують табори кілька разів на рік, з них 10 учителів захисту України; 790 (37,3 %) респондентів організовують табори один раз на рік, з них 365 вчителів захисту України; 1288 (60,8 %) респондентів не організовують табори, з них 269 учителів захисту України (рис. 3.10).

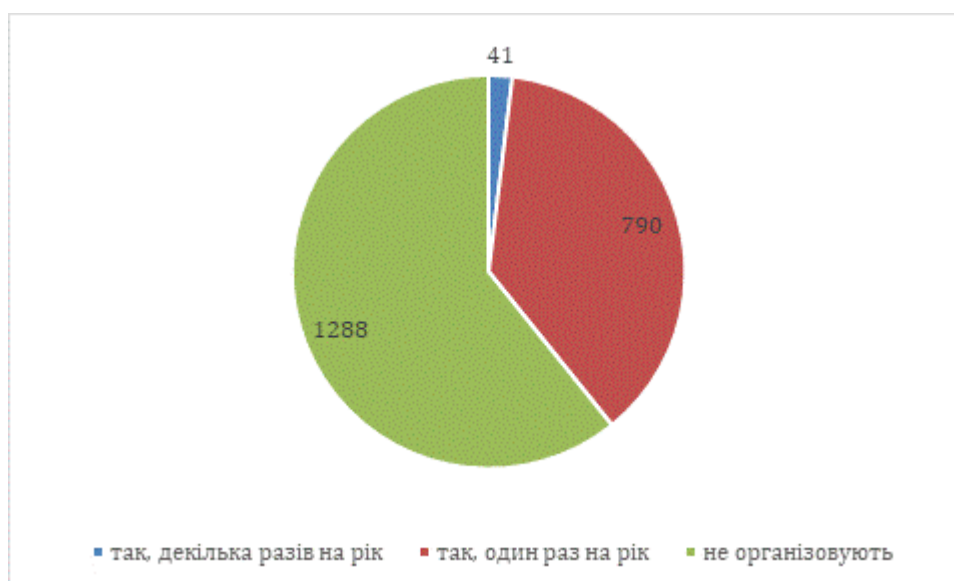


Рис. 3.10. Організація польових таборів для учнів

Під час оцінювання відповідей варто взяти до уваги відповіді, що зазначили вчителі, які працюють на посаді вчителя захисту України.

Позитивно те, що більшість із них організовує табори хоча б один раз на рік. Негативним показником виступає кількість вчителів, які зазначили, що не проводять такі табори. Це погано, оскільки завдяки таким позаурочним заходам діти можуть засвоїти набагато більше корисної інформації. А проведення таких навчань поза класом, на свіжому повітрі лише загартують молодь до природних умов. Прикро, що лише 10 з опитаних учителів проводять такі табори кілька разів на рік. Вони розуміють, що в час війни такі заходи вкрай важливі.

Запитання «*Ви проводите заняття за:*» стосується системи проведення уроку. Варіанти відповідей і кількість голосів такі: 1098 (52,0 %) респондентів відповіли «своєю програмою»; 995 (48,0 %) респондентів вибрали «програмою «Захист України» (рис. 3.11).



Рис. 3.11. Програми, за якими вчителі проводять уроки із захисту України

Тут варто відзначити момент, коли вчителі переходять зі шкільної програми «Захист України» на власні напрацювання. У цьому разі йдеться про два варіанти можливих змін: 1) учителі змінюють шкільну програму

відповідно до потреб, які виникають тут і зараз, наприклад використання дронів, нових алгоритмів тактичної медицини тощо; 2) учителі, які не бажають додавати чогось нового, знають те, чого їх навчили в Радянській армії, і переважно працюють над стройовою підготовкою або просто проводять заняття для галочки, не даючи учням жодних знань і вмінь.

Результати порівняння респондентів відповідно до вибраних відповідей. Група, що проводить заняття за шкільною програмою: 152 особи служили в ЗСУ, 594 — не проходили служби, 249 — служили в Радянській армії, 57 — мають бойовий досвід, середній вік групи — 46 років; 45 осіб служило в ЗСУ, 959 — не проходили служби, 94 — служили в Радянській армії, 20 — мають бойовий досвід, середній вік групи — 42 роки. Отже, група, яка проводить заняття за шкільною програмою, на чотири роки старша, має більше осіб із військовою службою та втричі більшим бойовим досвідом за групу вчителів, які навчають за своєю системою. І хоч на запитання про актуальність програми відповіді були більш неохвальні, проте більшість респондентів із військовою службою та бойовим досвідом усе ж її дотримується.

3.4. Патріотичне виховання школярів у закладах загальної середньої освіти

Запитання *«На вашу думку, чи важлива історія українського війська для патріотичного виховання молоді?»*. Відповіді представлено так (рис. 3.12): 1966 (93,5 %) респондентів відповіли «так»; 16 (0,8 %) респондентів вибрали «ні»; 121 (5,8 %) респондент — «важко відповісти».

За підсумками відповіді на це питання виявлено позитивну картину світогляду респондентів. Адже під час повномасштабної війни з Росією історія українських військових формувань украй важлива. Бувають випадки, що молодь знає лише поверхово про збройні сили нашої держави від 1991 року, про козаків і про князівську дружину періоду Русі. І в цьому разі молоддю дуже легко маніпулювати, адже чіткої, логічної картини формування українського війська вона не має. Відповідно, і відчуття давності та традиції

українського війська їм просто не відоме, а це сильно впливає на мотивацію української молоді ставати на захист держави й наслідувати захисників української соборності минулого. Щодо відповідей «ні» можна припустити, що це статистична похибка, адже відповідей менше ніж один відсоток.

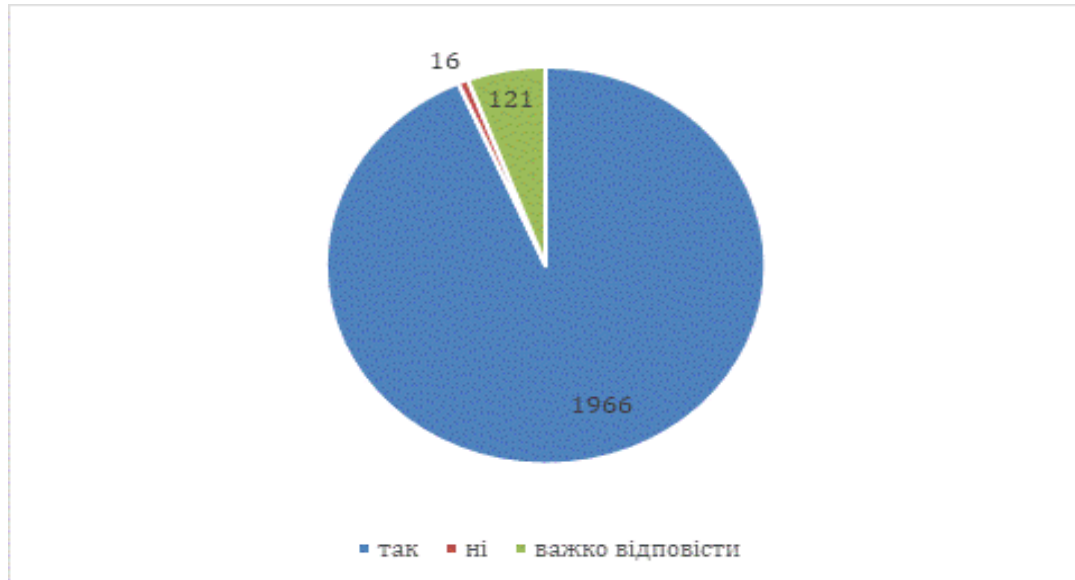


Рис. 3.12. Важливість історії українського війська для патріотичного виховання молоді

Запитання *«На вашу думку, чи важливо приділяти час на вивчення історії військової справи в Україні і на яких заняттях?»*. Відповіді одержано такі: 1151 (54,3 %) респондент відповів «так, на уроці захисту України»; 757 (35,7 %) респондентів — «так, на уроці історії»; 183 (8,6 %) респондентів вибрали «так, на виховних годинах, урочистих подіях»; 28 (1,3 %) респондентів відповіли «ні» (рис. 3.13).

Із відповідей видно, що більшість учителів погоджується зі сталою версією про вивчення історії військової справи в Україні на профільному предметі. Третина пов'язує це з вивченням історії України, що є логічним поєднанням. Невелика частина респондентів проголосувала за викладання такої інформації на урочистих заходах. Утім, цей підхід не зможе повністю забезпечити учням розуміння теми. Таку інформацію варто розповідати

розлого, з деталями й поясненнями. Зовсім малий відсоток учителів висловився негативно про приділення часу цій темі. Тож це можна розцінювати як статистичну помилку, адже вивчати історію українського війська вкрай потрібно.



Рис. 3.13. Відповіді на запитання «Чи важливо приділяти час на вивчення історії військової справи в Україні і на яких заняттях?»

Запитання «На вашу думку, чи важливо учням знати про історію українського війська (Київська Русь, Гетьманщина, УНР, УПА)?» було контрольне відповідно до згаданого вище. Відповіді одержано такі: 2104 (99,3 %) респонденти відповіли «так»; 15 (0,7 %) респондентів відповіли «ні». Відповідь «ні» зменшилася на 1 позицію, двічі відповів «ні» лише один респондент, інші змінили свою відповідь (рис. 3.14).

Наступні питання стосувалися різних систем військово-прикладної підготовки. Як було згадано, вибрали для оцінювання гру «Джура», стрілецький хортинг, БАрС, а також військово-історичну реконструкцію. Тобто ті системи, що поєднують засоби військового вишколу учнів старших класів.

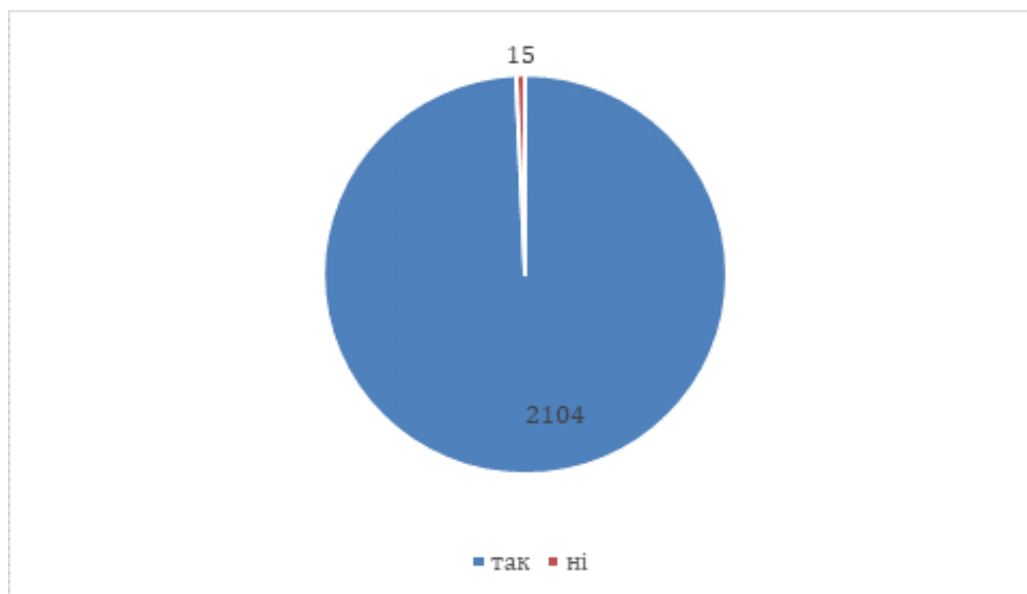


Рис. 3.14. Важливість знань учнів про історію українського війська (Київська Русь, Гетьманщина, УНР, УПА)

Отже, на запитання «*Чи знаєте ви про систему військового вишколу гри «Джура»?*» відповіді були такі: «так» — 1405 (68,2 %) респондентів, «так, беремо участь» — 507 (24,6 %) респондентів, «ні» — 148 (7,2 %) осіб (рис. 3.15).



Рис. 3.15. Ознайомленість учителів із системою військового вишколу гри «Джура»

Гра «Джура» на теренах України доволі поширена й відома. Можна припустити, що учасники гри під час опитування відстоюватимуть правильність цієї системи підготовки, адже багато респондентів мають стосунок до організації гри «Сокіл» («Джура»).

Запитання *«На вашу думку, чи актуальна система гри “Джура” для підготовки молоді до можливої участі в сучасній війні?»*. Відповіді одержано такі: 1146 (55,6 %) респондентів відповіли «так»; 247 (12 %) респондентів — «ні»; 667 (32,4 %) респондентів вибрали «важко відповісти» (рис. 3.16).

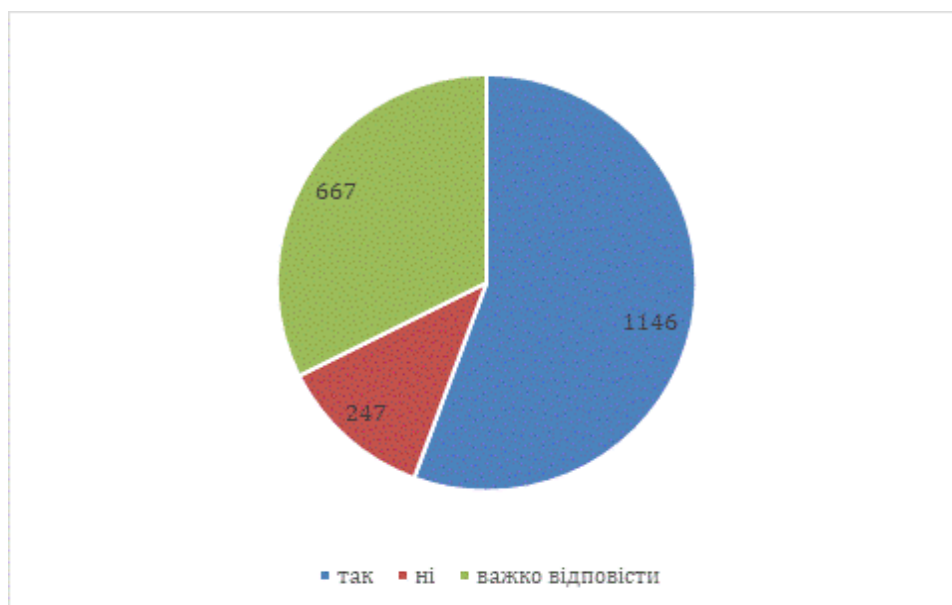


Рис. 3.16. Актуальність системи гри «Джура» для підготовки молоді до можливої участі в сучасній війні

У висновку можна сказати, що, відповідно до попереднього запитання, учителі, які не знали про згадану систему вишколу, імовірно, у цьому запитанні вибрали відповідь «важко відповісти», оскільки на програмі не розуміються. Натомість, як порівняти з 1405 і 507 респондентами, які відповіли «так» і «так, беремо участь» у попередньому запитанні, у цьому поставили «так» лише 1146 осіб, що означає, що лише половина учасників впевнена в цій системі. Інші респонденти відповідали, що система неактуальна або що важко відповісти.

Запитання *«Чи знаєте ви про систему хортингу?»*. Відповіді вчителів поділилися майже навпіл: 1046 респондентів (50,8 %) відповіли, що знають, а 1015 (49,2 %) — що не знають.

Наступне запитання *«Якби ви мали змогу, чи використовували б хортинг на заняттях фізичної культури у школі?»*. Очікувано, що вчителі, які не знали про хортинг, відповідали «важко відповісти». Відповіді були такі: 499 (24,2 %) респондентів відповіли «так»; 308 (14,9 %) — «ні»; 1255 (60,9 %) — «важко відповісти» (рис. 3.17).

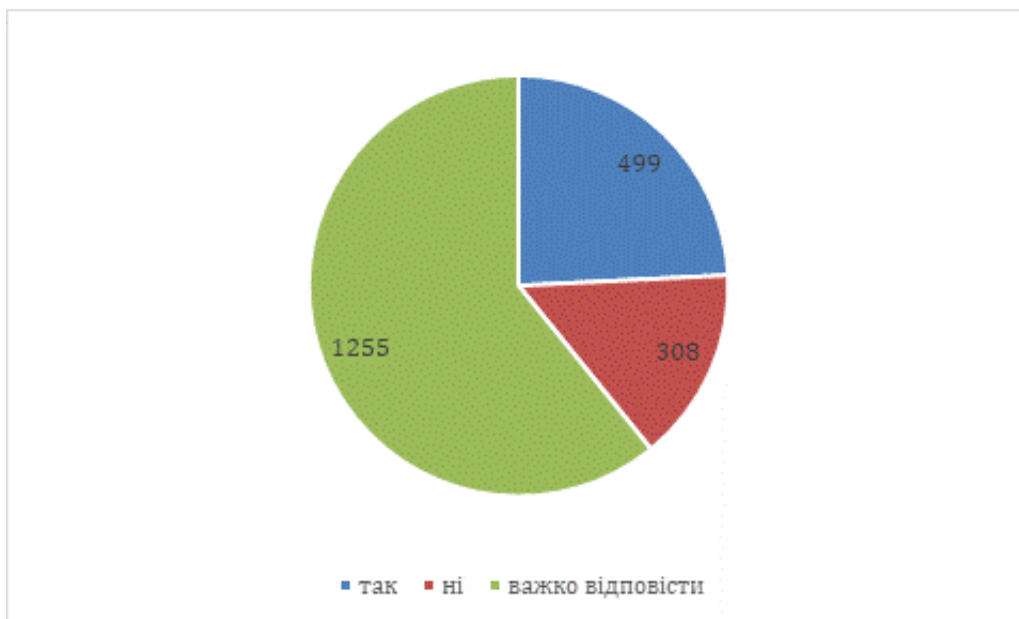


Рис. 3.17. Бажання вчителів використовувати хортинг на заняттях фізичної культури у школі

Тож із 1046 (50,8 %) респондентів, які попередньо відповіли, що знають про хортинг як систему військового вишколу, лише 499 (24,2 %) вказали, що використовували б його на заняттях. Варто додати, що хортинг доволі результативний для стрілецької підготовки молоді. Небажання використовувати його на заняттях, можливо, пов'язане з високим ризиком життя для дітей і потребою придбання нового майна та облаштування приміщень.

Запитання *«На вашу думку, чи актуальна система Хортингу для підготовки молоді до можливої участі в сучасній війні?»*. Відповіді

розподілено так: 573 (27,8 %) респонденти відповіли «так»; 1308 (63,4 %) респондентів вибрали «ні»; 181 (8,8 %) респондентів було «важко відповісти» (рис. 3.18).

Отож, як бачимо, кількість респондентів, які схвалюють хортинг, як порівняти з відповідями на попереднє запитання, збільшилася. Тобто 3,6 % респондентів не мають бажання або можливості реалізувати цю систему, але схвалюють її. Респонденти, які відповіли «ні» на попереднє запитання, перейшли до категорії «важко відповісти», тобто динаміка все ж лишилася позитивною.

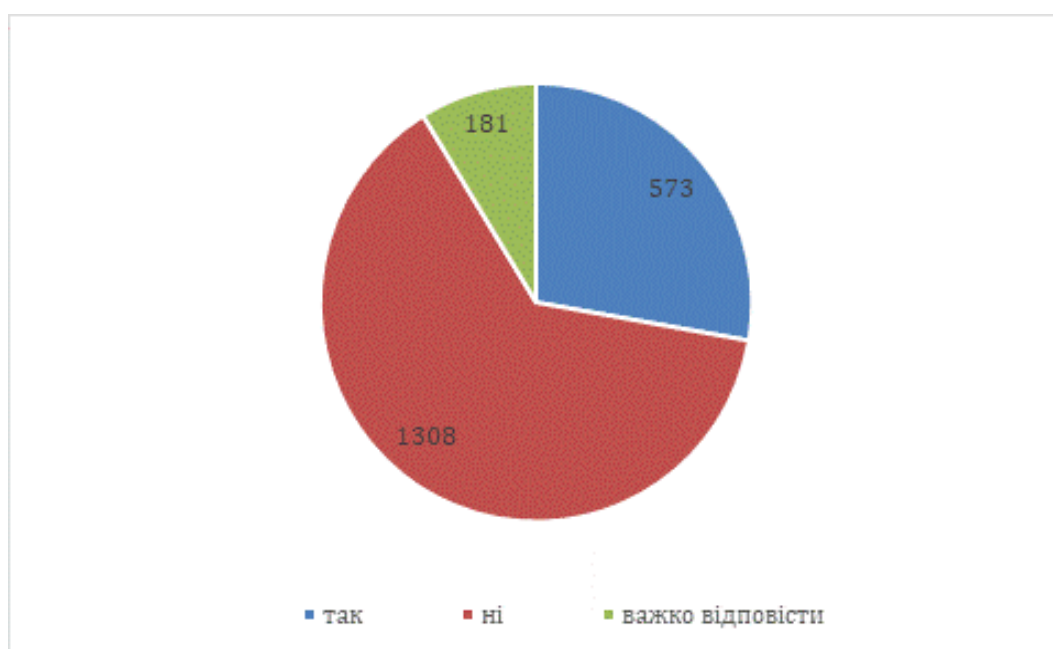


Рис. 3.18. Бажання вчителів реалізувати під час уроків фізичної культури хортинг

Запитання «Чи знаєте ви про БАрС?». Бойову армійську систему створено для підготовки військовослужбовців, її можна застосовувати в школах. Було цікаво дізнатися, чи чули про неї вчителі. Отже, 654 (31,7 %) респонденти відповіли, що знають про цю систему, а 1409 (68,3 %) респондентів не знають про неї. Запитання про використання чи актуальність не ставили, оскільки очікували низький показник обізнаності.

3.5. Порівняння систем військового вишколу

Запитання *«Чи військово-прикладні вправи допоможуть підвищити рівень фізичної підготовки школярів?»*. Відповіді респондентів такі: 1741 (82,3 %) респондент відповів «так»; 53 (2,5 %) респонденти вибрали «ні»; 322 (15,2 %) респондентам було «важко відповісти» (рис. 3.19).

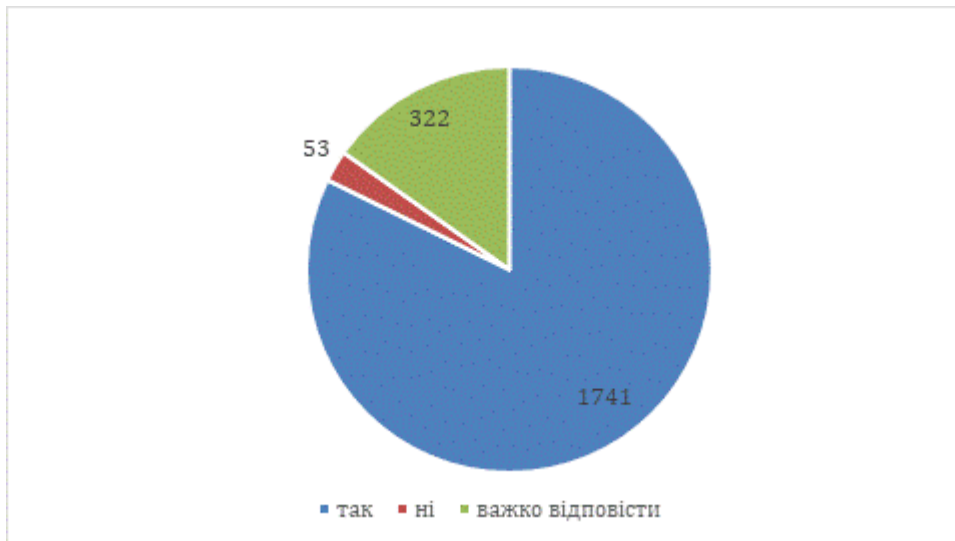


Рис. 3.19. Чи військово-прикладні вправи допоможуть підвищити рівень фізичної підготовки школярів?

За відповідями можна зробити висновок, що такі вправи не втратили своєї актуальності і на думку респондентів їх можна застосовувати для позитивного впливу на фізичний стан дітей.

Запитання *«Вкажіть, на вашу думку, у порядку спадання системи військового вишколу, які найкраще вплинуть на фізичний розвиток учнів»*. Результати одержано такі: найкраще вплине гра «Джура»; краще вплине хортинг; середньо вплине військово-історична реконструкція; мало ймовірно вплине БАрС; не вплине шкільна програма (рис. 3.20).

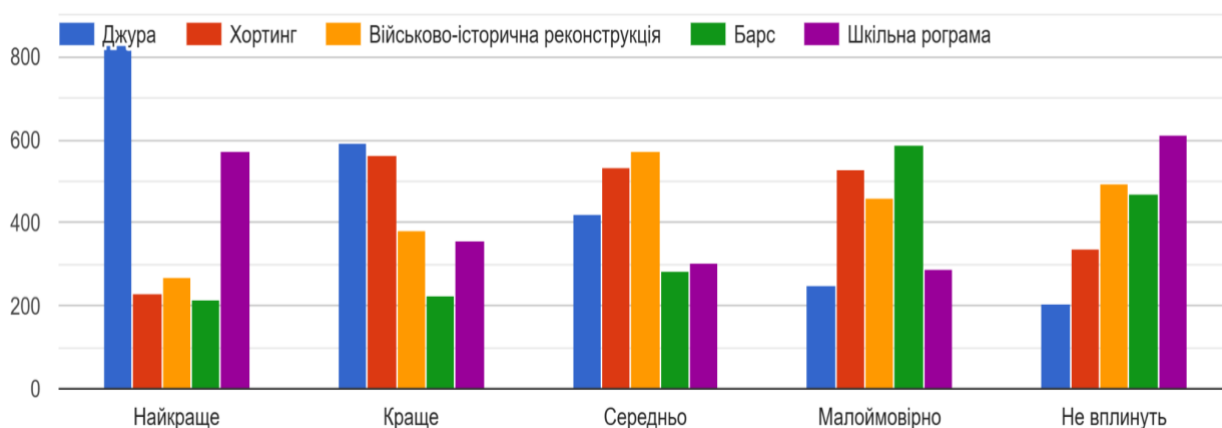


Рис. 3.20. Значення систем військового вишколу для фізичного розвитку учнів

Варто зазначити, що шкільна програма посіла і друге місце у виборі «найкраще». Відповіді різнопланові, на думку авторів, шкільна програма найкраще впливає на фізичний розвиток учнів, тому що гра «Джура» не може замінити все те, що враховано під час складання програми предмета «Фізичне виховання». Загалом, фізичний вплив у «Джурі» має не основний, а додатковий характер, тому вплив гри локальний.

Щодо хортингу, то поряд із нешкільними системами він посідає друге місце, рухливість на його заняттях пов'язує динамічні й статичні навантаження. Щодо військово-історичної реконструкції, то її вплив ще повністю не досліджено, тому опитані вчителі могли відповідати лише зі своїх здогадок. Бойова армійська система через непопулярність посіла четверте місце.

Наступне запитання *«На вашу думку, яка система надасть дітям більше практичних навичок у користуванні зброєю?»*. Одержано такі результати: 660 (31,1 %) респондентів вибрали «військово-історичну реконструкцію»; 599 (28,3 %) респондентів — «Джуру»; 479 (22,6 %) респондентів — «шкільну програму»; 211 (10 %) респондентів вибрали «свій варіант»; 170 (8 %) — «хортинг».

Позитивно, що вчителі погодилися з практичним використанням зброї у військово-історичній реконструкції. Адже серед запропонованих систем саме в ній використовують різну кількість озброєння, з яким виконують усі активності (рис. 3.21).

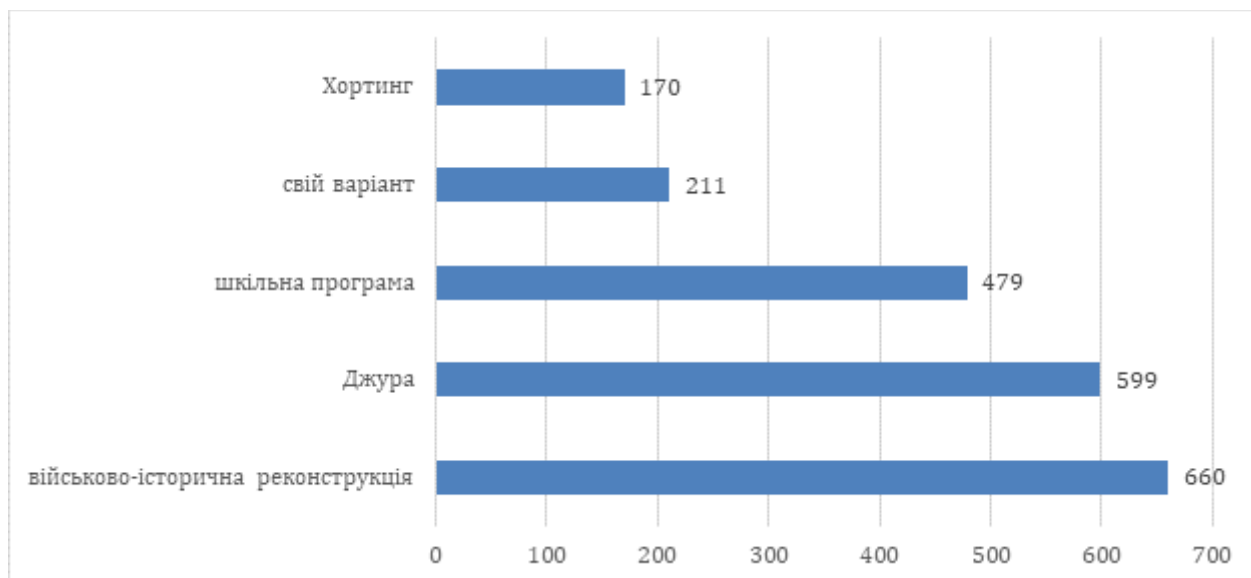


Рис. 3.21 Значення систем військового вишколу для формування практичних навичок у користуванні зброєю

Негативним результатом є те, що хортинг опинився на останньому місці. Це, імовірно, спричинено тим, що некоректно подано назву системи. Адже розрізняють хортинг як вид єдиноборств і як стрілецький вид спорту, у якому використовують пневматичну зброю для стрільби в статиці й динаміці. Тож учителі могли орієнтуватися на перший варіант. Варто зауважити, що за рівнем використання зброї стрілецький хортинг набагато випереджає «Джуру», не кажучи про шкільну програму. Усе завдяки тому, що учні застосовують аналоги сучасного озброєння, а не їх пневматичні відповідники. Перевага — стрільбу виконують із фізичним навантаженням, зі зміною положень тіла та по різних мішенях.

Натомість «Джура» має елементи вивчення матеріальної частини зброї та стрільби зі стабільних положень на чітко визначені дистанції з пневматичної чи бойової зброї у військових частинах. Проте ту кількість пострілів і дій не

можна порівняти з навичками, одержаними під час відпрацювання вправ стрілецького хортингу. Відповідно, шкільна програма навчання посідає своє місце після попередньо згаданих систем. У виборі «своїх варіантів» невідомо, що респонденти мали на увазі. Наприкінці опитування можна було дати розгорнуту відповідь, проте доповнень не зафіксовано.

Запитання *«На вашу думку, яка система військового вишколу завдяки своїм підходам зможе мати більший вплив на патріотичне виховання молоді?»*. Відповіді одержали такі: 906 (42,8 %) респондентів вибрали «Джуру»; 522 (24,6 %) — «військово-історичну реконструкцію»; 443 (20,9 %) — «шкільну програму»; 144 (6,8 %) — «свій варіант»; 104 (4,9 %) респонденти відповіли «хортинг» (рис. 3.22).



Рис. 3.22. Значення систем військового вишколу для патріотичного виховання молоді

За результатами аналізу відповідей видно, що система гри «Джура» стоїть на першому місці з невеликим відривом. Позитивним моментом є друге місце військово-історичної реконструкції, це означає, що вчителі правильно розтлумачили основне завдання цієї системи та погодилися з її впливом на молодь. Шкільна програма займає середнє, третє місце. У комплексі предметів з умотивованими вчителями вона також добре впливає на учнів. Майже 7 %

респондентів зазначили свої варіанти, деякі з них подали в розгорнутій відповіді останнього запитання опитування, тож їх аналіз буде пізніше. «Хортинг» посів останнє місце, адже в системі немає значного нахилу в бік патріотичного виховання чи історії.

Запитання *«Укажіть, на вашу думку, у порядку спадання системи військового вишколу, які найкраще підготують учнів до майбутнього захисту України»*. Результати подано на рис. 3.23.

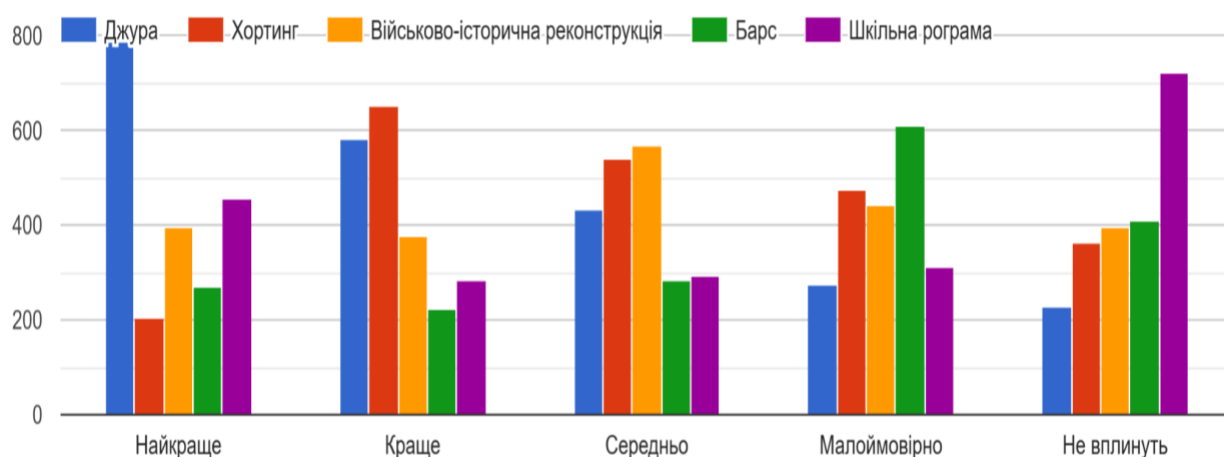


Рис. 3.23. Вплив систем військового вишколу на підготовку до захисту України

З великим відривом лідирує «Джура», що можна пояснити великою кількістю учасників цієї гри серед респондентів. Аналізуючи змагання, які відбуваються під час «Джури», не побачили настільки суттєвої переваги, навіть як порівняти зі шкільною програмою «Захист України». Якщо детально, то програма гри «Джура» — це те, що має відбуватися насправді під час навчального процесу в школах. Недоліком «Джури» виступає великий акцент на стройовій підготовці, представленні команд і різних вистав, які на полі бою не потрібні взагалі.

У системі хортингу передбачено постійне використання зброї та фізичні навантаження, що дає змогу навчитися ліпше стріляти й справлятися з навантаженням. Військово-історична реконструкція полягає у відтворенні

бойових дій у природних умовах, на місцях битв минулого. Під час таких заходів використовують військову форму, озброєння, техніку й побут. Окрім того, учасникові треба доглядати за зброєю, яку він застосовує.

І насамкінець це шкільна програма, яка знову ж таки посіла друге місце після «Джури» в боротьбі за перше місце. Вона має право на життя, працювала раніше. Проте через державну політику часів Януковича й теперішні негативні чинники в системі освіти, програма відстає.

Запитання *«На вашу думку, яка система військового вишколу надасть дітям більше практичних навичок у побуті та облаштуванні в бойових умовах?»*. Учителі мали вибрати один варіант серед запропонованих. Результати одержали такі: 905 (42,7 %) респондентів вибрали «Джуру»; 538 (25,4 %) — «військово-історичну реконструкцію»; 332 (15,7 %) — «шкільну програму»; 183 (8,6 %) респонденти відповіли «хортинг»; 161 (7,6 %) респондент — «свій варіант» (рис. 3.24).

На думку авторів, саме військово-історична реконструкція найкраще підготує учнів до побуту під час бойових дій. Вона найбільш наближена до бойових умов. По-перше, як порівняти з іншими системами, діти ночують у наметах із макетами зброї, чистять її, доглядають. По-друге, чергування в таборі, зокрема на стійках уночі, — це і зустрічі з супротивником, і тривоги. По-третє, під час військово-історичних відтворень формують оборонні рубежі: окопи, бліндажі, блокпости. По-четверте, під час таких заходів використовують лише військові предмети попередніх років, а не сучасні, часто цивільні, аналоги.

Військово-історична реконструкція дає змогу обходитися без сучасних засобів і розвиває кмітливість, винахідливість, а обізнаність учнів із предметами військового призначення стане їм у пригоді, якщо доведеться обороняти Україну. Це лише деякі із зазначених компонентів, яких немає в жодній іншій системі, навіть у тих, що мають найбільше голосів.

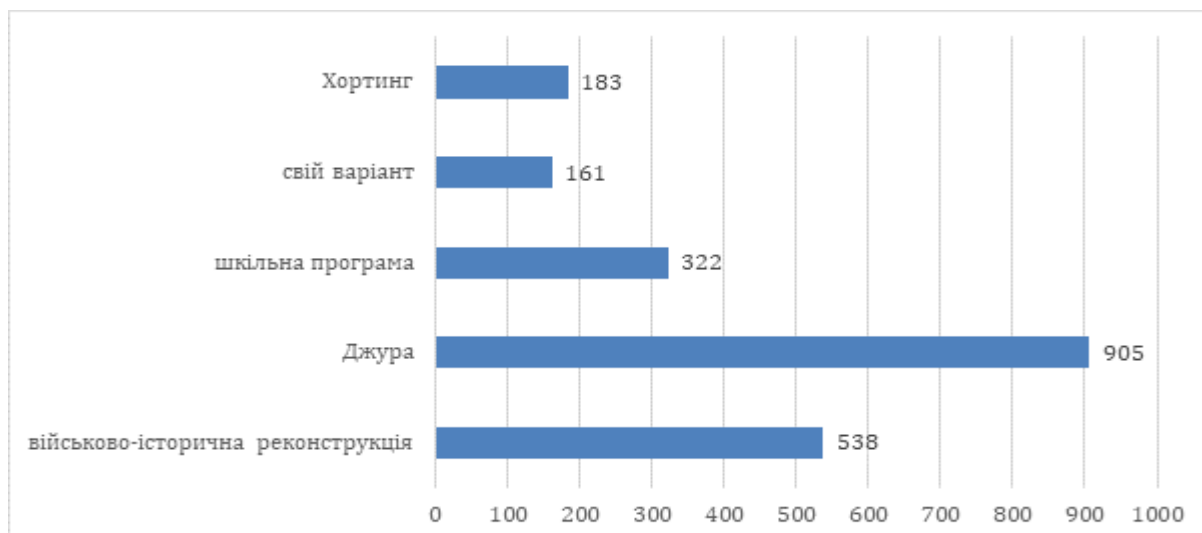


Рис. 3.24. Значення систем військового вишколу для формування практичних навичок у побуті та облаштуванні в бойових умовах

Шкільна програма на третій позиції підтверджує реалії сучасного стану дисципліни, адже лише за сприяння держави, її фінансування, матеріального забезпечення та організації дисципліна зможе запропонувати найкращу підготовку для молоді.

Щодо хортингу, то варто наголосити, що його програма орієнтована на задіявання стрільби й таборування не передбачає.

Запитання *«Укажіть, на вашу думку, у порядку спадання системи військового вишколу, які найкраще вплинуть на розвиток патріотизму учнів»*. Результати представлено так (рис. 3.25): найкраще вплине «Джура»; краще вплине «хортинг»; середньо вплине «військово-історична реконструкція»; малоймовірно вплине «БарС»; не вплине «шкільна програма».

Відповіді вчителів залишаються незмінними на запитання цього типу вже утретє поспіль. Проте у цьому разі вперше другим кандидатом за найкращий вплив учителі вибрали «військово-історичну реконструкцію». За другу позицію з майже рівними голосами розташувалися «Джура», «хортинг» та «військово-історична реконструкція», що лише підтверджує боротьбу цих трьох систем за перші місця. «БарС» та «шкільна програма» залишилися

останніми. Дивно, що вчителі не вбачають у шкільній програмі компонентів, які б могли, як порівняти з іншими системами, переважати.

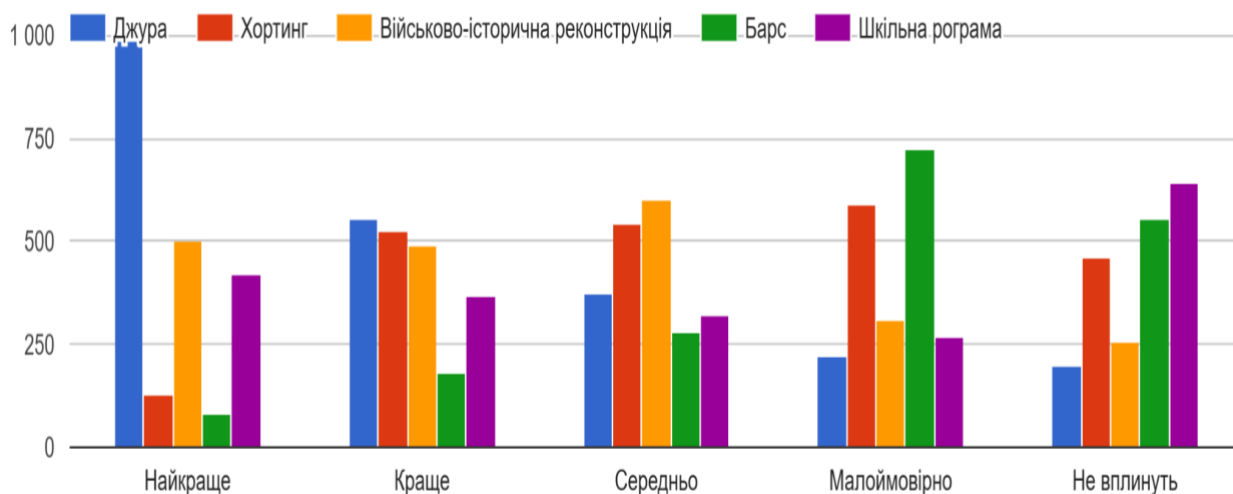


Рис. 3.25. Значення систем військового вишколу для розвитку патріотизму учнів

Запитання «На вашу думку, яка система військового вишколу найкраще підійде для поліпшення фізичного стану школярів?». Відповіді представлено так: 689 (32,5 %) респондентів вибрали «шкільну програму»; 663 (31,3 %) респонденти — «Джуру»; 445 (21 %) — «Хортинг»; 183 (8,6 %) респонденти відповіли «військово-історична реконструкція»; 139 (6,6 %) — «свій варіант» (рис. 3.26).

Підсумовуючи відповіді на це запитання, спостерегли, що третина опитаних вчителів вважає шкільну програму найкращою щодо фізичного впливу на дітей. Це логічно, оскільки її створювали, урахувуючи критерій фізичного розвитку учнів. У цьому запитанні гра «Джура» посіла друге місце, набравши майже однакову кількість голосів, як і шкільна програма. Вочевидь, опитані вчителі вбачають у цій системі вплив на фізичну підготовку дітей.



Рис. 3.26. Значення систем військового вишколу для фізичного виховання учнів

Третє місце одержав хортинг, а четверте — військово-історична реконструкція. Варто додати, що вона формується на засадах поєднання з уроком фізичної культури. Загалом, військово-історична реконструкція відтворює бойові дії минулого і, відповідно, пов'язане з ними фізичне навантаження. Залежно від заходу, воно може бути або помірне, або велике. Найбільше реконструкція вплинула на поліпшення витривалості учасників, оскільки часто активність на таких заходах відбувається на природі на ділянках зі складним рельєфом з перенесенням ваги.

3.6. Застосування засобів військово-історичної реконструкції для фізичного й патріотичного виховання старшокласників

Запитання *«Чи знаєте ви про військово-історичну реконструкцію, зокрема про використання різноманітного озброєння, бронетехніки, розгортання укріплених позицій?»*. Запитання спеціально конкретизовано, оскільки не всі вчителі мали час чи бажання ознайомлюватися з поясненням про реконструкцію, описаним на початку опитування. Відповіді були такими:

998 (47,2 %) респондентів відповіли «так»; 572 (27,1 %) респонденти вибрали «ні»; 544 (25,7 %) респондентам було «важко відповісти» (рис. 3.27)

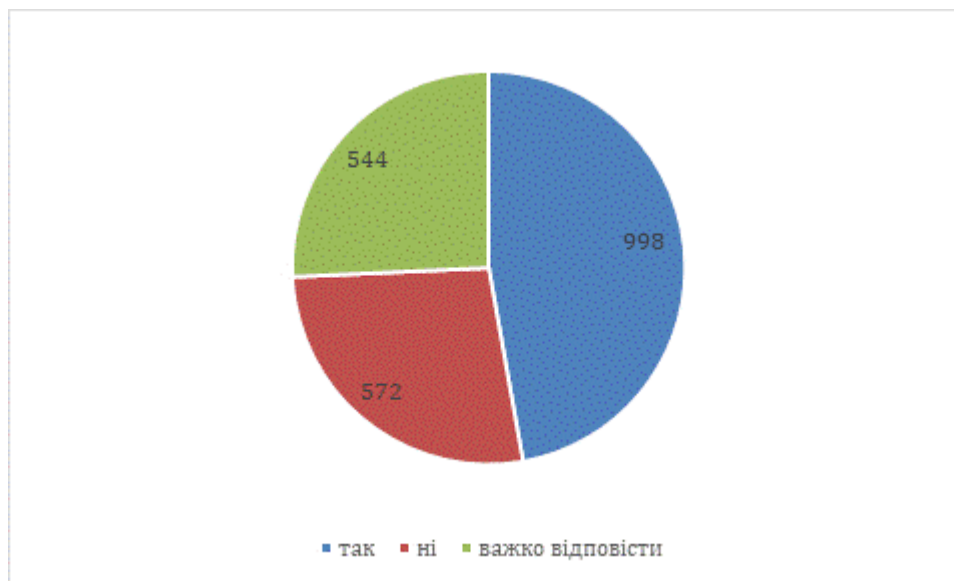


Рис. 3.27. Кількість учителів, які знають про військово-історичну реконструкцію

За даними відповідей зрозуміло, що військово-історична реконструкція недостатньо поширена в Україні й представлена окремими осередками здебільшого у великих містах. Лише половина респондентів розуміла в наступних запитаннях про що мова, тому під час аналізу враховували відповіді.

Запитання *«На вашу думку, чи актуальна військово-історична реконструкція, особливо відтворення подій Першої та Другої світових війн, для підготовки молоді до можливої участі у війні?»*. Відповіді одержали такі: 684 (32,3 %) респонденти відповіли «так»; 372 (17,6 %) респонденти вибрали «ні»; 1063 (50,2 %) респондентам було «важко відповісти» (рис. 3.28).

З отриманих даних видно, що половина респондентів не визначилася з відповіддю. Інша половина розділила відповіді на «так» і «ні». Відповідей «так» на 54 % більше ніж «ні», тобто більшість підтримала авторське твердження. Коментар щодо питань окопної війни та використання озброєнь Першої та Другої світових війн уже подано вище.

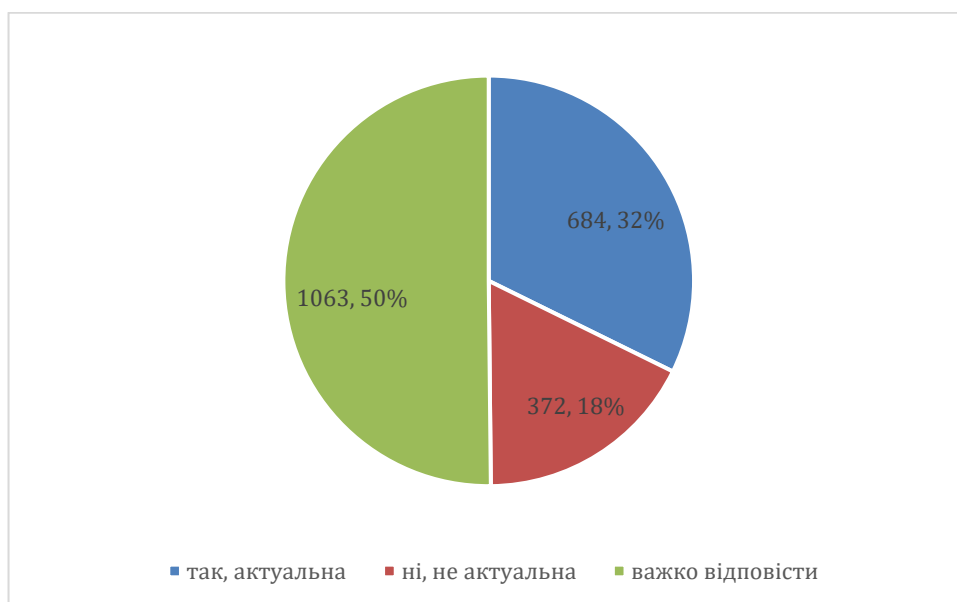


Рис. 3.28. Актуальність військово-історичної реконструкції, особливо відтворення подій Першої та Другої світових війн, для підготовки молоді до можливої участі у війні

Запитання «Скажіть, чи використання елементів військово-історичної реконструкції на уроках фізичної культури змотивує учнів брати активну участь у занятті?». Відповіді одержано такі: 1163 (55,0 %) респонденти відповіли «так»; 199 (9,4 %) респондентів вибрали «ні»; 754 (35,6 %) респондентам було «важко відповісти» (рис. 3.29).

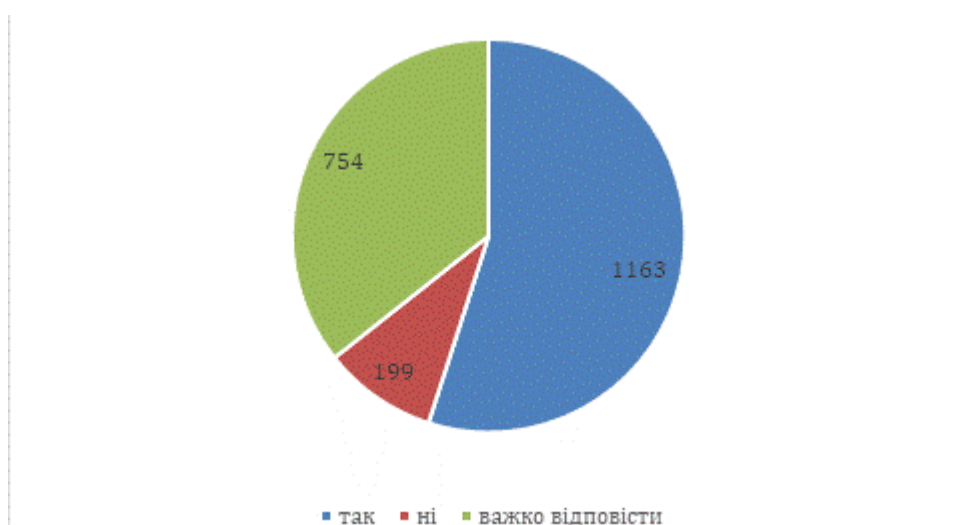


Рис. 3.29. Вплив елементів військово-історичної реконструкції на мотивацію учнів до участі в уроках фізичної культури

Цього разу можна відзначити, що лише половина вчителів згідна з тим, що запропонована програма більше зацікавить дітей. Проте велика частина вчителів вказала, що не впевнена, чи це спрацює. Можна припустити, що вчителям важко зрозуміти механізм методики військово-історичної реконструкції, те, який би це мало мати вигляд і як би мало реалізовуватися. Звісно, процес складний, потребує співпраці та подекуди залучення додаткових людей, тому і виникають сумніви.

На думку авторів, програма військово-історичної реконструкції має активізувати дітей, зробити заняття цікавішими завдяки неординарності, поєднанню кількох навчальних дисциплін. Це певною мірою жива історія, у якій діти матимуть змогу стати якоюсь історичною постаттю чи загалом воїнами минулого, славетними захисниками України. Також ця діяльність як окремий модуль дасть змогу змінити рухову активність і запропонувати новий погляд на фізичну культуру.

Запитання *«Чи військово-історична реконструкція завдяки живій історії та реальному пережиттю подій минулого України зможе підвищити рівень патріотизму в школярів?»*. Відповіді одержано такі: 1657 (78,2 %) респондентів відповіли «так»; 62 (2,9 %) респонденти вибрали «ні»; 400 (18,9 %) респондентам було «важко відповісти» (рис. 3.30).

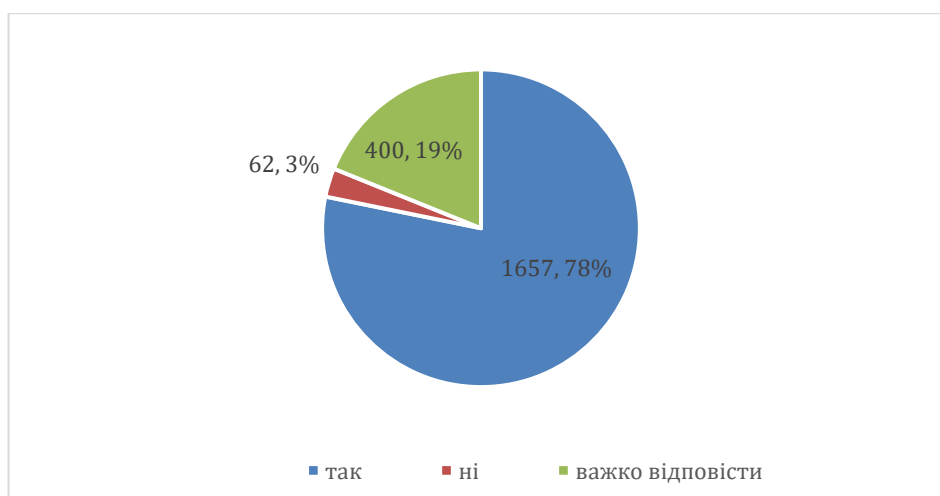


Рис. 3.30. Значення військово-історичної реконструкції завдяки живій історії та реальному пережиттю подій минулого України для підвищення рівня патріотизму школярів

Понад третина респондентів відповіла «так», погодилася з твердженням, що, наслідуючи історичних прототипів, проживаючи події минулого України, школярі на собі відчують, у яких умовах і якими засобами українці виборювали свою незалежність. Для учнів це чудова можливість поринути в минуле не через підручник, а безпосередньо через виконання завдань і створену атмосферу. Асоціюючи себе захисниками України минулого, учні відчують тяглість поколінь і споконвічну традицію українського війська.

Запитання *«На вашу думку, військово-історична реконструкція завдяки використанню різноманітних макетів зброї, бронетехніки, фортифікацій, тактичних дій дасть змогу молоді належно підготуватися до оборони країни?»*. Відповіді респондентів були такими: 1468 (69,3 %) респондентів відповіли «так»; 127 (6 %) респондентів відповіли «ні»; 524 (24,7 %) респондентам було «важко відповісти» (рис. 3.31).

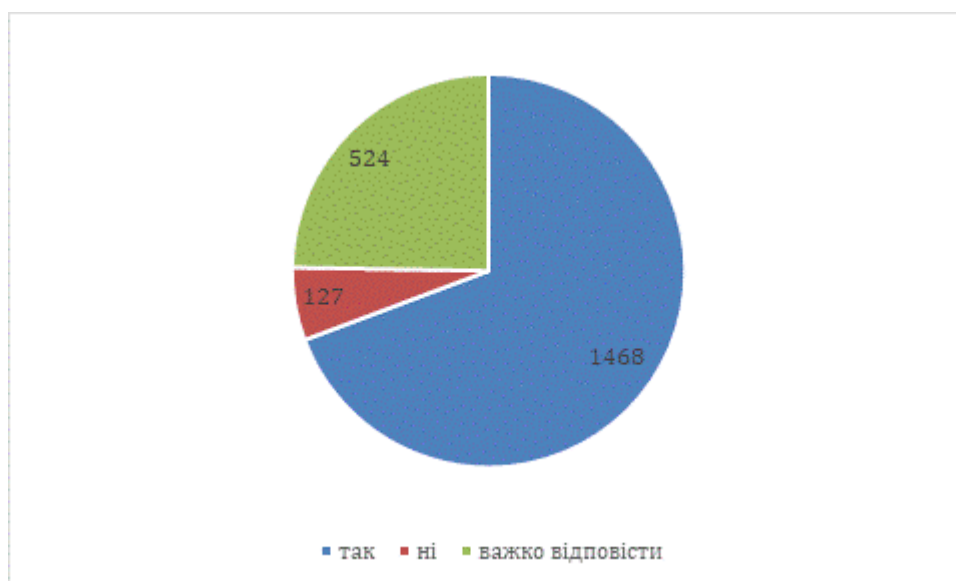


Рис. 3.31. Спроможність засобів військово-історичної реконструкції завдяки використанню зброї, бронетехніки, фортифікацій, тактичних дій підвищити підготовленість молоді до оборони країни

На думку авторів, відповіді дивні, бо під час проведення військово-історичних дійств її учасники використовують копії або оригінали холодної та вогнепальної зброї, спеціально переробленої для використання в таких

дійствах. За принципом роботи вона не відрізняється від аналогів, тому можна повністю навчитися нею володіти та найважливіше — доглядати за нею.

Використання бронетехніки також допомагає підготуватися до оборони держави. Дуже часто техніка є оригінальною, і тому правила перебування біля неї або на ній вчать важливих навичок, а уміння взаємодіяти з нею під час відтворень битв дає неоціненний досвід.

Спорудження й використання фортифікацій та укріплень — одне з найголовніших умінь у сучасній війні. Від періоду Першої світової війни змін у фортифікаціях майже не відбулося, тому знання, які учні здобудуть про неї завдяки військово-історичній реконструкції, — надзвичайно цінні. Тож, на наш погляд, треба обов'язково ввести відповідну тему й засоби фізичного виховання до програми.

Запитання *«Як ви думаєте, чи можна використовувати військово-прикладні вправи на уроці фізичної культури в школі?»*. Відповіді були такими: 1509 (72,3 %) респондентів відповіли «так»; 164 (7,8 %) респонденти вибрали «ні»; 443 (20,9 %) респондентам було «важко відповісти» (рис. 3.32).

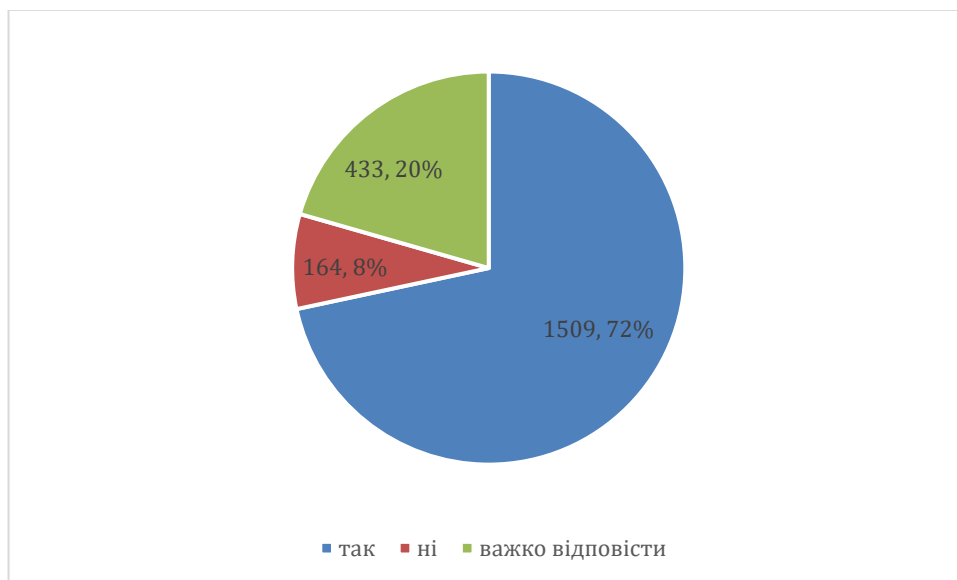


Рис. 3.32. Доцільність використання військово-прикладних вправ на уроці фізичної культури в школі

Понад 70 % позитивних відповідей свідчать про те, що попит на такі вправи в суспільстві великий, більша частина респондентів розуміє, що від рівня володіння навичками військово-прикладних вправ залежатиме і життя учнів загалом. На жаль, живемо в такий час, коли просто змушені готувати дітей до таких ситуацій. Натомість продемонстровано лише 8 % тих, хто проти таких вправ. Порівняно статистику відповідей і виявлено, що використання військово-прикладних вправ підтримують особи, у середньому на 6 років старші (середній вік 45 років, найчастіше віком мода (M_o) = 54, 52, 47, 37, 36 років) за тих, що відповідали «ні» (середній вік 39 років, найчастіше віком M_o = 44, 33, 30, 35, 36 років). Підтримку військово-прикладних вправ людей старшого віку можна пояснити їх вихованням у військовоорієнтованій радянській системі. Якщо аналізувати відповіді «ні» серед респондентів віком 30 років, то це можна пояснити їх юністю та зростанням у пострадянський період, під час якого панували мотиви роззброєння, умиротворення й відходу від радянської військової машини.

Що ж до молоді, то «так» відповіло 169 респондентів віком до 30 років, а «ні» вибрало 33 респонденти віком до 30 років. Тобто на зрізі цього запитання видно, що більшість молодих людей усе ж усвідомила важливість таких вправ під час повномасштабної війни. Це можна пояснити й тим, що люди цього віку пережили і період війни 2014 року, і повномасштабне вторгнення, тому бачили тенденції розвитку цих подій.

Запитання *«Скажіть, з якого класу ви б рекомендували використовувати військово-прикладні вправи на уроці фізичної культури?»*. Відповіді були такими: 1170 (55,3 %) респондентів відповіли «10–11»; 793 (37,5 %) респонденти вибрали «7–9»; 153 (7,2 %) респонденти відповіли «5–6».

Отже, половина респондентів підтримала звичну практику починати використовувати такі вправи з 10 класу. Цікавими виявилися такі дані — за початок використання таких вправ у 7–9 класі проголосувало 37,5 % респондентів. Тобто частина вчителів готова впроваджувати такі вправи на 2–3 роки раніше, ніж звикли. Можливо, це пов'язано з тим, щоб діти набагато

швидше одержували навички та вміння, пов'язані з військово-прикладними вправами. На нашу думку, це один із наслідків війни в державі і реалії, з якими зіткнулося суспільство. Зовсім малий відсоток відповів, що використовували такі вправи для учнів 5–6 класів. Проте таку практику треба дослідити додатково, тож на цьому етапі дослідження варто орієнтуватися на старшокласників, тобто учнів 10–11 класів (рис. 3.33).

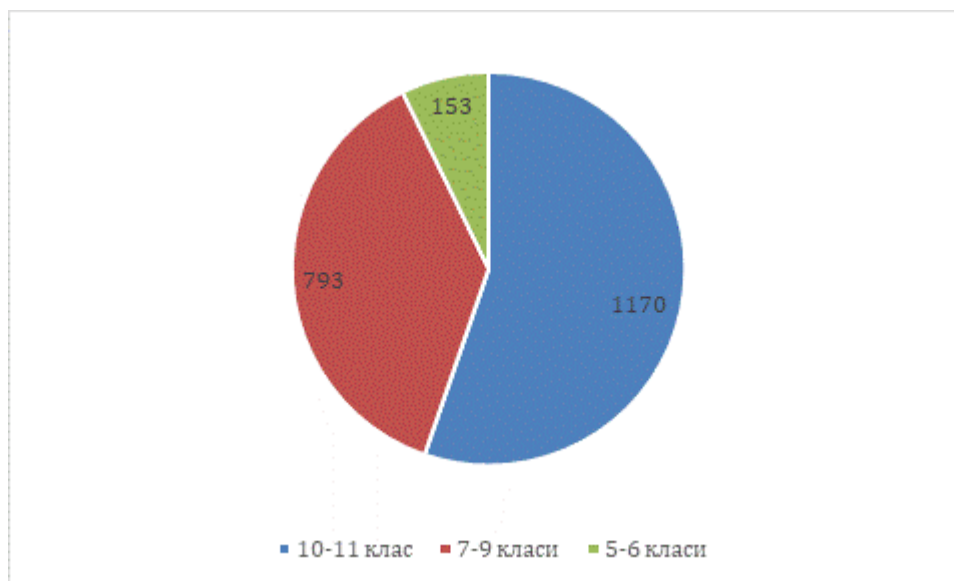


Рис. 3.33. Початок використання військово-прикладних вправ на уроках фізичної культури

Запитання *«На вашу думку, використання гвинтівок, кулеметів, техніки минулих війн, спорядження й уніформи допоможе учням бути готовими в майбутньому стати на захист України?»*. Відповіді представлено так: 1008 (47,7 %) респондентів відповіли «так»; 444 (21 %) респонденти вибрали «ні»; 663 (31,3 %) респондентам було «важко відповісти» (рис. 3.34).

У цих відповідях спостережено загальну позитивну зміну: стало більше відповідей «так», «важко відповісти» і зменшилася кількість відповідей «ні», як порівняти з відповідями на рис. 3.31. Відповіді, загалом, виявилися неочікуваними, оскільки російсько-українська війна власне і демонструє застосування тактики окопної війни Першої світової [18] та стрілецького озброєння періоду Другої світової війни [35].

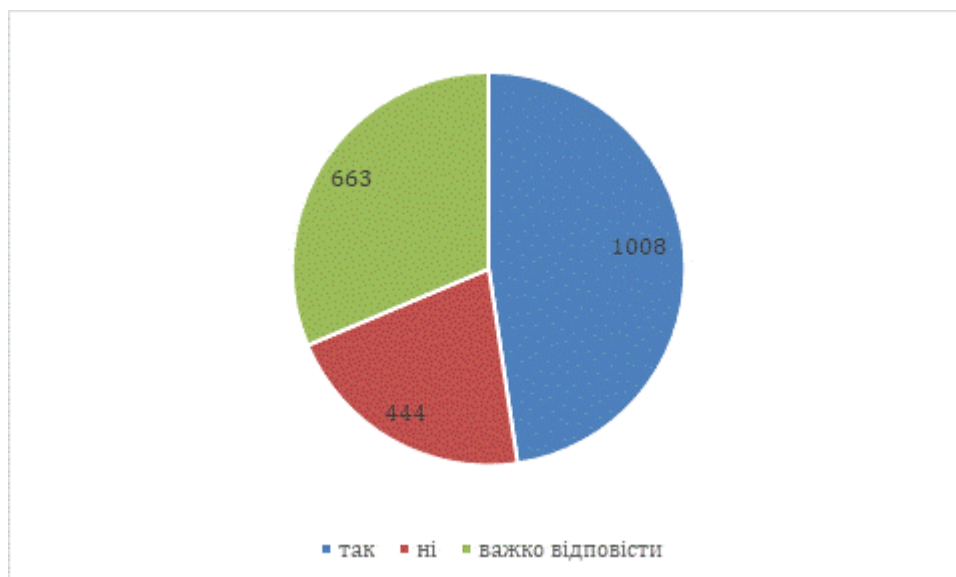


Рис. 3.34. Відповіді на запитання «Чи використання гвинтівок, кулеметів, техніки минулих війн, спорядження й уніформи допоможе учням бути готовими в майбутньому стати на захист України?»

Окремо варто додати, що під час підготовки бійців Збройних сил України також використовують методичні посібники німецької фортифікації Першої світової війни [1], тому актуальність таких знань, навпаки, зростає.

Наступні запитання були заключними, вони стосувалися загального ставлення вчителів до запропонованої системи та інших моментів. Запитання *«Чи зацікавила вас експериментальна програма із використанням засобів військово-історичної реконструкції на уроках фізичної культури?»*. Відповіді представлено так: 1231 (58,1 %) респондент відповів «так»; 888 (41,9 %) респондентів вибрали «ні» (рис. 3.35).

Отже, лише половина вчителів зацікавилася цією системою військового вишколу. Причинами таких відповідей, на нашу думку, можуть бути небажання вводити щось нове в процес навчання без фінансової мотивації; нестача уявлення про військово-історичну реконструкцію або про те, як її використати в школі, зокрема фінансово забезпечити.

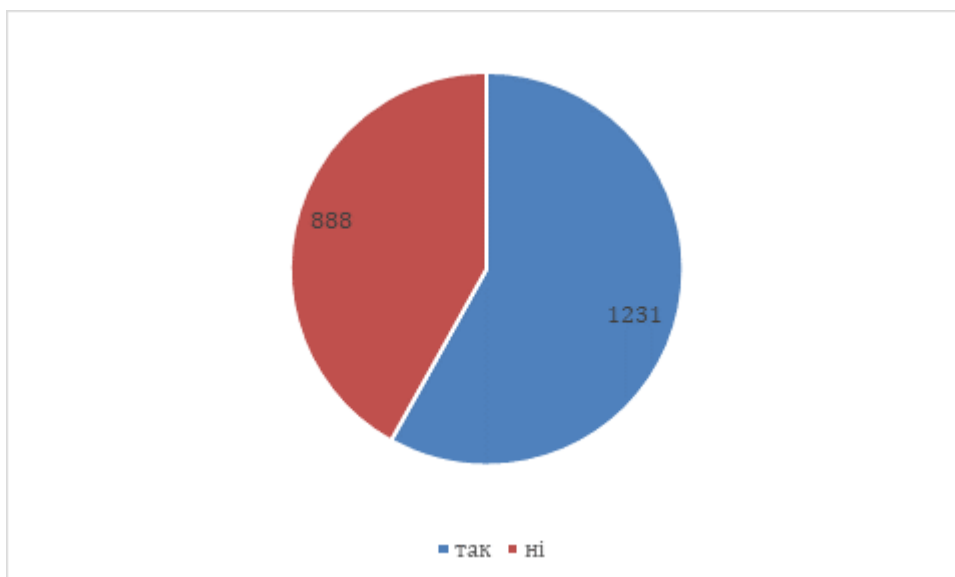


Рис. 3.35. Доцільність використання військово-історичної реконструкції на уроках фізичної культури

Наступне запитання *«Чи використали б ви військово-історичну реконструкцію на своїх заняттях фізичної культури?»*. У цьому запитанні не передбачено варіанта «важко відповісти», щоб визначити частку тих вчителів, які розмірковують і не визначилися з відповіддю. Відповіді одержано такі: 637 (30,1 %) респондентів відповіли «так»; 360 (17 %) респондентів відповіли «ні»; 1122 (52,9 %) респондентам було «важко відповісти» (рис. 3.36).

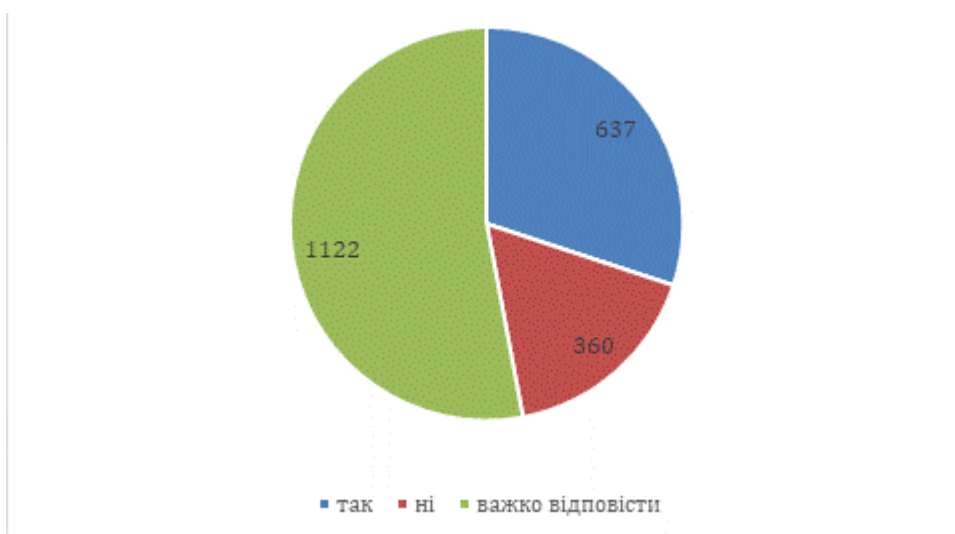


Рис. 3.36. Бажання вчителів використовували запропоновану систему військового вишколу на уроках фізичної культури

Цього разу половина респондентів точно не визначилася зі своєю відповіддю, можливо, це пов'язано знову ж таки з недостатньою інформацією про саму систему та належне фінансове чи матеріальне забезпечення таких занять. У відповідях на попередні запитання респонденти відзначали, що мало знають військово-історичну реконструкцію.

Запитання *«Чи ви б радили колегам з інших шкіл експериментальну програму із використанням засобів військово-історичної реконструкції на заняттях фізичної культури?»* поставлено, щоб визначити, чи сама ідея запропонованої системи цікава і які її шанси на популяризацію серед вчителів. Відповіді одержали такі: 713 (33,6 %) респонденти відповіли «так»; 248 (11,7 %) респондентів вибрали «ні»; 1158 (54,6 %) респондентам було «важко відповісти».

Як порівняти з відповідями на попереднє запитання, видно позитивні зміни в усіх варіантах. На 3,5 % збільшилася кількість вчителів, які порадять програму колегам. Також на 2,3 % збільшилася кількість вчителів, які думають над запропонованою дією, і, відповідно, зменшилася кількість відповідей «ні» на 5,3 %. На нашу думку, з розвитком ідеї та впровадженням системи використання методів військово-історичної реконструкції її поширення лише збільшуватиметься.

Запитання *«Яку тему військово-історичної реконструкції ви би обрали для своїх занять? (Ураховуючи інтереси дітей та актуальність теми сьогодні.)»*. Для вибору запропоновано чотири теми: «Русь (Київська Русь) — лицарі»; «Гетьманщина — козаки»; «УНР, ЗУНР — стрільці»; «УПА — повстанці». Вибрані теми треба було розмістити в порядку спадання, першу з яких вибрали насамперед, а останню, відповідно, в останню чергу. Тож одержано такі дані (рис. 3.37).

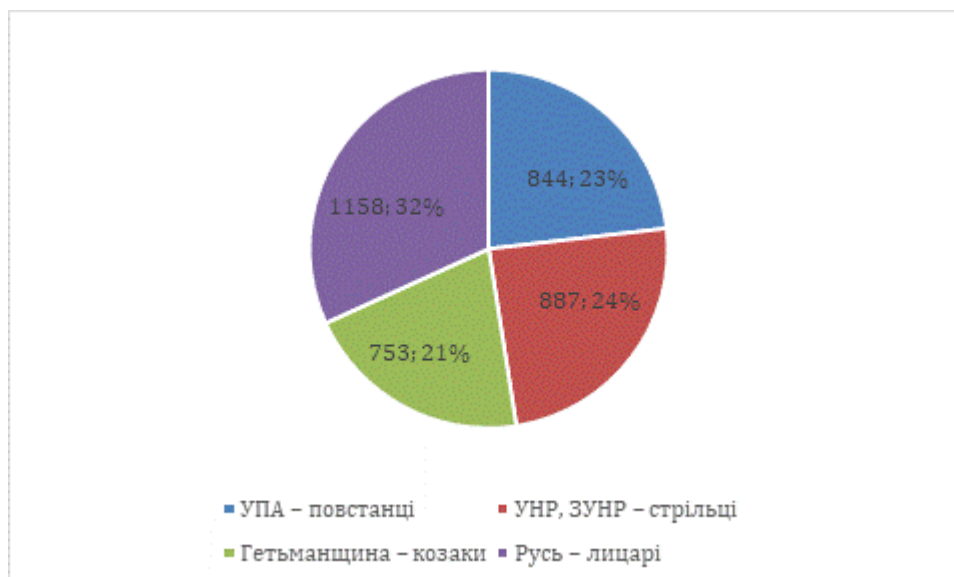


Рис. 3.37. Історичний період, який варто обрати для використання засобів військово-історичної реконструкції під час фізичного виховання

Насамперед учителі вибрали тему «УПА — повстанці», за цю тему віддало голоси 844 респонденти (23,0 %); за тему другої черги «УНР, ЗУНР — стрільці» віддали найбільшу кількість голосів — 887 (24,0 %); за тему третьої черги «Гетьманщина — козаки» віддали 753 голоси (21,0 %); за тему четвертої, останньої черги «Русь — лицарі» — 1158 голосів (32,0 %).

У висновку до цього питання можна зазначити, що відповіді респондентів цілком логічні й обґрунтовані. На період написання розділу — квітень 2024 року, питання національної свідомості було вкрай важливе. У світлі вивчення минулого й наближеності до сучасності найактуальнішою є тема УПА — боротьби повстанців проти Росії, яка вже понад 300 років намагається знищити український народ і зробити його культуру своєю. Тема ЗУНР, УНР також важлива, оскільки стосується періоду Перших визвольних змагань. Окрім того, дві попередні теми найактуальніші щодо військової підготовки молоді. Як порівняти з Гетьманщиною та Руссю, останні не мали такого використання стрілецької зброї та сучасної тактики на полі бою. Варто повторити, що тепер бойові дії на сході України мають характер позиційної

війни, зокрема йдеться про використання окопів і траншей, а період боротьби УПА важливий, бо застосовували малі бойові групи та стрілецьке озброєння.

Останнє запитання було відкритим: *«Ви можете долучитися до дослідження та запропонувати інші наявні системи військово-патріотичного виховання школярів?»*.

3.7. Фізична підготовленість учнів старших класів

Перед початком занять за авторською програмою проведено тестування фізичної підготовленості, щоб визначити її рівень. Одержані дані порівняли з результатами тестування після завершення педагогічного експерименту. Тож вдалося встановити, як експериментальна програма вплинула на рівень фізичної підготовленості учнів старших класів.

Загалом, перед початком експерименту показники були на середньому, а інколи і на нижчому за середній рівнях для учнів старшої школи (табл. 3.1–3.3).

Загальна фізична підготовленість. Відповідно до табл. 3.1 рівень *сили правої кисті* старшокласників визначено як середній. Середнє значення (X): середня сила становить 25,13 кг. Це загальний показник, що демонструє типовий рівень для вибірки. Стандартне відхилення становить 7,14 кг, що свідчить про помірну варіативність результатів. Діапазон значень досить широкий (від 3 до 35 кг), максимальний показник — 35 кг, мінімальний — 3 кг. Це демонструє великий розкид у рівні підготовленості серед учасників. Мода: найчастіший показник — 20 кг, що може бути типовим рівнем для більшості учнів. Показники свідчать, що більшість старшокласників має середній рівень сили правої кисті, проте є учні і з дуже слабкими (3 кг), і з високими показниками (35 кг). Помірна варіабельність результатів може бути зумовлена індивідуальними особливостями фізичного розвитку, рівнем фізичної активності чи станом здоров'я.

Силу лівої кисті старшокласників також визначено як середнього рівня. Середнє значення (21,91 кг) трохи нижче, як порівняти з правою кистю, що

може підтверджувати природну асиметрію сили між домінантною та недомінантною рукою.

Таблиця 3.1

Показники фізичної підготовленості старшокласників (n=30)

Показники	Рівень*	X	σ	Max	Min	Mo
Загальна фізична підготовленість						
сила						
Динамометрія правої кисті, кг	C	25,13	7,14	35,00	3,00	20,00
Динамометрія лівої кисті, кг	C	21,91	6,40	35,00	10,00	25,00
швидкісна сила						
Стрибок у довжину з місця, м	BC	2,25	0,15	2,42	2,05	2,25
спритність						
Стрибок із поворотом, °	B	4,65	8,57	45,00	0,00	0,00
Стрибок на вказану довжину, см	B	2,50	3,57	13,00	0,00	0,00
Тест Копилова, с	B	8,84	1,16	11,10	6,62	8,85
гнучкість						
Нахили вліво, см	C	16,94	4,19	26,00	9,00	14,00
Нахили вправо, см	C	17,74	5,17	30,00	9,00	15,00
витривалість						
Біп-тест, кола	HC	8,20	0,00	8,20	8,20	8,20
Військово-прикладна фізична підготовленість						
Тестова вправа	Рівень*	X	σ	Max	Min	Mo
Метання гранати стоячи в горизонтальну ціль, см	C	4,00	1,41	6,00	1,00	4,00
Метання гранати стоячи у вертикальну ціль, см	C	3,30	0,98	5,00	2,00	4,00
Метання гранати з коліна в горизонтальну ціль, см	C	6,35	1,18	8,00	4,00	6,00
Метання гранати лежачи в горизонтальну ціль, см	C	3,95	1,54	7,00	2,00	3,00
Долання смуги укриттів, с	C	38,75	2,17	42,31	35,19	41,02
Перенесення пораненого та передавання його через вікно, с	C	33,78	5,7	40,32	23,56	39,37

Приймання пораненого через вікно та перенесення його, с	С	22,88	8,30	38,46	13,46	33,25
---	---	-------	------	-------	-------	-------

Примітки:* — В — високий, ВС — вищий за середній, С — середній, НС — нижчий за середній рівні показників.

Стандартне відхилення (6,40 кг) свідчить про дещо нижчу варіативність, ніж у правій кисті, але все ще демонструє значний розкид результатів. Максимальне значення (35 кг) таке саме, як і для правої кисті, тоді як мінімальне значення (10 кг) значно вище, що може вказувати на кращий загальний рівень мінімальної підготовленості. Мода (25 кг) свідчить, що для більшості учнів цей показник типовий, він перевищує середнє значення, що може вказувати на наявність учнів із дуже низькими результатами, які знижують середній рівень групи.

Стрибок у довжину характеризує вищий за середній рівень розвитку швидкісної сили учнів. Середнє значення (2,25 м) демонструє непогану підготовленість групи в цьому тесті, а стандартне відхилення (0,15 м) вказує на низьку варіативність результатів, тобто група відносно однорідна за цим показником. Максимальне значення (2,42 м) показує добрий рівень індивідуальних результатів, тоді як мінімальне значення (2,05 м) підтверджує, що навіть найслабші учасники мають достатню швидкісну силу. Мода (2,25 м) збігається із середнім значенням, що вказує на симетричний розподіл результатів і відсутність значних аномалій у групі. Це може свідчити про регулярну й ефективну підготовку в цьому компоненті фізичної підготовленості.

Стрибок із поворотом характеризує високий рівень спритності, хоча його середнє значення ($4,65^\circ$) украй низьке, як порівняти з можливими результатами. Стандартне відхилення ($8,57^\circ$) свідчить про значну варіативність у групі, що, імовірно, є наслідком технічної складності виконання цього тесту для учнів. Максимальне значення (45°) демонструє, що окремі учасники мають добре розвинуту спритність, тоді як мінімальне

значення (0°) вказує на те, що частина учнів не виконала завдання взагалі або виконала його з помилками. Мода (0°) підтверджує, що багато учасників мали труднощі під час виконання цього тесту. Тож варто приділити більше уваги розвиткові координації та техніки виконання таких вправ у навчальному процесі.

Стрибок на вказану довжину також демонструє високий рівень спритності за класифікацією, однак середнє значення (2,50 см) дуже низьке, що може свідчити про недостатній розвиток цієї специфічної навички в групі. Стандартне відхилення (3,57 см) вказує на значну варіативність результатів, а мінімальне значення (0 см) і значення моди (0 см) підтверджують, що багато учнів не впоралися із завданням. Максимальний результат (13 см) свідчить про наявність учасників із достатньо розвиненою спритністю, але їх дуже мало. Такі результати можуть вказувати на низьку ефективність методики підготовки в цій вправі, що потребує її адаптації або посиленого тренування координаційних здібностей.

Тест Копилова демонструє високий рівень показників спритності. Середнє значення (8,84 с) свідчить про добру швидкість реакції та координацію учнів. Стандартне відхилення (1,16 с) вказує на помірну варіативність, що інформує про відносну однорідність групи за цим показником. Максимальне значення (11,10 с) доводить, що найменш підготовлені учні демонструють прийнятний результат, а мінімальне значення (6,62 с) вказує на високий рівень підготовленості окремих учнів. Мода (8,85 с) майже збігається із середнім значенням, що підтверджує рівномірний розподіл результатів. Загалом ці показники свідчать про ефективність тренувань, спрямованих на розвиток спритності, хоча є можливості для вдосконалення найслабших учасників.

Результати виконання вправи «*нахил вліво*» підтверджують, що учні мають середній рівень гнучкості. Середнє значення (16,94 см) вказує на помірну гнучкість у групі, а стандартне відхилення (4,19 см) свідчить про помірну варіативність результатів. Максимальне значення (26,00 см)

демонструє хороші результати найгнучкіших учнів, тоді як мінімальне (9,00 см) вказує на низький рівень у найменш підготовлених. Мода (14,00 см) нижча за середнє значення, тобто значна частина учнів має результати нижчого за середній рівня. Це вказує на потребу впроваджувати додаткові вправи для розвитку гнучкості.

Результати виконання вправи *«нахил вправо»* демонструють середній рівень гнучкості. Середнє значення (17,74 см) трохи перевищує показники нахилів уліво, що може свідчити про природну асиметрію в гнучкості тіла або різницю в тренуваності. Дещо вище стандартне відхилення (5,17 см) вказує на більшу варіативність у групі. Максимальне значення (30,00 см) демонструє дуже добру гнучкість найкращих учнів, тоді як мінімальне (9,00 см) підтверджує низький рівень у частини групи. Мода (15,00 см) свідчить, що більшість учнів має показники, трохи нижчі за середній рівень. Тож потрібно рівномірно розвивати гнучкість в обох напрямках за допомогою цілеспрямованих вправ.

Бін-тест характеризує нижчий за середній рівень показників витривалості. Середнє значення (8,20 кіл) стає (стандартне відхилення дорівнює 0,00), що вказує на абсолютну однорідність групи у цьому тесті. Максимальне, мінімальне значення та мода також становлять 8,20 кола, що свідчить про рівний рівень фізичної підготовленості учнів у цьому компоненті. Однак результати вказують на недостатній рівень витривалості групи загалом, що потребує посилення тренувань, спрямованих на поліпшення аеробних можливостей учнів.

Військово-прикладна фізична підготовленість. *Метання гранати стоячи у горизонтальну ціль* характеризується середнім рівнем. Середнє значення (4,00 см) вказує на помірний рівень влучності учнів у цьому завданні. Стандартне відхилення (1,41 см) свідчить про відносну однорідність результатів у групі. Максимальний показник (6,00 см) демонструє можливості найкращих учнів, а мінімальний (1,00 см) свідчить про низький рівень підготовки в окремих учасників. Мода (4,00 см) збігається із середнім

значенням, що вказує на рівномірний розподіл результатів. Це означає, що в більшості учнів один рівень у цій вправі.

Метання гранати стоячи у вертикальну ціль також має середній рівень. Середнє значення (3,30 см) дещо нижче, ніж у попередньому завданні, що може свідчити про більшу складність вправи. Стандартне відхилення (0,98 см) демонструє ще більшу однорідність групи. Максимальне (5,00 см) та мінімальне (2,00 см) значення показують, що навіть найкращі результати в цій вправі помірні, а слабкі результати лише трохи відхиляються від загального рівня. Мода (4,00 см) підтверджує, що більшість учнів демонструє задовільні результати, проте можна підвищити влучність за допомогою вдосконалення техніки.

Метання гранати з коліна у горизонтальну ціль має дещо вищі показники. Середнє значення (6,35 см) вказує на ліпший рівень влучності, як порівняти з попередніми завданнями, можливо, через специфіку вправи, яка сприяє більшій стабільності. Стандартне відхилення (1,18 см) свідчить про помірну варіативність, що означає доволі рівний розподіл результатів. Максимальне значення (8 см) демонструє високий рівень підготовки найкращих учнів, а мінімальне (4 см) показує, що навіть найслабші учасники мають прийнятні результати. Мода (6 см) підтверджує, що більшість учнів перебуває на середньому рівні.

Метання гранати лежачи у горизонтальну ціль демонструє трохи гірші результати. Середнє значення (3,95 см) свідчить про зниження влучності, як порівняти з іншими вправами, імовірно, через технічну складність цієї позиції. Стандартне відхилення (1,54 см) вказує на трохи більшу варіативність, як порівняти з попередньою вправою. Максимальне значення (7 см) підтверджує потенціал окремих учнів, тоді як мінімальне (2 см) показує недостатній рівень підготовленості в частини групи. Мода (3 см) доводить, що більшість учнів має результати нижчого за середній рівня, і це потребує уваги для удосконалення їхньої техніки.

Долання смуги укриттів характеризується достатньо високими показниками. Середнє значення (38,75 с) свідчить про непогану підготовленість учнів у цій складній вправі, що вимагає спритності, витривалості й координації. Стандартне відхилення (2,17 с) вказує на невелику варіативність результатів, що означає відносну однорідність рівня фізичної підготовки групи. Максимальне значення (42,31 с) демонструє найгірший час у межах прийнятного рівня, а мінімальне (35,19 с) — відмінний результат окремих учасників. Мода (41,02 с) підтверджує, що більшість учнів виконує вправу майже на середньому рівні, проте варто вдосконалювати швидкість.

Перенесення пораненого та передавання його через вікно має середній рівень показників. Середнє значення (33,78 с) демонструє адекватний рівень фізичної підготовленості для виконання цього завдання. Стандартне відхилення (5,7 с) свідчить про помірну варіативність у результатах, що вказує на відмінності в силі й технічних навичках між учнями. Максимальне значення (40,32 с) підтверджує певні труднощі в окремих учасників, тоді як мінімальне (23,56 с) демонструє високу ефективність найкращих учнів. Мода (39,37 с) показує, що основна частина групи виконує завдання з близьким до верхньої межі результатом, тож треба удосконалювати техніку для більшої ефективності.

Приймання пораненого через вікно та перенесення його демонструє значно більшу варіативність у результатах. Середнє значення (22,88 с) свідчить про середній рівень фізичної та технічної підготовки учнів у цьому завданні, тоді як стандартне відхилення (8,30 с) вказує на суттєві відмінності між учасниками. Максимальне значення (38,46 с) підтверджує значні труднощі в найслабших учнів, тоді як мінімальне (13,46 с) демонструє відмінний рівень у найбільш підготовлених. Мода (33,25 с) підкреслює, що більшість учнів має результати, ближчі до верхньої межі, вказуючи на потребу звернути увагу на технічну частину виконання завдання.

Узагальнення даних свідчить, що у школярів на високому рівні були показники швидкісної сили та спритності (точності прояву зусиль і спритності

рук). Середні показники старшокласники продемонстрували в силі (кисті), спритності (метанні на точність у горизонтальну й вертикальну цілі), гнучкості (нахилах у дві сторони). Суттєво низькими були результати бігу на витривалість.

У вправах на спритність (точність відтворення) зафіксовано великий розкид результатів між максимальним і мінімальним, тому квадратичне відхилення результатів цих тестових вправ було суттєвим (навіть перевищувало середнє значення). Чотири особи мали несиметричний розвиток гнучкості (великі розбіжності між результатами нахилу вправо і вліво). Це може свідчити про сколіоз, тож їм рекомендували звернутися до фахівців.

Загальний висновок із даних табл. 3.1 полягає в тому, що фізична підготовленість старшокласників є нерівномірною за різними компонентами. Показники деяких вправ, як-от «стрибок у довжину» чи «метання гранати на дальність», мають вищий рівень, тоді як показники інших, зокрема на спритність, гнучкість і витривалість, демонструють середній або навіть нижчий за середній рівні результатів. Велика варіативність у багатьох показниках вказує на суттєві відмінності в рівні підготовки окремих учнів, що може бути зумовлено індивідуальними особливостями або різницею в підходах до тренування. Ці результати свідчать про потребу цілеспрямованого вдосконалення фізичної підготовки з акцентом на розвиток слабких компонентів, зокрема витривалості, спритності й технічної точності у вправах.

Показники уважності старшокласників уже на початку експерименту були високими (табл. 3.2).

Таблиця 3.2

Показники уваги старшокласників (n=30)

Показник	Рівень	X	σ	Max	Min	Mo
Уважність, с	Високий	21,88	4,85	33,00	14,00	18,00

Середнє значення (21,88 с) вказує на добру здатність учнів зосереджуватися й виконувати завдання, що потребують уваги. Стандартне

відхилення (4,85 с) демонструє помірну варіативність результатів, що свідчить про певну неоднорідність групи. Максимальне значення (33,00 с) підтверджує виняткову уважність деяких учнів, тоді як мінімальне (14,00 с) вказує на потребу у вдосконаленні цього аспекту в найслабших учасників. Мода (18,00 с) є нижчою за середнє значення, що може свідчити про наявність кількох дуже високих показників, які підвищують середній рівень.

Показник тесту Руф'є демонструє середній рівень фізичної працездатності серцево-судинної системи (табл. 3.3).

Таблиця 3.3

Показники фізичної працездатності старшокласників (n=30)

Показник	Рівень	X	σ	Max	Min	Mo
Тест Руф'є, у.о.	Середній	7,75	2,74	13,60	4,00	6,40

Середнє значення (7,75 у.о.) свідчить про помірний стан серцево-судинної системи учнів. Стандартне відхилення (2,74 у.о.) вказує на значну варіативність результатів, що може бути зумовлено індивідуальними відмінностями в рівні фізичної активності та загальному здоров'ї. Максимальне значення (13,60 у.о.) підтверджує низький рівень витривалості в деяких учнів, тоді як мінімальне (4,00 у.о.) демонструє добрі показники в найбільш фізично підготовлених. Мода (6,40 у.о.) ближча до нижньої межі, що вказує на наявність у групі учнів із добрими показниками.

Узагальнення одержаних результатів дає змогу констатувати таке: уважність старшокласників загалом висока, тож це позитивна характеристика, проте варіативність результатів свідчить про потребу в індивідуалізованому підході для вдосконалення цього показника в частини учнів; фізична працездатність серцево-судинної системи демонструє середній рівень зі значною варіативністю, що потребує впровадження програм для підвищення витривалості в слабших учасників. Ці аспекти мають бути враховані для підвищення ефективності навчальних і тренувальних програм.

Висновки до розділу 3

Військово-патріотичне виховання у школах в Україні реалізують через навчальний предмет «Захист України». Відповідно до проведеного опитування більшість учителів (80,0 %) вважає програму дисципліни «Захист України» застарілою і (85,4 %) вказує на потребу змін, зокрема в оновленні програм і впровадженні сучасних підходів, таких як військово-історична реконструкція.

Передумови застосування засобів військово-історичної реконструкції у фізичному вихованні учнів старших класів такі: проблеми в підготовці викладачів дисципліни «Захист України», потреба удосконалення навчальних програм, змісту уроків і їх матеріального забезпечення відповідно до викликів сучасної війни, гостра необхідність патріотичного виховання та формування національної свідомості школярів на прикладах історії української війни доби Київської Русі, Гетьманщини, УНР, УПА в закладах загальної середньої освіти в сучасних реаліях.

Фізична підготовленість старшокласників характеризується нерівномірністю показників, зокрема високими результатами в силових (стрибок $2,25 \pm 0,15$ м) і швидкісних (тест Копилова $8,84 \pm 1,16$ с) вправах, але середнім рівнем спритності (нахил $16,94 \pm 4,19$ см), витривалості (біп-тест $8,20 \pm 0,00$ кола) та точності. Рівень розвитку уваги ($21,88 \pm 4,85$ с) відповідає високому рівню із помірною варіативністю, що є позитивним показником когнітивної підготовленості учнів. Фізична працездатність серцево-судинної системи ($7,75 \pm 2,74$ у.о.) на середньому рівні із суттєвими відмінностями між учнями, що свідчить про потребу комплексного підходу до вдосконалення фізичної підготовки.

Основні положення, викладені в другому розділі дисертаційного дослідження, представлено в наукових працях автора [62, 63, 64, 67].

РОЗДІЛ 4

ПРОГРАМА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВ СТАРШИХ КЛАСІВ ІЗ ЗАСТОСУВАННЯМ ЗАСОБІВ ВІЙСЬКОВО-ІСТОРИЧНОЇ РЕКОНСТРУКЦІЇ

4.1. Обґрунтування змісту авторської програми фізичного виховання на основі військово-історичної реконструкції.

З урахуванням одержаних на констатувальному етапі педагогічного експерименту даних розроблено пропозиції щодо добору засобів військово-історичної реконструкції (табл. 4.1).

Таблиця 4.1

Обґрунтування змісту програми занять з урахуванням одержаних показників

Показники	Аналіз показників	Пропозиція застосування засобів військово-історичного відтворення для оптимізації встановлених показників
Проба Руф'є	Норма 0–10 Середнє $7,75 \pm 2,74$ Рівень фізичної працездатності в середньому відповідає середньому рівневі	Для підвищення рівня фізичної працездатності можна застосовувати комплексно пропоновані засоби або як окремий засіб систему «Лазертаг»
Динамометрія	Норма П 10–35 — 25,13 Норма Л 5–30 — 21,91 Показники динамометрії обох рух на середньому рівні	Силу кисті можна збільшити завдяки вправам зі зброєю, фехтуванню мечами чи сокирою, а також перенесенню вантажів та облаштуванню укріплень
Біп-тест	Норма 5 рівнів: від 5 до 13 кіл Середнє — $8,2 \pm 0,0$ Показники аеробної працездатності нижчі за середній рівень	Аеробну працездатність можна розвинути в походах місцями бойової слави українського війська (орієнтування на місцевості, диверсійні групи), а особливо за допомогою системи «Лазертаг»

Продовження таблиці 4.1

Показники	Аналіз показників	Пропозиція застосування засобів військово-історичного відтворення для оптимізації встановлених показників
Стрибок у довжину з місця	5 рівнів: від 1,8 до 2,5 м Середнє відхилення $2,25 \pm 0,15$ см Розвиток швидкісної сили нижніх кінцівок на достатньому рівні	Силу нижніх кінцівок можна збільшити, використовуючи бронежилети, обладунки; смуги перешкод чи укриття, під час підготовки укріплень, походів
Стрибок на вказану довжину	Норми немає Середнє відхилення $2,5 \pm 3,57$ см Розвиток координаційно-просторових показників на високому рівні	Розвинути координаційно-просторові показники можна завдяки смузі укриття, перешкод; перешикуванням, бігу різною місцевістю
Стрибок із поворотом	Норми немає Середнє відхилення $4,65 \pm 8,57^\circ$ Розвиток координаційно-просторових показників на високому рівні	Те саме, що і в попередньому
Метання гранати на дальність	Норма 42 м — 12 балів $31,83 \pm 9,53$ м Розвиток сили верхніх кінцівок на середньому рівні	Силу верхніх кінцівок можна розвинути спеціальними вправами: метанням з різних положень (лежачи, з коліна, з-за укриття), зі зброєю
Метання гранати в горизонтальну ціль	Норма — навколо центра на різній відстані є три кола — 9, 6, 3 очки кожне, відповідно Середнє $1,98 \pm 1,60$ м Розвиток спритності на достатньому рівні	Рівень розвитку спритності можна поліпшити метанням гранати на точність у горизонтальну ціль із різних положень (лежачи, з коліна, з-за укриття); зі зброєю

Продовження таблиці 4.1

Показники	Аналіз показників	Пропозиція застосування засобів військово-історичного відтворення для оптимізації встановлених показників
Метання гранати у вертикальну ціль	Так само 1,56 м Розвиток спритності на достатньому рівні	Рівень розвитку спритності можна поліпшити метанням гранати на точність у вертикальну ціль із різних положень (лежачи, з коліна, з-за укриття); зі зброєю
Тест Копилова	Норма від 9,3 до 12,0 с 8,84±1,16 с Рівень розвитку координаційних здібностей на дуже високому рівні	Координаційні здібності можна поліпшити підготовкою нош із плащ-наметів і перенесенням пораненого; смугою укриття чи перешкод; ознайомленням зі зброєю і її застосуванням; перенесенням кулемета та його частин, а також поранених; стрільбою з різної зброї
Нахили	Норма 10–20 см Результати: вправо 16,97 см, вліво — 17,74 см Розвиток гнучкості на достатньому рівні	Гнучкість можна поліпшити вправами зі зброєю, фехтуванням; смугою перешкод; плаванням
Тест Шульте	Норма від 30 до 50 с Середнє 21,88 с Розвиток уваги на дуже високому рівні	Удосконалити спеціальну увагу можна за допомогою перешикувань, стрільби з різної зброї; орієнтуванню на місцевості, а особливо системи «Лазертаг»

4.2. Зміст програми використання військово-історичної реконструкції у фізичному вихованні старшокласників

На підставі узагальнення результатів опитування вчителів, описаного в розділі 3 (див. 3.1), результатів тестування фізичної підготовленості старшокласників (див. 3.2) укладено програму фізичного виховання школярів із застосуванням засобів військово-історичної реконструкції.

Розроблену програму фізичного виховання старшокласників, ефективність якої перевіряли, упроваджено в уроки фізичної культури. Проте для посилення ефекту можна використовувати її складники і в позаурочних, і в позашкільних формах фізичного виховання (табл. 4.2).

Таблиця 4.2

Зміст програми використання військово-історичної реконструкції у фізичному вихованні старшокласників

Зміст заходів історичного відтворення	Уроки ФК	Секція / факультатив	Поза- шкільні заходи
<i>Різновиди пересування</i>			
Ходьба, перешикування в русі (без зброї, зі зброєю, у латах, бронежилетах)	+	+	+
Біг різними поверхнями (снігом, мілкою водою, м'яким ґрунтом, угору, згори)	+	+	+
Верхи на коні		+	+
Плавання			
Перенесення вантажів (ящиків з боєприпасами, колод, мішків, гармат)	+	+	+
Облаштування укріплення	+	+	
Долання смуги перешкод із гімнастичних лав, кілець і драбинок	+	+	
Смуга укриття з різними фігурами для укриття від умовного вогню (звуки пострілів, автоматних черг)	+	+	

Продовження таблиці 4.2

Підготовка нош із плащ-наметів і перенесення пораненого (10 м, 20 м, 30 м) (без урахування часу, на час)	+		
Метання гранати: • на дальність, на точність у горизонтальну / вертикальну ціль; • з різних положень (лежачи, з коліна, з-за укриття); • зі зброєю	+	+	
Прийоми зі зброєю			
Ознайомлення зі зброєю (гранатою, гвинтівкою, мечем тощо) і прийомами її застосування: • шикування й перешікування зі зброєю; • зміна положень і способи переміщення зі зброєю; • використання зброї кожною рукою окремо (умовне поранення); • долання смуги перешкод зі зброєю	+	+	
Фехтування мечами, списом (нудлами, щитом, із силуетом, противником)	+		
Стрільба з лука, лазертаг, страйкбол (у залі, на місцевості)	+		+
Походи місцями бойової слави українського війська: • вивчення історії, мап, озброєння тощо; • підготовка таборів: вибір місця, організація обов'язків, вартових; • організація окремої команди для диверсії в таборі; • орієнтування на місцевості з доланням природних перешкод (фізкультурними стежками) та завданнями на мислення, статичне навантаження на час — за кожну хвилину утримання положення відкриватиметься буква кодового слова	 + +	 + + + +	 + + +

Продовження таблиці 4.2

<i>Комплексне застосування засобів історичного відтворення</i>			
Перенесення кулемета й спорядження до нього (група з трьох осіб), транспортування побратима з різними пораненнями (у руку, ногу чи тулуб, у непритомному стані), поранення будуть раптові у будь-кого з групи, невідомо, у яку частину тіла	+	+	

Програма фізичного виховання старшокласників із використанням військово-історичної реконструкції поєднує традиційні засоби легкої атлетики, гімнастики, плавання, двобоїв, їзди верхи, стрільби з використанням засобів історичного відтворення (холодної та вогнепальної зброї, фортифікацій та укріплень, елементів техніки минулих війн, тактичних дій, уніформ і спорядження) подій чотирьох історичних періодів: Русі (лицарі), Гетьманщини (козаки), УНР, ЗУНР (стрільці), УПА (повстанці). Вона спрямована на комплексний розвиток фізичних якостей учнів, формування навичок військово-прикладної підготовки, підвищення рівня мотивації до фізичної активності та зміцнення патріотизму.

Завдання програми — опанувати різноманітні способи пересування, які дають змогу моделювати реальні історичні й військові умови. Учні відпрацьовують навички ходьби та перешикування без спорядження і з його використанням (зброї, лат, бронежилетів), бігають різними поверхнями (снігом, піском, схилами, водою), навчаються техніки верхової їзди та плавання. Окремо акцентовано на перенесеннях вантажів, що розвиває витривалість і силу: учасники вправляються з ящиками з боєприпасами, колодами, мішками з піском, а також імітують транспортування гармати чи інших історичних предметів. Додатково учнів залучають до облаштування

укріплень, що вимагає не тільки фізичної активності, а й стратегічного мислення.

Програма має широкий спектр військово-прикладних вправ, що забезпечують розвиток координації, спритності й швидкості реагування. Одним із важливих компонентів є додання смуги перешкод, що містить гімнастичні елементи (лави, кільця, драбинки), а також спеціально облаштовану смугу укриттів, де учні відпрацьовують швидке реагування на звукові сигнали (імітацію пострілів, вибухів) і правильне використання природних і штучних укриттів. Додатково учасники програми тренуються складати та використовувати імпровізовані носії (наприклад, із плащ-намету), виконуючи вправи з транспортування поранених на різні відстані з урахуванням часу і без нього. Метання гранат на дальність і точність — важливий складник програми, причому учні відпрацьовують різні вихідні положення (лежачи, з коліна, стоячи з-за укриття).

Окрему увагу приділено роботі зі зброєю, яка поєднує навчальні, тактичні й фізичні елементи. Учні ознайомлюються з історичними й сучасними видами озброєння (мечами, гвинтівками, гранатами, луками) та відпрацьовують базові навички їхнього застосування. Вони вчаться проводити перешикування зі зброєю, змінювати положення тіла під час бою, використовувати обидві руки для виконання завдань у разі умовного поранення одного з них. Програма передбачає також фехтування на спеціальних манекенах і в парах із захисним обладнанням. Додатково учнів залучають до стрільби з лука, лазертагу та страйкболу, що допомагає об'єднати історичний контекст із сучасністю.

Комплексне застосування засобів історичного відтворення — ще один ключовий елемент програми. Учні беруть участь у походах місцями бойової слави українського війська, під час яких вивчають історичні події, орієнтуються на місцевості, виконують фізичні вправи, долають перешкоди, регулюють тимчасові табори та розподіляють обов'язки між учасниками. Створюють окремі команди для виконання тактичних завдань, включно з організацією вартових, диверсійними маневрами та симуляцією бойових умов.

Важливим аспектом є впровадження завдань на логічне мислення, у яких учні одержують кодові слова для правильного виконання фізичних навантажень, що розвиває не лише фізичні, а й когнітивні якості.

Програма містить також елементи, спрямовані на командну роботу й формування навичок надання допомоги. Учні відпрацьовують перенесення й передавання пораненого побратима у вузьке вікно та імітацію транспортування кулемета або гармати групою з трьох осіб. Це вимагає швидко ухвалювати рішення й координувати дії у групі.

Програму реалізують у форматах трьох основних рівнів: уроків фізичної культури, факультативних або секційних занять і позашкільних заходів. На уроках фізкультури учні підтримують базову підготовку й відпрацьовують основні елементи військово-історичної реконструкції. На секційних і факультативних заняттях поглиблено опрацьовують спеціальні навички, зокрема техніку володіння зброєю, бойових маневрів і військово-спортивних вправ. Позашкільні заходи охоплюють історичні експедиції, військово-спортивні змагання та практичні заняття просто неба, що дають змогу учням застосовувати набуті навички в реальних умовах. Отже, програма фізичного виховання старшокласників із використанням військово-історичної реконструкції сприяє розвитку фізичних якостей, формуванню стійкої мотивації до занять фізичною культурою та зміцненню патріотичних почуттів. Поділ вправ за історичними періодами представлено в табл. 4.3.

Таблиця 4.3

Теми занять і відповідні вправи

Історичний період	Назва вправи
Русь — лицарі	Фехтування м'якими мечами, сокирами
	Стрільба з лука
	Формування стіни зі щитів (шикування)

Продовження таблиці 4.3

Гетьманщина — козаки	Фехтування дерев'яними шаблями
	Стрільба з лука
	Стрільба з пневматичної гвинтівки (мушкета)
УНР, ЗУНР — стрільці	Метання гранат із різних вихідних положень у ціль
	Долання смуги укриттів
	Перенесення пораненого та передавання його через вікно
	Приймання пораненого з вікна та перенесення його
УПА — повстанці	Метання гранат із різних вихідних положень у ціль
	Долання смуги укриттів
	Перенесення пораненого та передавання його через вікно
	Приймання пораненого з вікна та перенесення його

4.3. Зміни показників фізичної підготовленості та функціонального стану школярів під впливом авторської програми фізичного виховання

Упродовж чотирьох місяців учні навчалися за авторською програмою фізичного виховання. Розроблена програма фізичного виховання передбачала поєднання фізичної культури, історії та захисту України. Усі вправи й заняття, оформлені з історичним підтекстом, сприяли підготовці молоді до оборони держави.

Після проходження програми фізичного виховання із застосуванням військово-історичної реконструкції в дітей старшого шкільного віку відбулися зміни в показниках відповідних вправ (табл. 4.4).

Таблиця 4.4

**Показники старшокласників в умовах педагогічного експерименту
(n=30)**

Показники	Перше тестування		Друге тестування		Зміни, %	t
	X	σ	X	σ		
Фізична працездатність						
Тест Руфє, у.о	7,75	2,74	8,73	2,53	-12,6	0,373
Загальна фізична підготовленість						
Динамометрія правої кисті, кг	25,13	7,14	28,9	6,1 0	-12,2	0,029
Динамометрія лівої кисті, кг	21,91	6,40	26,87	5,3 2	-22,6	0,007
Стрибок у довжину, м	2,25	0,15	2,36	0,10	-5,1	0,130
Тест Копилова, с	8,84	1,16	8,27	1,1 4	6,5	0,072
Стрибок на вказану довжину, см	2,50	3,57	0,97	1,6 4	61,2	0,029
Стрибок з поворотом, °	4,65	8,57	1,85	3,3 7	60,1	0,086
Біп-тест, кола	8,20	0,00	9,70	0,00	-18,3	0,259
Нахил уліво, см	16,94	4,19	17,94	4,58	-5,9	0,050
Нахил управо, см	17,74	5,17	19,31	4,74	-8,8	0,051
Когнітивні якості						
Уважність, с	21,88	4,85	17,21	3,88	21,3	0,001

За тестом Руф'є середнє значення (8,73 у.о.) свідчить про помірний стан серцево-судинної системи учнів. Стандартне відхилення (2,53 у.о.) вказує на

значну варіативність результатів, що може бути зумовлено індивідуальними відмінностями в рівні фізичної активності та загальному здоров'ї. Різниця між результатами становила 12,6 %, але вірогідність змін результатів не підтвердилася статистично ($p > 0,05$).

Відповідно до таблиці, рівень сили правої кисті старшокласників визначено як середній. Кистьова сила після участі в експериментальній програмі зросла до 28,19 кг. Це свідчить про тенденцію до поліпшення. Стандартне відхилення становить 6,10 кг, тож наявна помірна варіативність результатів. Як порівняти з показниками першого тестування, сила кисті поліпшилася на 12 %, що вказує на незначний вплив програми, водночас спостерігаємо вірогідні зміни ($p < 0,05$).

Сила лівої кисті старшокласників після завершення експерименту дорівнювала 26,87 кг, тобто поліпшилася відповідно до попередніх показників на 22,6 %. Показники підтверджують суттєве ($p = 0,007$) поліпшення під впливом авторської програми. Помірна варіабельність результатів може бути зумовлена індивідуальними особливостями фізичного розвитку, рівнем фізичної активності чи станом здоров'я.

Аналіз результатів стрибків у довжину показав вищий за середній рівень розвитку швидкісної сили учнів. Середнє значення після використання експериментальної програми становило 2,36 м, що демонструє невелике поліпшення результатів. Стандартне відхилення (0,10 м) вказує на низьку варіативність результатів, тобто група є відносно однорідною за цим показником. Результат наблизився до максимального в першому тестуванні, відсотково різниця дорівнювала 5,1 %; зміни не підтвердилися статистично ($p > 0,05$). Причиною незначних змін показників в умовах педагогічного експерименту може бути високий вихідний рівень вихідного показника, невелика тривалість дослідження.

Стрибок із поворотом показав найбільші вірогідні зміни ($p < 0,05$), що характеризує високий рівень спритності школярів наприкінці експерименту, а його середнє значення ($1,85^\circ$) поліпшилося на 60 %. Стандартне відхилення

(3,37°) свідчить про зменшення варіативності в групі, що вказує на позитивний вплив експериментальної програми. Це підтверджує позитивний вплив на спритність, координацію та техніку виконання таких вправ у навчальному процесі.

Стрибок на вказану довжину також демонструє високий рівень спритності за класифікацією, однак середнє значення навіть після експерименту (0,97 см) дуже низьке, що може свідчити про недостатній розвиток спритності (диференціації зусиль і узгодженості роботи м'язів) в групі. Стандартне відхилення (61,2 см) виявляє значну варіативність результатів. Такі результати можуть вказувати на низьку ефективність методики підготовки в цій вправі, що потребує її адаптації або посиленого тренування координаційних здібностей.

Тест Копилова демонстрував високий рівень показників спритності на початку експерименту. Проте після його проведення показники майже не змінилися (8,27 с), як і стандартне відхилення (1,14 с). Воно вказує на помірну варіативність, що каже про відносну однорідність групи за цим показником. Різниця між попередніми результатами становила 6,5 %, і зміни не підтвердилися статистично ($p > 0,05$). Загалом ці показники свідчать про ефективність тренувань, спрямованих на розвиток спритності, хоча варто удосконалювати навички найслабших учнів.

Нахили вліво поліпшилися на 1 см (і становили після завершення дослідження 17,94 см), що вказує на позитивний вплив програми. Різниця результатів дорівнювала 5,9 %, підтвердилася статистично ($p < 0,05$). Це свідчить про ефективність авторської програми в розвитку гнучкості.

Нахили вправо показали ліпший результат (19,31 см), що перевищує показники перед експериментальною програмою на 8,8 %. Тут також спостерігаємо вірогідні зміни ($p < 0,05$). Це свідчить про можливість застосування розвитку гнучкості за допомогою цілеспрямованих вправ.

Біп-тест характеризує середній рівень показників витривалості. Підвищилося середнє значення (9,70 кола), тобто на 18,3 % поліпшився

результат, як порівняти з тестом перед застосуванням експериментальної методики. Проте зміни не підтвердилися статистично ($p > 0,05$), що потребує посилення тренувань, спрямованих на поліпшення аеробних можливостей учнів.

Після проведення педагогічного експерименту середнє значення (17,21 с) поліпшилося на 21,3 % зі стандартним відхиленням (3,88 с), що свідчить про однорідність групи. Тут видно вірогідні зміни ($p < 0,05$), тобто експериментальна програма показала свій позитивний вплив.

Зміни результатів учнів у військово-прикладних вправах. Аналіз одержаних даних встановив, що на початку дослідження показники учнів контрольної та експериментальної груп були подібними. Аналіз даних дослідження (рис. 4.1) засвідчив, що в учнів старших класів, що навчалися за авторською програмою, прирости результатів більші, ніж у тих, які застосовували традиційну програму з фізичного виховання.

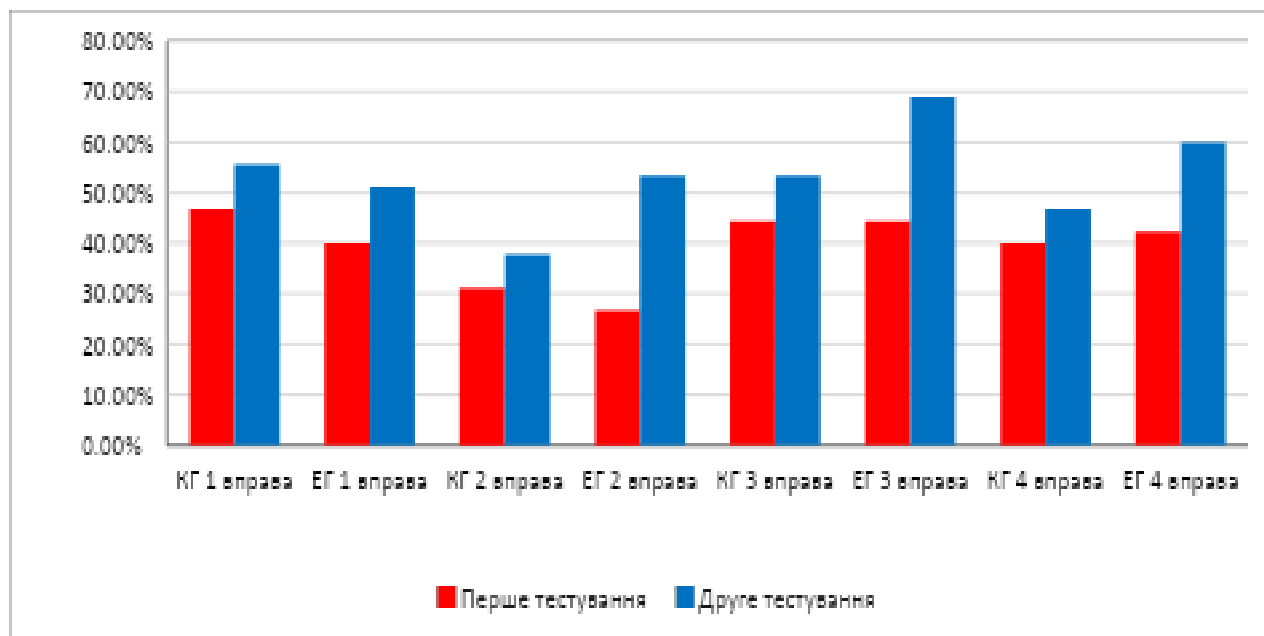


Рис. 4.1. Величини приростів результатів хлопців — учасників педагогічного експерименту

У дівчат спостерігали таку тенденцію: на початку дослідження показники КГ та ЕГ не відрізнялися, а величини приростів результатів усіх тестових вправ в умовах педагогічного експерименту були більшими в ЕГ (рис. 4.2).

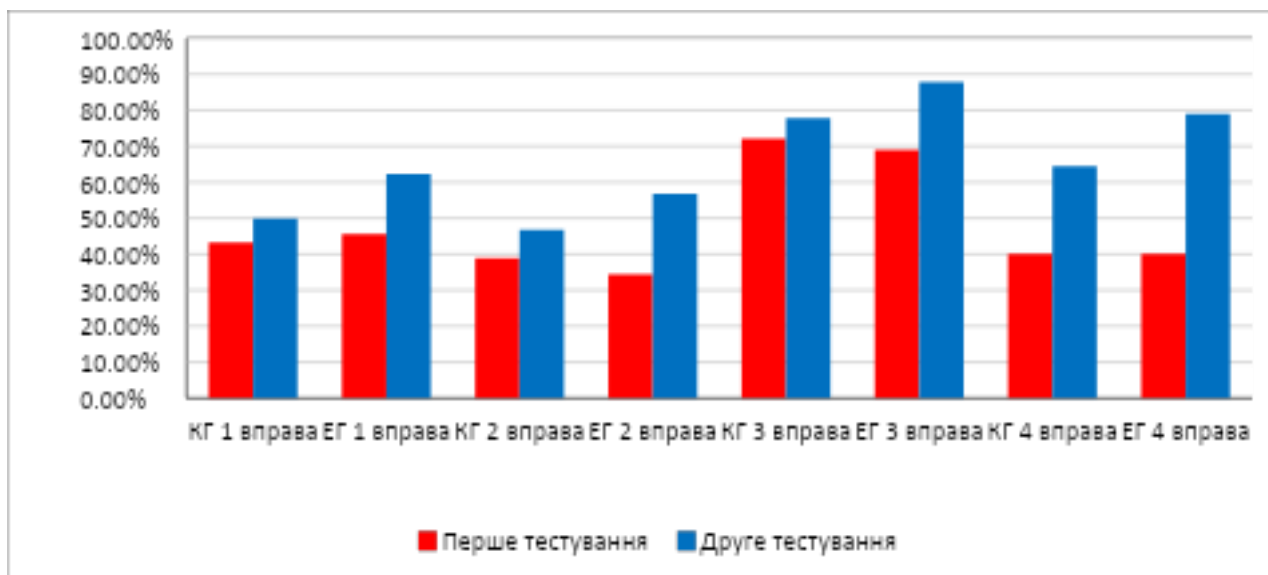


Рис. 4.2. Величини приростів результатів дівчат — учасниць педагогічного експерименту

Результати хлопців КГ (табл. 4.5) у першій вправі на початку ПЕ ($3,9 \pm 1,37$ бала) були вищими від показників ЕГ ($4,10 \pm 1,52$ бала), проте ці розбіжності не підтверджено статистично ($p > 0,05$), тобто групи мали рівні сили. Під впливом експериментальної програми показники обох груп мали тенденцію до поліпшення (КГ — до $4,5 \pm 0,85$ бала; ЕГ — до $5,20 \pm 1,48$ бала). Прирости результатів були вищими: у КГ — 0,254, а ЕГ — 0,118 (рис. 3.1), але невірогідними в обох групах. Тож після завершення ПЕ результати хлопців ЕГ переважали показники КГ, проте це не підтверджено статистично ($p > 0,05$).

Серед дівчат КГ та ЕГ після першої вправи тестування t-критерій Стьюдента показав 0,521, а після другого тестування t-критерій становив 0,571, тобто значущої різниці між групами не встановлено (табл. 4.5). Контрольна група після тестувань одержала приріст 0,346, а експериментальна мала результат 0,239, що не підтверджено статистично. Ліпші показники ЕГ, як порівняти з КГ, можна пояснити впливом програми.

У другій вправі серед хлопців КГ та ЕГ після першого тестування t-критерій Стьюдента показав 0,337, тобто не було вірогідної різниці. Після другого тестування t-критерій становив 0,045, тобто встановлено значущу

різницю між групами. Контрольна група після тестувань виявила приріст 0,210, а експериментальна мала результат 0,0001, що свідчить про більший ступінь впливу програми. У хлопців ЕГ вірогідно поліпшилися результати метання гранати на влучність стоячи з-за укриття у вертикальну ціль ($p < 0,001$). У підсумку після завершення дослідження учні ЕГ вірогідно переважали учнів КГ ($p < 0,05$), що свідчить про дієвість експериментальної програми ФВ із використанням засобів військово-історичної реконструкції за цим показником.

Таблиця 4.5

Результати хлопців у метанні гранат (n=30) (бали, із 10 можливих)

Показники	Групи	Перше тестування, бали	Друге тестування, бали	p (1–2 тестування)
Метання гранати на влучність стоячи з-за укриття у горизонтальну ціль	КГ	3,90±1,37	4,50±0,85	0,2546
	ЕГ	4,10±1,52	5,20±1,48	0,1157
p (КГ — ЕГ)	—	0,7611	0,2100	—
Метання гранати на влучність стоячи з-за укриття у вертикальну ціль	КГ	3,50±1,08	4,20±1,32	0,2100
	ЕГ	3,10±0,88	5,10±0,99	0,0001
p (КГ — ЕГ)	—	0,3370	0,0454	—
Метання гранати на влучність із коліна з-за укриття в горизонтальну ціль	КГ	6,50±1,08	7,00±1,05	0,3086
	ЕГ	6,20±1,32	7,90±1,10	0,0057
p (КГ-ЕГ)	—	0,80840	0,12995	—
Метання гранати на влучність лежачи з-за укриття в горизонтальну ціль	КГ	3,60±1,65	5,80±1,62	0,0074
	ЕГ	4,30±1,42	7,10±1,45	0,0003
p (КГ — ЕГ)	—	0,4669	0,11100	—

Серед дівчат КГ та ЕГ після першого тестування t-критерій Стьюдента показав 0,544 без значущої різниці. Після другого тестування t-критерій

становив 0,057, тобто в контрольній групі результат не підтвердився вірогідно. Після тестувань у КГ приріст дорівнював 0,370, а ЕГ одержала результат 0,005, що свідчить про високу ймовірність впливу програми.

У третій вправі серед хлопців КГ та ЕГ після першого тестування t-критерій Стьюдента показав 0,584, тобто не було вірогідної різниці. Після другого тестування t-критерій становив 0,078, тобто встановлено значущу різницю між групами. Після тестувань у КГ виявлено приріст 0,308, а ЕГ показала результат 0,005, що свідчить про високий ступінь впливу програми.

Серед дівчат КГ та ЕГ після першого тестування t-критерій Стьюдента був 0,544 без значущої різниці. Після другого тестування t-критерій становив 0,057, тобто наявна значуща різниця. Після тестувань КГ показала приріст 0,370, а ЕГ мала результат 0,005, що свідчить про високу ймовірність впливу програми.

У четвертій вправі серед хлопців КГ та ЕГ після першого тестування t-критерій Стьюдента показав 0,321, тобто не було вірогідної різниці. Після другого тестування t-критерій становив 0,074, отже зміни відбулися невірогідні. Після тестувань КГ показала приріст 0,007, що свідчить про вплив чинників шкільної програми, а ЕГ — результат 0,0003, що підтверджує високий ступінь впливу експериментальної програми.

Серед дівчат КГ та ЕГ після першого тестування t-критерій Стьюдента показав 0,759, тобто без значущої різниці груп. Після другого тестування він становив 0,094, тобто не підтвердилося статистично. Після тестувань у КГ зафіксовано приріст 0,370, а в ЕГ — результат 0,035, що свідчить про вплив програми (табл. 4.6).

Смуга укриттів має велике практичне значення не лише з погляду фізичної культури, а й для підготовки молоді до захисту України. Під час виконання бойових розпоряджень, зокрема бойових зіткнень, солдат переміщається, використовуючи будь-яке укриття, що захистить його від стрілецького вогню супротивника, уламків гранат, снарядів чи мін. На його шляху буде і багато місць, які можна використати як укриття, і чисте поле. А

втім, завдяки реакції та фізичній підготовці, він різко піднімається та швидко переміщується між цими захисними предметами.

Таблиця 4.6

Результати дівчат у метанні гранати (n=30) (бали, із 10 можливих)

Показники	Групи	Перше тестування, бали	Друге тестування, бали	p (1–2 тестування)
Метання гранати на влучність стоячи з-за укриття в горизонтальну ціль	КГ	4,20±1,48	5,00±1,00	0,3465
	ЕГ	3,60±1,34	4,60±1,14	0,2397
p (КГ — ЕГ)	—	0,5212	0,5716	—
Метання гранати на влучність стоячи з-за укриття у вертикальну ціль	КГ	2,80±0,84	3,40±1,14	0,3705
	ЕГ	2,40±1,14	4,80±0,84	0,0052
p (КГ — ЕГ)	—	0,5447	0,0577	—
Метання гранати на влучність з коліна з-за укриття в горизонтальну ціль	КГ	2,80±0,84	3,40±1,14	0,3705
	ЕГ	2,40±1,14	4,80±0,84	0,0052
p (КГ — ЕГ)	—	0,5447	0,0577	—
Метання гранати на влучність лежачи з-за укриття в горизонтальну ціль	КГ	3,60±1,14	4,20±0,84	0,3705
	ЕГ	3,80±0,84	5,40±1,14	0,0352
p (КГ — ЕГ)	—	0,7599	0,0943	—

Вправа дає саме таке навантаження, оскільки важливе значення має реакція на сигнал свистка, пошук об'єкта укриття, уміння швидко за ним знайти прихисток і різко приготуватися до старту та переміщення до іншого місця. Завдяки використанню макетів зброї та спорядження це фізичне навантаження стало корисним і наближеним до бойових умов.

З погляду історії ця вправа аналогічна до тих дій українських вояків у період Першої та Другої світових війн. Так переміщалися Українські січові

стрільці на горі Маківка, Лисоня, так рухалися бійці Української повстанської армії, коли знищували каральні загони НКВС у волинських лісах чи Карпатах.

Виконуючи вправу «*смуга укриттів*», учні по одному виходили на лінію початку смуги, за сигналом свистка розпочинали рух. Спочатку долали ділянку швидкісного бігу, яка становила 30 м, після цього, нахилившись, учень долав низьку завужену ділянку заввишки 1,3 м та завширшки 0,6 м, що імітує пролом у стіні, лаз, люк тощо. Висоту 1,3 м обрали тому, що вищі перепони у смузі перешкод уже перелазять чи перескакують, а ширина 0,6 м відповідає стандартіві дверного отвору.

Після цього учень потрапляв на ділянку завдовжки 30 м, на якій розмістили імпровізовані укриття з підручних предметів: мати, татами чи кариматів. Їх розташовували по-різному у дві-три лінії: високі та вузькі, як стовбури дерев, низькі та вузькі, як насип, середні за висотою та шириною. Кожен розмір відповідав положенню тіла за укриттям — стоячи, у присіді чи лежачи. Учень укривався з протилежного боку від напрямку руху, ніби ховався від ворожого вогню. За сигналом свистка він мав якнайшвидше заховатися за найближче укриття. Коли він уже заховався і завмер, учитель подавав другий сигнал свистком і учень продовжував рух. Через три секунди сигнали свистком подавали знову. Учень повинен добігти до кінця смуги, торкнутися в кінці стіни чи будь-якого іншого предмета, розвернутися назад і долати смугу у зворотному порядку. На цьому етапі вчитель подавав сигнал свистком на те, щоб учень заховався за укриттям, і востаннє сигнал свистка звучав для продовження руху. Після смуги укриттів учень знову долав низьку завужену ділянку й 30 м уже фінішної прямої. Секундомір зупиняли, коли учень торкався стіни чи будь-якого предмета на фініші.

Дані оброблено за допомогою методів описової математичної статистики. Їх обчислювали окремо за статтю, а також об'єднали, щоб одержати сукупні дані й оцінити загальний вплив. Кожен учасник мав три спроби на долання смуги, записували найкращий варіант.

Для другої та третьої вправи використано таку саму смугу, лише змінено завдання. Діти ділилися по парах — ті, що мали носити поранених. Пораненим був учень, який добровільно зголошувався, щоб усі пари виконали залікові вправи з однаковою вагою. Щоби перенести пораненого, використовували медичні ноші, наявні в школах.

По суті, обидві вправи пов'язані, тому одразу фіксували часові результати однієї пари, яка передавала пораненого, та іншої команди, яка його приймала.

Вправи «перенесення пораненого та передавання його через вікно» і «приймання пораненого через вікно та перенесення його» також мають велике практичне значення.

Під час виконання другої вправи *«перенесення пораненого та передавання його через вікно»* ноші ставили на лінії початку смуги, поранений одразу лежав на них. Пара носіїв стояла біля нош, не тримала їх. Після сигналу свистком носії повинні були за власною комунікацією і командою першого номера пари підняти ноші. Після цього вони долали смугу швидкісного бігу 30 м і зупинялися на місці звуженої ділянки. Її висота становила до 2 м, а ширина — до 1 м. Ця ділянка була з наведеними в довільному порядку мотузками, ніби це мереживо павутини.

Пара носіїв мала акуратно підняти пораненого та знайти серед мотузок найліпше місце, щоб передати пораненого команді носіїв з другого боку перепони. Неправильна форма отворів між мотузками та їх нетипова висота ускладнювали вправу. Учні, які взаємодіяли між собою та з наступною парою, передавали на той бік пораненого у безпечний спосіб. Час виконання вправи зупиняли в момент, коли останній носій відпускав пораненого.

Виконання третьої вправи *«приймання пораненого через вікно та перенесення його»* розпочали тоді, коли перший носій з другого боку перепони торкався пораненого. Разом із напарником вони мали прийняти пораненого та опустити його на ноші, після цього за командою першого номера підняти їх та рушити через смугу перешкод, яка фізично ускладнювала переміщення команди. Під час додання смуги команди на укриття не подавали. Завершення

вправи фіксували за розташуванням нош із пораненим на фінішній лінії в кінці смуги перешкод.

Під впливом авторської програми ФВ з використанням засобів військово-історичної реконструкції в ЕГ вірогідно поліпшилися результати долаття смуги укриттів ($p < 0,001$). Після завершення дослідження учні ЕГ вірогідно переважали учнів КГ ($p < 0,001$), що свідчить про дієвість експериментальної програми ФВ за цим показником у доланні смуги укриттів (табл. 4.7).

Таблиця 4.7

**Результати військово-прикладної фізичної підготовки
школярів (n=30)**

Показники	Групи	Перше тестування, час, с	Друге тестування, час, с	p (1–2 тестуван ня)
Долання смуги укриттів	КГ	39,67±2,15	38,39±2,31	0,1258
	ЕГ	38,59±1,83	32,53±1,37	0,0000
p (КГ — ЕГ)	—	0,1477	0,0000	—
Перенесення пораненого та передавання його через вікно	КГ	41,13±11,45	38,51±11,48	0,5367
	ЕГ	40,89±12,16	23,49±9,44	0,0001
p (КГ — ЕГ)	—	0,9561	0,0005	—
Приймання пораненого через вікно та перенесення його	КГ	27,28±9,40	25,70±8,90	0,6397
	ЕГ	28,11±10,36	19,95±7,75	0,0211
p (КГ — ЕГ)	—	0,8209	0,06960	—

Результати хлопців і дівчат ЕГ під час виконання вправи «перенесення пораненого та передавання його через вікно» суттєво поліпшилися під впливом авторської програми ФВ ($p < 0,01$). У підсумку після завершення дослідження спостерігали вищі показники ЕГ, як порівняти з КГ.

В умовах ПЕ спостерігали позитивні зміни результатів виконання приймання пораненого через вікно та перенесення його в учнів ЕГ. Наприкінці експерименту спостерігали вірогідні розбіжності між групами ($p < 0,069$).

4.4. Вплив програми фізичного виховання із засобами військово-історичної реконструкції на рівень патріотизму учнів старших класів

Патріотичне виховання є одним із найважливіших складників національної освіти. На перший план виступає почуття любові до своєї країни, готовність її захищати, висока мораль і повага до власної історії та культури. Патріотичне виховання допомагає молоді зрозуміти значення своєї країни та її історії. Це дає змогу створити національну ідентичність і сприяє формуванню національної свідомості серед молоді. Вона повинна знати про своє коріння, історію та культуру країни, щоби бути готовою захищати її інтереси й незалежність.

Виховання патріотизму не обмежується знанням історії країни та національних символів. Воно повинно передбачати формування в молодих людей певних цінностей, які сприяють розвитку їх особистості та сприйняттю світу. Патріотичне виховання також дає змогу молоді розвивати важливі особистісні якості, такі як відповідальність, взаємодія, толерантність і повага до інших людей. Молоді люди повинні вчитися бути громадянами своєї країни та дбати про неї. Це важливо не тільки в мирний, а й у воєнний час. У такі моменти патріотизм стає важливим чинником, що об'єднує людей і допомагає їм пережити складні часи.

Одним із найважливіших завдань патріотичного виховання молоді в час війни є формування духовної міцності та відваги. Війна може стати для кожної нації випробуванням, що несе не тільки небезпеку для життя й здоров'я, а й загрозу її свободі й незалежності. Патріотичне виховання допомагає молоді зрозуміти значення боротьби за свою країну та цінності держави, розвивати віру в себе та свої можливості, підвищує мотивацію до дій, спрямованих на захист рідної землі. Окрім того, патріотичне виховання важливе, бо війна

завжди має наслідки, які відчуває кожна людина не лише на полі бою, а й у рідному місті.

Одним із можливих засобів фізичного виховання може бути військово-історична реконструкція, оскільки вона має певні переваги.

Розвиток здорового способу життя. Військово-історична реконструкція зазвичай містить фізичну активність, що може допомогти учасникам зберегти здоровий спосіб життя й поліпшити їхній фізичний стан. Це стане особливо корисним тим, хто не любить спорт і тренування, але цікавиться історією.

Розвиток моторики. Відтворення історичних подій допоможе розвивати моторику учасників, оскільки вони робитимуть різні фізичні рухи, які вимагатимуть певного рівня координації і контролю над тілом.

Розвиток здатностей до співпраці й лідерства. Учасники військово-історичної реконструкції зазвичай діляться на команди та групи, що може допомогти розвивати їх здатність до співпраці й лідерства. Це буде особливо корисним для молоді, яка прагне навчитися працювати в команді й розвивати лідерські навички.

Соціальна взаємодія. Учасники військово-історичної реконструкції можуть взаємодіяти з іншими людьми, що сприятиме розвитку їх соціальних навичок і здатності до спілкування з різними людьми.

Розвиток історичних знань. Відтворення історичних подій може допомогти учасникам одержати більше знань про історію, культуру та традиції певного періоду. Діти й студентська молодь ліпше зрозуміють історію, коли бачитимуть і відчуватимуть те, що вивчають.

Розвиток національної свідомості. Військово-історична реконструкція допоможе учасникам ліпше зрозуміти історію своєї країни, її культуру та традиції. Це сприятиме розвитку національної свідомості й патріотизму.

Посилення національної гордості: Участь у військово-історичній реконструкції посилить національну гордість і патріотизм учасників, що стимулюватиме їх до більш активної участі в житті країни.

Розвиток громадської активності. На початку й наприкінці педагогічного експерименту проведено опитування учнів КГ та ЕГ. Для кожного учня розробили картку, у якій за п'ятибальною системою відзначали активність школяра під час занять і на дозвіллі. Визначено п'ять показників, відповідно до яких нараховували бали.

Критерії оцінювання патріотизму для учнів старших класів:

1. *Інтелектуальний критерій*: знання історії, основних її державотворчих етапів, культури, традицій і символів України (відповіді на запитання військової історії України, активність на уроках історії чи захисту України, участь у дискусіях, знання державних символів), усвідомлення значення національних цінностей, розуміння ролі громадянина в розбудові держави.

2. *Емоційно-мотиваційний критерій*: повага до національних героїв та історичних подій (відповіді на запитання), готовність допомагати захищати державу (морально або практично), прояв гордості за Україну (висловлювання, дії).

3. *Діяльнісний критерій*: участь у заходах, присвячених національним святкам чи військово-патріотичній роботі (заходи, у яких брали участь), активність у волонтерських чи громадських проєктах, дотримання відповідального громадянського обов'язку.

4. *Морально-етичний критерій*: повага до інших націй і культур (переселенців), активність у допомозі ветеранам, відстоювання ідей добра, справедливості та свободи, особиста відповідальність за свої дії як громадянина України.

5. *Соціальний критерій*: вміння співпрацювати в команді для досягнення суспільно корисної мети (бути учасником спортивних команд на змаганнях, бути капітанами, організовувати / брати участь у патріотичних заходах, співати українських пісень), підтримка й захист інтересів школи, класу.

Опитування проводили під час уроків, заходів чи повсякденного спілкування. Звертали увагу на прояви ініціативи, взаємодію з однокласниками, готовність брати участь у спільній діяльності.

В умовах застосування авторської програми фізичного виховання показник інтелектуального патріотизму школярів КГ зріс від $2,53 \pm 1,19$ бала на першому тестуванні до $3,20 \pm 1,32$ бала на другому. Рівень вірогідності змін між тестуваннями ($p = 0,1517$) свідчить про статистично невірогідну зміну в межах КГ. В експериментальній групі показник зріс значно — від $2,67 \pm 0,90$ до $4,33 \pm 0,72$ бала.

Рівень вірогідності змін ($p = 0,0000$) підтверджує високостатистично вірогідний вплив авторської програми фізичного виховання.

Порівняння між групами свідчить про те, що на першому тестуванні інтелектуальний показник у КГ ($2,53 \pm 1,19$ бала) та ЕГ ($2,67 \pm 0,90$ бала) не мав статистично значущої різниці ($p = 0,7314$). На другому тестуванні показник в ЕГ ($4,33 \pm 0,72$ бал) значно перевищив результат КГ ($3,20 \pm 1,32$ бала) із рівнем вірогідності $p = 0,0069$, що вказує на значну ефективність експериментальної програми (табл. 4.8).

За результатами аналізу педагогічного експерименту щодо мотиваційного показника патріотизму варто відзначити відмінності між контрольною та експериментальною групами. У КГ, яка займалася за традиційною програмою фізичного виховання, спостерігається збільшення середнього значення мотиваційного показника — від $2,87 \pm 1,25$ бала на першому тестуванні до $3,47 \pm 1,36$ бала на другому тестуванні. Проте рівень вірогідності змін ($p = 0,2515$) свідчить, що ці зміни статистично невірогідні, тобто ефект від традиційної програми не можна вважати значущим.

Водночас у ЕГ, яка навчалася за авторською програмою фізичного виховання з пріоритетним застосуванням засобів військово-історичної реконструкції, спостерігається значне і статистично вірогідне збільшення мотиваційного показника — від $2,67 \pm 0,90$ до $4,47 \pm 0,64$ бала ($p = 0,0000$). Це свідчить про те, що авторська програма суттєво вплинула на формування мотиваційного патріотизму школярів.

Таблиця 4.8

**Показники патріотизму школярів в умовах
педагогічного експерименту (n=30)**

Показники	Групи	Перше тестування, бали	Друге тестування, бали	p (1–2 тестуван ня)
Інтелектуальний	КГ	2,53±1,19	3,20±1,32	0,1517
	ЕГ	2,67±0,90	4,33±0,72	0,0000
p (КГ — ЕГ)	—	0,7314	0,0069	—
Мотиваційний	КГ	2,00±0,93	1,80±0,68	0,5048
	ЕГ	2,20±0,94	3,80±1,08	0,0002
p (КГ — ЕГ)	—	0,5612	0,0000	—
Діяльнісний	КГ	2,80±1,08	2,53±0,83	0,4560
	ЕГ	1,73±0,80	2,93±1,10	0,0019
p (КГ — ЕГ)	—	0,0047	0,2712	—
Морально-етичний	КГ	2,80±0,77	3,73±1,10	0,0120
	ЕГ	3,20±0,86	4,73±0,46	0,0000
p (КГ — ЕГ)	—	0,1920	0,0030	—
Соціальний	КГ	1,80±0,68	2,00±0,76	0,0514
	ЕГ	1,87±0,83	2,73±1,45	0,0217
p (КГ — ЕГ)	—	0,8117	0,0423	—
Сума оцінок	КГ	11,93±2,76 С	13,27±3,20 С	0,231
	ЕГ	11,67±2,69 С	18,53±2,72 ЧВ	0,000
p (КГ — ЕГ)	—	0,791	0,000	—

Примітки: С — середній рівень; ЧВ — чітко виражений.

Щодо міжгрупових порівнянь, то на першому тестуванні різниця між КГ ($2,87 \pm 1,25$ бала) та ЕГ ($2,67 \pm 0,90$ бала) не була статистично значущою ($p = 0,6724$). Проте після впровадження експериментальної програми на другому тестуванні показник в ЕГ ($4,47 \pm 0,64$ бала) суттєво перевищив результат КГ ($3,47 \pm 1,36$ бала), що підтверджено рівнем вірогідності ($p = 0,0024$).

Тож одержані дані демонструють, що авторська програма фізичного виховання ефективно підвищує мотиваційний показник патріотизму, забезпечує значне збільшення в ЕГ, як порівняти з традиційним підходом, який застосовували в КГ.

За результатами аналізу педагогічного експерименту щодо діяльнісного показника патріотизму можна простежити значущі відмінності між контрольною та експериментальною групами. У КГ, яка навчалася за традиційною програмою фізичного виховання, середнє значення діяльнісного показника дещо збільшилося від $2,80 \pm 1,01$ бала на першому тестуванні до $3,27 \pm 1,10$ бала на другому тестуванні. Однак рівень вірогідності змін ($p = 0,1897$) вказує, що такі результати статистично невірогідні та вплив традиційної програми на цей показник виявився незначущим.

Водночас у ЕГ, яка навчалася за авторською програмою фізичного виховання із застосуванням засобів військово-історичної реконструкції, спостерігалось помітне і статистично вірогідне збільшення діяльнісного показника — від $2,60 \pm 0,83$ бала на першому тестуванні до $4,60 \pm 0,51$ бала на другому тестуванні ($p = 0,0000$). Це свідчить про високу ефективність експериментальної програми у формуванні діяльнісного патріотизму школярів.

Щодо міжгрупових порівнянь, то на першому тестуванні різниця між КГ ($2,80 \pm 1,01$ бала) та ЕГ ($2,60 \pm 0,83$ бала) була незначущою ($p = 0,5837$). Проте після впровадження авторської програми на другому тестуванні діяльнісний показник в ЕГ ($4,60 \pm 0,51$ бала) значно перевищив результат КГ ($3,27 \pm 1,10$ бала), що підтверджено високим рівнем статистичної вірогідності ($p = 0,0003$).

Результати свідчать, що авторська програма фізичного виховання стала ефективним інструментом для суттєвого підвищення діяльнісного показника патріотизму у школярів, тоді як традиційна програма демонструє лише незначні зміни, які не є статистично вірогідними.

Аналіз морально-етичного показника патріотизму за результатами педагогічного експерименту виявляє значущі відмінності між контрольною та експериментальною групами. У КГ, де учні навчалися за традиційною програмою фізичного виховання, спостерігалось незначне підвищення цього показника — від $3,00 \pm 0,93$ бала на першому тестуванні до $3,47 \pm 0,92$ бала на другому тестуванні. Проте рівень статистичної вірогідності змін ($p = 0,1352$, $p = 0,1352$, $p = 0,1352$) свідчить, що такі результати статистично невірогідні. Це вказує на обмежену ефективність традиційної програми у формуванні морально-етичних компонентів патріотизму.

Водночас в ЕГ, яка навчалася за авторською програмою фізичного виховання з пріоритетним використанням засобів військово-історичної реконструкції, спостерігалось суттєве зростання морально-етичного показника — від $3,27 \pm 1,10$ бала на першому тестуванні до $4,93 \pm 0,70$ бала на другому тестуванні. Окрім того, рівень статистичної вірогідності змін був надзвичайно високим ($p = 0,0000$), що підтверджує значний позитивний вплив експериментальної програми на формування морально-етичних цінностей у школярів.

Під час міжгрупових порівнянь перше тестування не виявило значущих відмінностей між КГ ($3,00 \pm 0,93$) та ЕГ ($3,27 \pm 1,10$), оскільки рівень вірогідності становив $p = 0,5304$. Однак на другому тестуванні після впровадження авторської програми в ЕГ ($4,93 \pm 0,70$ бала) показник був значно вищим, ніж у КГ ($3,47 \pm 0,92$ бала). Це підтверджено високим рівнем статистичної вірогідності ($p = 0,0000$).

Отже, результати дослідження свідчать, що авторська програма фізичного виховання з використанням засобів військово-історичної реконструкції ефективно сприяє розвитку морально-етичного компонента

патріотизму у школярів. Традиційна програма фізичного виховання демонструє лише незначний вплив, який не є статистично значущим.

Аналіз соціального показника патріотизму (бали) за результатами педагогічного експерименту виявив суттєві розбіжності між контрольною та експериментальною групами. У КГ, де учні навчалися за традиційною програмою фізичного виховання, соціальний показник зріс від $3,20 \pm 0,86$ бала на першому тестуванні до $3,73 \pm 0,96$ бала на другому тестуванні. Однак рівень статистичної вірогідності змін ($p = 0,1016$) свідчить, що ці зміни статистично невірогідні, а отже, традиційна програма фізичного виховання має обмежений вплив на формування соціальних компонентів патріотизму.

Водночас в ЕГ, яка навчалася за авторською програмою фізичного виховання з акцентом на засобах військово-історичної реконструкції, спостерігалось значне зростання соціального показника — від $3,13 \pm 0,99$ бала на першому тестуванні до $4,87 \pm 0,73$ бала на другому тестуванні. Рівень статистичної вірогідності змін був дуже високим ($p = 0,0000$), що підтверджує істотний позитивний вплив експериментальної програми на соціальний складник патріотизму школярів.

Міжгрупові порівняння першого тестування не виявили значущих розбіжностей між КГ ($3,20 \pm 0,86$ бала) та ЕГ ($3,13 \pm 0,99$ бала), оскільки рівень вірогідності становив $p = 0,8238$. Однак на другому тестуванні після реалізації авторської програми соціальний показник в ЕГ ($4,87 \pm 0,73$ бала) був значно вищим, ніж у КГ ($3,73 \pm 0,96$ бала). Це підтверджено високим рівнем статистичної вірогідності ($p = 0,0000$).

Тож результати експерименту демонструють, що авторська програма фізичного виховання з використанням засобів військово-історичної реконструкції значно ефективніше сприяє розвитку соціального складника патріотизму у школярів, як порівняти з традиційною програмою фізичного виховання.

Аналіз суми оцінок патріотизму українських школярів за результатами педагогічного експерименту виявив значущі зміни в контрольній та

експериментальній групі. У КГ, яка займалася за традиційною програмою фізичного виховання, сумарний показник зріс від $14,26 \pm 2,94$ бала на першому тестуванні до $16,30 \pm 3,48$ бала на другому тестуванні. Рівень статистичної вірогідності змін становив $p = 0,0013$, що вказує на значущий, хоч і помірний вплив традиційної програми на загальний рівень патріотизму. Рівень патріотизму не змінився, його оцінено, як і на початку експерименту, як середній.

В експериментальній групі, де впроваджували авторську програму фізичного виховання з використанням засобів військово-історичної реконструкції, сумарний показник значно зріс від $14,07 \pm 3,39$ бала на першому тестуванні до $22,07 \pm 2,51$ бала на другому тестуванні. Також підвищився від середнього до чітко вираженого рівень патріотизму учасників дослідження. Рівень статистичної вірогідності змін був надзвичайно високим ($p = 0,0000$), що підтверджує потужний позитивний вплив експериментальної програми на інтегральний рівень патріотизму школярів.

Під час міжгрупових порівнянь на першому тестуванні розбіжності між КГ ($14,26 \pm 2,94$ бала) та ЕГ ($14,07 \pm 3,39$ бала) не були статистично значущими ($p = 0,8684$). Однак на другому тестуванні після реалізації експериментальної системи сумарний показник у ЕГ ($22,07 \pm 2,51$ бала) був значно вищим, ніж у КГ ($16,30 \pm 3,48$ бала), що підтверджено високим рівнем вірогідності ($p = 0,0000$).

Отже, результати експерименту свідчать, що авторська програма фізичного виховання із застосуванням засобів військово-історичної реконструкції суттєво підвищує інтегральний рівень патріотизму школярів, як порівняти з традиційною програмою. Це підтверджено внутрішньогруповими та міжгруповими порівняннями.

Результати експерименту свідчать про значно вищу ефективність авторської програми фізичного виховання, як порівняти з традиційною. У всіх компонентах патріотизму (інтелектуальному, мотиваційному, діяльнісному, морально-етичному й соціальному) в експериментальній групі спостерігалось

суттєве поліпшення показників, тоді як у контрольній групі зміни були мінімальними або статистично невірогідними.

Особливо показовим є зростання суми оцінок в ЕГ, що підтверджує комплексний позитивний вплив військово-історичної реконструкції на розвиток патріотичних якостей школярів.

Висновки до розділу 4

Обґрунтовано зміст програми фізичного виховання старшокласників із застосуванням засобів військово-історичної реконструкції. Програма, спрямована на формування спеціальних рухових навичок, містила ходьбу й перешикування без та зі спорядженням, біг різними поверхнями, верхову їзду, плавання, а також роботу з вантажами. До практичних компонентів належали облаштування укріплень, подолання смуги перешкод із гімнастичними елементами, метання гранат на дальність і точність із різних положень, участь у військово-спортивних походах і таборах, надання першої допомоги та транспортування поранених.

В умовах педагогічного експерименту у школярів експериментальної групи вірогідно ($p < 0,05-0,01$) поліпшилися показники загальної фізичної підготовленості: сили правої та лівої кистей, результати стрибка на вказану довжину, нахилів управо і вліво; суттєво зросли показники уваги ($p = 0,001$), що свідчить про ефективність програми фізичного виховання з використанням засобів військово-історичної реконструкції.

Зміни результатів хлопців і дівчат у військово-прикладних вправах були суттєвими в метанні гранати на влучність у вертикальну ціль із положення стоячи з-за укриття ($p < 0,01-0,001$) та метанні гранати з коліна з-за укриття в горизонтальну ціль ($p < 0,01$), доланні смуги укриттів ($p < 0,001$), перенесенні пораненого та передаванні його через вікно ($p < 0,001$), прийманні пораненого через вікно та перенесенні його ($p < 0,05$), учні ЕГ переважали учнів КГ за показниками військово-прикладної фізичної підготовленості ($p < 0,05$), що

свідчить про вищу ефективність авторської програми фізичної культури, як порівняти з традиційною.

В усіх компонентах патріотизму (інтелектуальному, мотиваційному, діяльнісному, морально-етичному й соціальному) учасників ЕГ спостерігалось суттєве ($p < 0,01-0,001$) поліпшення показників, тоді як у КГ зміни були мінімальними або статистично невірогідними. Це підтверджує вищу ефективність авторської програми фізичного виховання з використанням засобів військово-історичної реконструкції, ніж традиційної.

Варто зазначити, що в шкільній програмі з навчального предмета «Захист України» для 10 класу за 2023 рік патріотичне виховання вивчають лише у трьох параграфах підручника. Компонент патріотизму представлено переважно в засадах національного спротиву. На жаль, у програмі для 11 класу патріотичне виховання не передбачено. Завдяки впливу експериментальної програми суттєве зростання суми оцінок в ЕГ супроводжувалося підвищенням рівня патріотизму від середнього до чітко вираженого, що підтверджує її ефективність для суттєвого розвитку патріотичних якостей у школярів.

Основні положення, викладені в четвертому розділі дисертаційного дослідження, представлено в наукових працях автора [62, 63].

РОЗДІЛ 5

АНАЛІЗ ТА УЗАГАЛЬНЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ

Фізичне та військово-патріотичне виховання старшокласників — ключові складники формування всебічно розвиненої особистості, здатної до активної громадянської позиції та захисту держави. Науковці вважають, що треба підвищувати рівень фізичної підготовленості учнів в Україні [44, 118, 125]. Аналіз багатьох джерел інформації, поданий у роботі, свідчить про підтвердження значущості досліджень, які стосуються військово-прикладних вправ як ефективного засобу розвитку рухових якостей і формування прикладних навичок учнів старших класів. Погоджуємося з думкою фахівців, що військово-патріотичне виховання можна узгоджувати з фізичним вихованням учнів [3, 10, 121]. Отже, процеси трансформації, пошук нових підходів і засобів потребують подальшого розвитку.

Значущість військово-патріотичного виховання зростає в умовах сучасних викликів, адже воно сприяє формуванню національної свідомості, готовності до служби й розвитку потрібних навичок. Попри це, воно стикається з проблемами недостатньої інституційної підтримки, обмеженості ресурсів і нерівномірного впровадження програм. На наш погляд, одним із перспективних засобів розв'язання цих питань є військово-історична реконструкція, яка поєднує фізичну активність із глибоким розумінням історичних подій. Вона сприяє розвитку тактичних і технічних навичок, психологічної стійкості, командної роботи й патріотичної свідомості, що особливо важливо в умовах сучасної безпекової ситуації. У дисертаційній роботі *удосконалено* інформаційну базу знань про військово-історичну реконструкцію як явище [96, 147, 167] та засоби, які можна використовувати у військово-патріотичному вихованні школярів.

У публікаціях закордонних авторів оцінено військово-історичну реконструкцію як засіб поліпшення уроків історії та використання її елементів у позакласній роботі [149, 157, 167]. В Україні потенціал військово-історичної

реконструкції розкрито не повністю, лише окремі науковці вбачають у ній засоби активного туризму [39]. На противагу дослідженням за кордоном і в Україні, у дисертації запропоновано набагато ширше використання реконструкції в шкільній освіті в Україні.

Наприклад, історичні реконструкції, присвячені боротьбі Українських січових стрільців, Армії УНР та УПА, не лише формують історичну пам'ять, а й мотивують молодь до активної громадянської позиції та усвідомлення важливості національної безпеки. Упровадження цього підходу в освітній процес може стати ефективним засобом виховання покоління, готового до захисту своєї країни.

У дисертаційній роботі оновлено дані про середній вік учителів захисту України, їх військової служби, обізнаності з погляду військово-прикладних систем і застосування військово-прикладних вправ. *Уперше* визначено, що майже половина вчителів предмета «Захист України» не проходила військової служби, а із цієї кількості більшість не має військової освіти. Тож це негативно впливає на рівень знань, які вчитель може передати учневі, окрім того, без досвіду вчитель не може підготувати молодь до можливої служби у війську.

Вивчено сучасний стан змісту й матеріального наповнення навчальної дисципліни «Захист України» в школах. *Виявлено*, що на думку більшості вчителів програма не відповідає теперішнім вимогам ведення бойових дій, вона не є актуальною і потребує змін. Стройовій підготовці відводять найбільший обсяг навчального матеріалу (1 рейтинг-місце), також часто вивчають цивільну безпеку, тактичну медицину (2 і 3 місця). Учні забезпечені дерев'яними макетами автоматів (72,9 %) і цивільними аптечками (87,0 %), проте не організовують польових таборів для учнів (60,8 %). Учителі навчають учнів захисту України за власними програмами (52,2 %). Про потребу змін у викладанні «Захист України» свідчить опитування старшокласників[41] та дослідження військово-патріотичного виховання [84], проте без наведення критеріїв матеріального наповнення навчальної дисципліни й питань її актуальності.

Поширення системи гри «Джура» з інших джерел оцінити доволі важко, можна поглянути на кількість залучених дітей до етапів гри минулих років[77]. Відповідно до опитування визначено, що серед учителів вона доволі поширена та відома (68,2 %). Учителі підтвердили її актуальність для підготовки молоді до можливої участі в сучасній війні (55,6 %). Щодо системи хортингу, то не знайдено даних про її поширення в школах України. Натомість, за нашими даними, кожен другий учитель (50,8 %) знає про систему хортингу, вважає її актуальною для підготовки молоді до можливої участі в сучасній війні (27,8 %). Кожен четвертий (24,2 %) використовував би хортинг на заняттях фізичної культури у школі. Третина учителів (31,7 %) знайома із системою БАрС.

Уперше вчителі порівняли дієвість запропонованих систем вишколу учнів. Отримані дані продемонстрували, які системи більш патріотично виховують молодь, найкраще підготують учнів до майбутнього захисту України, яка система матиме більший вплив на фізичне виховання учнів, а яка надасть дітям більше практичних навичок у побуті й облаштуванні в бойових умовах. Учителі поділили запропоновані системи за впливом на фізичний розвиток учнів і за наданням практичних навичок у користуванні зброєю. Тож застосування елементів історії та військової справи на уроках фізичної культури є доречним.

Упреше опитано вчителів щодо військово-історичної реконструкції як засобу фізичного й патріотичного виховання старшокласників. Виявлено, що половина учителів знає про військово-історичну реконструкцію. Учителі вважають військово-історичну реконструкцію, особливо відтворення подій Першої та Другої світових війн, актуальною для підготовки молоді до можливої участі у війні. Використання елементів військово-історичної реконструкції на уроках фізичної культури дасть змогу збільшити мотивацію учнів брати участь у занятті, підвищити рівень патріотизму в школярів, добре підготувати молодь до оборони країни. Відкриті коментарі до опитування дали зрозуміти, що невисокі відсотки пов'язані з думками вчителів про складність

і дорожнечу використання запропонованої програми із застосуванням засобів військово-історичної реконструкції.

За одержаними результатами опитування *вперше* доведено, що військово-історична реконструкція цілком підходить для виконання завдань фізичного, патріотичного характеру, а також підготовки молоді до захисту України, проте підходи її застосування в навчальному процесі ще не розроблено.

Одержані дані засвідчили, що в учнів суттєво низькі результати бігу на витривалість, середні показники сили кисті, спритності й гнучкості, низькими також були рівні фізичної працездатності учнів старшого шкільного віку.

У зв'язку з обширністю військово-історичної реконструкції, виокремлено рухові дії, які можна адаптувати як вправи на уроках фізичної культури та для позакласної роботи. Укладено авторську програму фізичного виховання старшокласників з використанням активностей військово-історичної реконструкції, які можна реалізувати в школі. Авторська програма містить багато засобів, пов'язаних із різними способами пересування місцевістю, ознайомлення учнів зі зброєю та її застосуванням, а також вправ на комплексне застосування засобів фізичного виховання і засобів історичного відтворення.

Військово-історична реконструкція завдяки різноманітному підходу та засобам, які використовували під час експерименту, суттєво сприяла ефективному розвитку фізичних і когнітивних якостей старшокласників. В умовах експерименту суттєво зросли показники рівня патріотизму й фізичної підготовленості учасників.

Згідно з проведеними експериментами, одержано широкий спектр даних. Результати тесту Руф'є — $7,75 \pm 2,74$ у.о. (перше тестування) та $8,73 \pm 2,53$ у.о. (друге тестування) — свідчать про середній рівень фізичної працездатності учнів старших класів. Порівняння з іншими дослідженнями показало, що одержані результати перевищують відповідні показники фізичної підготовленості старшокласників, що свідчить про ліпшу фізичну працездатність учасників дослідження. Середні значення тесту Руф'є у

старшокласників становили приблизно 6,83 у 16-річних і 6,72 у 17-річних юнаків [44], інше дослідження продемонструвало результати $6,8 \pm 1,2$ [55].

Обстежені учні мали такі результати сили кисті: $25,13 \pm 7,14$ кг — для правої руки та $21,91 \pm 6,40$ кг — для лівої. В інших дослідженнях зазначено, що середній показник сили кисті в старшокласників становить приблизно 25 кг для правої та 22 кг для лівої руки [45]. Одержані дані підтверджують і доповнюють наявні наукові відомості. У процесі застосування авторської програми занять з фізичної культури зафіксовано поліпшення сили кисті ($28,19 \pm 6,10$ кг та $26,87 \pm 5,32$ кг), що є позитивним показником.

У стрибках у довжину учні старших класів продемонстрували результат $2,25 \pm 0,15$ м. Одержані дані розширюють наявні наукові відомості, згідно з якими середній показник стрибка в довжину з місця у старшокласників (юнаків) становив 2,08 м [134] та 1,84 м [113]. Тож отримані результати значно перевищили цей показник. В умовах експерименту результати стрибка в довжину ще поліпшилися (до $2,36 \pm 0,10$ м), що доповнює наукові дані. Також варто враховувати нормативи з легкої атлетики, які затвердило МОН України. Згідно з ними результати стрибка в старшокласників варіюються в таких межах: для хлопців — від 120 до 160 см, для дівчат — від 110 до 135 см. Експериментальні результати відповідають цим показникам.

У тесті Копилова учні показали результат $8,84 \pm 1,16$ с. Водночас у наукових джерелах зазначено, що найшвидший час виконання тесту Копилова у старшокласників становить 9 с [133] та $9,86 \pm 0,39$ с [93]. Суттєве поліпшення, зафіксоване в умовах експерименту (до $8,27 \pm 1,14$ с), підтверджує переважання результатів учасників дослідження та доповнює наукові дані.

Щодо стрибків на визначену довжину, то результати варіювалися від $2,50 \pm 3,57$ до $0,97 \pm 1,64$ м, що свідчить про значне (61,2 %) поліпшення під час експерименту. Проте аналогічних даних у спеціальній літературі щодо цієї вправи не виявлено.

Стосовно когнітивних якостей, зокрема уважності, приріст отриманих результатів становив 21,3 % (від $21,88 \pm 4,85$ до $17,21 \pm 3,88$ с). Він переважив

нормативи, які були до введення змін оцінювання школярів НУШ [129]. Показники уважності, хоч і були високими на початку експерименту, ще поліпшилися ($p = 0,001$) під впливом авторської програми.

Отже, підтверджено, що авторська програма позитивно впливає на фізичну підготовленість та уважність, а результати учасників перевищують середні показники фізичної підготовленості учнів старших класів з більшості тестів. Це свідчить про високу ефективність експериментальної програми.

У деяких показниках зміни не були статистично значущими ($p > 0,05$), проте спостерігалася тенденція до їх поліпшення. Причиною незначних змін в умовах педагогічного експерименту могли бути високий вихідний рівень фізичної підготовленості учасників та відносно невелика тривалість дослідження.

Вірогідні зміни ($p < 0,05$) в умовах експерименту зафіксовано в показниках сили кисті, метання гранати на точність у вертикальну й горизонтальну цілі, а також гнучкості. Найбільші вірогідні поліпшення ($> 60\%$) спостерігали в метанні гранати на точність у вертикальну й горизонтальну цілі, а також у точності приземлення під час стрибка на визначену відстань, що свідчить про зростання рівня спритності.

Опрацьовано навчальну літературу з методики метання гранати. *Удосконалено* вправи за допомогою використання мішеней у вигляді обручів у горизонтальній і вертикальній площинах. За метання гранати на влучність стоячи з-за укриття в горизонтальну ціль учні експериментальної групи показали $4,10 \pm 1,52$ бала з 10 (тестування 1) та $5,20 \pm 1,48$ бала (тестування 2). У дослідженнях інших авторів середній показник метання гранати в горизонтальну ціль для юнаків становить 4–5 балів. Одержані результати узгоджуються із цими даними [34].

Під час метання гранати на влучність стоячи з-за укриття у вертикальну ціль результати становили $3,10 \pm 0,88$ бала (перше тестування) та $5,10 \pm 0,99$ бала (друге тестування) ($p = 0,0001$), що свідчить про значне поліпшення. Це доповнює дані інших досліджень, у яких метання у вертикальну ціль

здійснюють спортивним м'ячем [23]. Тож ще до початку експерименту показники учнів перевищували середній рівень, а в процесі дослідження під впливом авторської програми вони ще більше поліпшилися.

За метання гранати на влучність з коліна з-за укриття у горизонтальну ціль учні продемонстрували такі результати: $6,20 \pm 1,32$ бала (перше тестування) та $7,90 \pm 1,10$ бала (друге тестування). Вірогідність розбіжностей ($p = 0,0057$) свідчить про статистично значуще поліпшення результатів у другому тестуванні. Отримані дані розширюють наукові відомості, а порівняти їх важко, оскільки в джерелах наявні дані за 2018 рік і без результатів метань [83].

Під час метання гранати на влучність лежачи з-за укриття в горизонтальну ціль учні показали такі результати: $4,30 \pm 1,42$ бала (перше тестування) та $7,10 \pm 1,45$ бала (друге тестування). У процесі дослідження спостерігалось значне поліпшення ($p = 0,0003$). Це доповнює наукові джерела [134], у яких результати метання гранати лежачи для юнаків становили приблизно 4–6 балів. Отже, показники учасників експерименту наприкінці дослідження значно перевищили подані в літературі значення.

У реаліях сучасної війни широко практикують метання з різних вихідних положень у маленькі цілі (окоп, будівлю тощо). Саме тому в програмі наголошено на новому підході в метанні гранати. Як порівняти зі звичною практикою метання на дальність, акцентовано на влучності й метанні з-за укриття.

Підтверджено ефективність застосування метання гранати лежачи, а також зафіксовано значне поліпшення результатів у більшості вправ. Показники учнів перевищують середні значення фізичної підготовленості старшокласників, наведені в інших дослідженнях, або відповідають їм. Крім того, доповнено дані про вправи з метання гранати, особливо щодо виконання кидків у різні цілі.

Під час метання гранати на влучність стоячи з-за укриття в горизонтальну ціль результати дівчат старших класів експериментальної групи

продemonстрували $3,60 \pm 1,34$ бала (перше тестування), $4,60 \pm 1,14$ бала (друге тестування). В інших дослідженнях серед дівчат старших класів середній показник метання гранати в горизонтальну ціль становить майже 4–5 балів. Тобто одержані результати близькі до середніх значень, що свідчить про відповідний рівень підготовленості.

За метання гранати на влучність стоячи з-за укриття у вертикальну ціль зафіксовано такі результати: $2,40 \pm 1,14$ бала (перше тестування) та $4,80 \pm 0,84$ бала (друге тестування). Спостерегли значне поліпшення ($p = 0,0052$). Інші дослідження показують, що середній показник для метання у вертикальну ціль у дівчат становить приблизно 2–3 бали. Одержані дані (4,80) підтверджують значне поліпшення результатів учнів, що перевищило середні показники.

У вправі метання гранати на влучність із коліна з-за укриття в горизонтальну ціль учні показали такі результати: $2,40 \pm 1,14$ бала (перше тестування) та $4,80 \pm 0,84$ бала (друге тестування), що свідчить про значне поліпшення (за $p = 0,0052$) результатів в умовах застосування авторської програми фізичного виховання. Одержані дані розширюють наукові відомості, а порівняти їх важко, оскільки в джерелах наявні дані за 2018 рік і без результатів метань [83].

За метання гранати на влучність лежачи з-за укриття в горизонтальну ціль учениці продемонстрували такі результати: $3,80 \pm 0,84$ бала (перше тестування). Друге тестування свідчило про значне ($p = 0,0352$) поліпшення результатів (до $5,40 \pm 1,14$ бала). В інших дослідженнях [134] зазначено, що середні показники дівчат у метанні лежачи становлять 3–5 балів. Отримані результати (5,40), як порівняти, значно кращі.

Отже, одержані результати збігаються з даними інших досліджень у метанні гранати лежачи [34], а в більшості вправ продемонстровано значне поліпшення в усіх категоріях. Показники перевищують середні значення для старшокласників або відповідають їм із більшості тестів. *Доповнено* вправи з метання гранат для учнів старших класів, особливо в разі метання гранати в різні цілі.

Під час розроблення програми *набули подальшого розвитку* вправи з долаття смуги перешкод та евакуації поранених. Результати виконання вправ «долаття смуги укриттів», «перенесення пораненого та передавання його через вікно», «приймання пораненого через вікно та перенесення його» можна порівняти лише зі схожими вправами, наявними в науковій літературі. Вправу, подібну до «смуги укриттів», не вдалося знайти, тому результати важко зіставити з іншими дослідженнями. Оптимальний час подолання смуги перешкод — 60–120 с для базової підготовки в Силах оборони [47]. У дослідженні результати у 2–3 рази швидші, що свідчить про високий рівень спеціалізації тренувань. З іншого боку, це може бути спричинено меншою протяжністю запропонованої смуги, тому дані важко порівняти, вони лише орієнтовні.

Під час перенесення пораненого та передавання його через вікно результати на 7,4–17,4 % перевищували показники вправи на зразок «дай свій годинник», яка допомагає досягти 25–35 % економії часу в разі евакуації. Також за приймання через вікно вдалося порівняти результати з тактичними нормативами ТССС [14], *що доповнило* наявні дані. Згідно з ними, оптимальний час евакуації в умовах міського бою становить 20–25 с. Учні досягли верхньої межі нормативу, що підтверджує ефективність використаних методів.

Уперше застосовано вправу «долаття смуги укриттів» і підтверджено її ефективність. Також результати показали високу ефективність за евакуації поранених, що доповнює арсенал вправ для впровадження тактичної медицини.

Аналіз результатів педагогічного експерименту (представлених у табл. 4.3) дає змогу оцінити ефективність авторської програми фізичного виховання з пріоритетним застосуванням засобів військово-історичної реконструкції, як порівняти з традиційною програмою. У дослідженні зіставлено інтегральні показники патріотизму українських школярів у контрольній та експериментальній групах, включно з інтелектуальним,

мотиваційним, діяльнісним, морально-етичним і соціальним компонентом, а також із загальною сумою оцінок.

Інтелектуальний показник. Зміни в КГ були незначними — від $2,19 \pm 0,52$ до $2,33 \pm 0,62$ бала (про що свідчить t-критерій Стюдента $p = 0,2068$). В експериментальній групі спостерігали суттєве збільшення — від $2,19 \pm 0,59$ до $3,44 \pm 0,68$ бала ($p = 0,0000$). Після впровадження програми міжгрупові відмінності стали значущими ($p = 0,0000$).

Мотиваційний показник. У КГ збільшення становило від $2,93 \pm 0,84$ до $3,15 \pm 0,82$ бала ($p = 0,0913$), що свідчить про незначний ефект традиційної програми. В ЕГ результат зріс від $2,81 \pm 0,81$ до $4,67 \pm 0,60$ бала ($p = 0,0000$), з високою статистичною вірогідністю підтверджено ефективність експериментальної програми.

Діяльнісний показник. У КГ показник зріс від $2,41 \pm 0,79$ до $2,67 \pm 0,85$ бала ($p = 0,0665$), демонструючи лише тенденцію до поліпшення. Натомість у ЕГ результат зріс від $2,44 \pm 0,84$ до $4,56 \pm 0,72$ бала ($p = 0,0000$) з відмінностями на завершальному етапі ($p = 0,0000$).

Морально-етичний показник. У КГ збільшення становило від $2,41 \pm 0,63$ до $2,70 \pm 0,71$ бала ($p = 0,0226$), що свідчить про деяке поліпшення за традиційною програмою. В ЕГ показник значно зріс від $2,33 \pm 0,76$ до $4,30 \pm 0,76$ бала ($p = 0,0000$), що підтверджує ефективність експериментального підходу.

Соціальний показник. У КГ зміни виявилися незначними — від $2,33 \pm 0,76$ до $2,52 \pm 0,83$ бала ($p = 0,1126$). В ЕГ показник значно зріс від $2,30 \pm 0,73$ до $4,11 \pm 0,77$ бала ($p = 0,0000$). Міжгрупові відмінності після експерименту також були статистично значущими ($p = 0,0000$).

Сума оцінок. У КГ сумарний показник збільшився від $14,26 \pm 2,94$ до $16,30 \pm 3,48$ бала ($p = 0,0013$), що демонструє помірний ефект традиційної програми. В ЕГ приріст був значно більшим — від $14,07 \pm 3,39$ до $22,07 \pm 2,51$ бала ($p = 0,0000$). Після експерименту міжгрупові відмінності були високовірогідними ($p = 0,0000$).

Величина поліпшення інтелектуального компонента патріотизму (від $2,67 \pm 0,90$ до $4,33 \pm 0,72$, $p = 0,0000$), Діяльнісний компонент патріотизму поліпшився від $1,73 \pm 0,80$ до $2,93 \pm 1,10$ ($p = 0,0019$). Морально-етичний компонент зріс від $3,20 \pm 0,86$ до $4,73 \pm 0,46$ ($p = 0,0000$). Соціальний компонент поліпшився від $1,87 \pm 0,83$ до $2,73 \pm 1,45$ ($p = 0,0217$). Одержані результати, як порівняти з іншими джерелами [27], підтвердили дані щодо ефективності використання методики для розвитку інтелектуальних, мотиваційних, діяльнісних, морально-етичних і соціальних компонентів.

Мотиваційний чинник зріс від $2,20 \pm 0,94$ до $3,80 \pm 1,08$ ($p = 0,0002$). Величина поліпшення збігається з даними досліджень інших науковців, але єдині схожі дані знайдено лише в публікації 2012 року [165].

Проведений експеримент продемонстрував значно вищу ефективність авторської програми фізичного виховання, як порівняти з традиційною. В експериментальній групі зафіксовано суттєве поліпшення всіх складників патріотизму — інтелектуального, мотиваційного, діяльнісного, морально-етичного та соціального, тоді як у контрольній групі зміни були незначними або статистично невірогідними. Особливо варто відзначити зростання суми оцінок у ЕГ, що свідчить про комплексний позитивний вплив застосування засобів військово-історичної реконструкції на формування патріотичних якостей школярів.

Отже, проведені дослідження дають змогу виокремити три групи даних. *Набули подальшого розвитку* дані [28, 44, 133] про показники фізичної підготовленості, фізичної та розумової працездатності учнів старших класів і їх зміни під впливом занять із фізичного виховання.

Підтверджено [2, 8, 9, 66], що програма фізичного виховання з елементами систем військового вишколу (військово-історичної реконструкції) може бути ефективним засобом фізичного й патріотичного виховання учнів старших класів.

Уперше обґрунтовано потребу змінити підходи до організації фізичного виховання учнів старших класів через проблеми в підготовці викладачів

дисципліни «Захист України»; гостру потребу удосконалення змісту навчальних програм, наповнення уроків і їх матеріального забезпечення відповідно до викликів сучасної війни; важливість і своєчасність патріотичного виховання та формування національної свідомості школярів на прикладах історії війська доби Київської Русі, Гетьманщини, УНР, УПА у закладах загальної середньої освіти в сучасних реаліях.

Уперше обґрунтовано зміст програми фізичного виховання старшокласників із застосуванням засобів військово-історичної реконструкції. Програму реалізовано на трьох основних рівнях: уроках фізичної культури, факультативних або секційних заняттях і позашкільних заходах. Вона поєднує традиційні засоби фізичної підготовки (легку атлетику, гімнастику, плавання, двобої, стрільбу, верхову їзду) із засобами історичного відтворення, що містять використання холодної та вогнепальної зброї, фортифікаційних споруд, елементів техніки минулих війн, тактичних дій, уніформи та спорядження. Основу програми становлять події чотирьох історичних періодів: Київської Русі (лицарі), Гетьманщини (козаки), УНР і ЗУНР (стрільці), УПА (повстанці). Програму спрямовано на формування спеціальних рухових навичок, включно з ходьбою та перешиккуванням без спорядження і з його використанням (зброї, лат, бронежилетів), бігом різними поверхнями (снігом, піском, схилами, водою), верховою їздою, плаванням, а також роботою з вантажами (перенесенням ящиків із боєприпасами, колод, мішків із піском, транспортуванням історичних гармат). До практичних компонентів також входить облаштування укріплень, подолання смуги перешкод із гімнастичними елементами (лавами, драбинами), метання гранат на дальність і точність із різних положень (лежачи, з коліна, стоячи з-за укриття), участь у військово-спортивних походах і таборах. Особливу увагу приділено навичкам надання першої допомоги й транспортування поранених із використанням імпровізованих нош (наприклад, із плащ-намету).

ВИСНОВКИ

Актуальні питання фізичного та військово-патріотичного виховання старшокласників, зокрема засобами військово-історичної реконструкції, — це популяризація історії України, фізичного розвитку учнівської молоді та якісної підготовки старшокласників до майбутнього захисту України. Засоби військово-історичної реконструкції можна застосовувати на уроках фізичної культури та в позаурочних формах навчання. Використання військово-прикладних вправ дає позитивний ефект для фізичної підготовленості учнів старших класів.

Результати опитування дозволили виявити, що середній вік учителів предмета «Захист України» становить $40,0 \pm 44,3$ року. Майже половина вчителів (49,0 %) не проходила військової служби, а більшість із них (73,0 %) не має військової освіти. Тож варто сприяти підготовці молодих вчителів і залученню фахівців із військовим досвідом для підвищення якості навчання.

Освітні реформи підтримує кожен третій вчитель (32,9 %), проте більшість педагогів (74,5 %) схвалює залучення дівчат до предмета «Захист України», що відповідає реаліям сучасної війни.

Більшість шкіл найбільше уваги приділяє стройовій підготовці, що не має пріоритету в реаліях сучасної війни. Багато шкіл не має металевих автоматів і тактичних аптечок для навчання дітей. Отож програма потребує оновлення змісту навчання й матеріального забезпечення.

Система військового вишколу гри «Джура» найбільше впливає на патріотичне виховання (42,8 %) і практичні навички (42,7 %), є найпоширенішою (68,2 %) та найактуальнішою для підготовки молоді (55,6 %), інші системи потребують популяризації та адаптації. Хортинг відомий 50,8 %, але тільки 27,8 % учителів вважають його актуальним.

Військово-історична реконструкція одержала помірну підтримку через її складність і вартість. Використання елементів реконструкції мотивує учнів (55,0 %) і підвищує рівень патріотизму (78,2 %). Тому більшість (71,3 %)

учителів підтримує військово-прикладні вправи на уроках фізичної культури, 55,3 % вважає їх корисними для 10–11 класів. Отже, військово-історична реконструкція має потенціал як інноваційний метод фізичного й патріотичного виховання.

Одержані дані підкреслюють потребу впровадження елементів військового вишколу в програми фізичного виховання для розвитку відповідних фізичних і патріотичних якостей. Військово-історична реконструкція цілком підходить для виконання завдань фізичного, патріотичного характеру та підготовки молоді до захисту України, проте підходи її застосування в навчальному процесі ще не розроблено.

Моніторинг фізичної підготовленості учнів дозволив з'ясувати, що витривалість за показниками учнів була нижчого за середній рівня, сила відповідала середнім значенням, військово-прикладна фізична підготовленість теж була на середньому рівні. Проте швидкісна сила була вищого за середній рівня, спритність — високого рівня. Уважність ($21,88 \pm 4,85$ с) демонструє високий рівень із помірною варіативністю, що є позитивним показником когнітивної підготовленості учнів. Фізичну працездатність ($7,75 \pm 2,74$ у.о.) зафіксовано на середньому рівні із суттєвими відмінностями між учнями, що свідчить про потребу комплексного підходу до вдосконалення фізичної та функціональної підготовки.

Обґрунтовано зміст програми фізичного виховання старшокласників з використанням засобів військово-історичної реконструкції. Програма поєднує традиційні засоби фізичного виховання:

з елементами військово-історичної реконструкції. Завдяки новим засобам доведено підвищення рівня загальної фізичної підготовленості, розвиток військово-прикладних навичок і формування патріотичних якостей учнів.

Програма фізичного виховання охоплює уроки, секційні й позашкільні форми занять, забезпечує комплексний розвиток учнів. На уроках фізичної культури відпрацьовували базові рухові навички й елементи військово-

історичної реконструкції. Секційні й факультативні заняття спрямовано на вдосконалення спеціальних умінь, зокрема техніку володіння зброєю, бойових маневрів і військово-спортивних вправ. Позашкільні заходи, такі як історичні експедиції, військово-спортивні змагання й практичні тренування на відкритій місцевості, можуть допомогти учням здобути знання в умовах, наближених до реальних. Програма сприяє формуванню історичної грамотності, командної взаємодії, витривалості та патріотичних якостей.

Доведено вищу ефективність авторської програми фізичного виховання з використанням військово-історичної реконструкції, як порівняти з традиційною, не тільки в підвищенні фізичної підготовленості та функціонального стану старшокласників, а й суттєвому зростанні рівня їх патріотизму. Під час педагогічного експерименту з упровадження авторської програми в учнів експериментальної групи спостерігали вірогідне ($p < 0,05$ – $0,01$) поліпшення загальної фізичної підготовленості, зокрема сили кистей, гнучкості й результатів у стрибкових тестах. Крім того, значно підвищилися показники уваги ($p = 0,001$), що підтверджує ефективність програми фізичного виховання з використанням військово-історичної реконструкції. У військово-прикладних вправах учасники експериментальної групи показали суттєві поліпшення в метанні гранати на влучність ($p < 0,01$ – $0,001$), подоланні смуги укриттів ($p < 0,001$) та транспортуванні пораненого через вікно ($p < 0,05$ – $0,001$), що забезпечило їхню перевагу над контрольною групою ($p < 0,05$).

Також у всіх компонентах патріотизму (інтелектуальному, мотиваційному, діяльнісному, морально-етичному та соціальному) у школярів експериментальної групи спостерігали значне ($p < 0,01$ – $0,001$) поліпшення, тоді як у контрольній групі зміни були незначними або статистично невірогідними. Це підтверджує вищу ефективність авторської програми, як порівняти з традиційною, її застосування сприяло не тільки розвитку фізичної підготовленості, а й суттєвому зростанню рівня патріотизму, який у школярів експериментальної групи підвищився із середнього до чітко вираженого.

Перспективи подальших досліджень полягають в обґрунтуванні застосування військово-прикладних вправ для учнів середнього шкільного віку; розширенні засобів військово-історичної реконструкції, які можна буде застосувати у процесі фізичного виховання дітей: середньовічного фехтування, фехтування на шаблях і стрільби з лука; обґрунтуванні та створенні навчального модуля для програми фізичної культури учнів старшого й середнього шкільного віку; дослідженні функціональних змін в організмі учнів під впливом історичного фехтування в школі, переміщення зі зброєю, перенесення поранених та за виконання інших вправ.

Імовірно, військово-історична реконструкція може стати інструментом реабілітації військових, оскільки вона імітує бойові дії, військову дисципліну, зброю та військову техніку. Водночас варто зазначити, що імітаційне відтворення битв справжньої шкоди учасникам не завдає.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Альбом креслень фортифікаційних споруд німецької оборони [Інтернет]. 2023 [цитовано 2025 Січ. 27]. Доступно: https://sprotyvg7.com.ua/wp-content/uploads/2023/04/Kollektiv-avtorov_Album-chertezhey-fortifikacionnyh-sooruzheniy-nemeckoy-oborony.445243.pdf.
2. Андрес А, Леус С, Максим'як В, Булатов О. Військово-історична реконструкція як засіб патріотичного фізичного виховання. В: Науковий часопис УДУ ім. М. П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 36. Наук. Пр. Київ; 2023;5K(165) 11–3. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.5K\(165\).02](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.5K(165).02)
3. Бех І, Малиношевський РВ, редактори. Військово-патріотичне виховання дітей та учнівської молоді в системі освіти України: стратегічні напрями. Івано-Франківськ: НАІР; 2023. 65 с.
4. Бех ІД, Канішевська ЛВ, Малиношевський РВ. Стратегія військово-патріотичного виховання дітей та молоді в системі освіти України: реалії та орієнтовні позиції. Вісник Національної академії педагогічних наук України. 2023;5(2):1–7. Doi:10.37472/v.naes.2023.5202.
5. Бінецький Д, Касіч Н. Стан військово-патріотичного виховання молодших підлітків у процесі спортивно-ігрової діяльності: аналіз результатів дослідження. В: Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та молоді. 36. Наук. Пр. Київ; 2021;25(1), с. 12–21. <https://doi.org/10.32405/2308-3778-2021-25-1-12-21>
6. Бінецький Д. Військово-патріотичне виховання підлітків засобами військово-спортивних ігор. Сучасний виховний процес: сутність та інноваційний потенціал. 2023;11:33–7.
7. Біницька К. Військово-патріотичне виховання старшокласників у системі освіти США: досвід для України. Hum Stud Ser Pedagog

- [Інтернет]. 2024 [цитовано 2025 Лют. 13];50:9–16. Доступно: <https://doi.org/10.24919/2413-2039.18/50.1>
8. Боднар ІР, Леус С. Впровадження військово-історичної реконструкції у фізичне виховання як засіб патріотичного виховання учнів. Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. 2024;43:66–70.
 9. Боднар ІР, Леус СО. Військово-історична реконструкція, як засіб фізичного та патріотичного виховання старшокласників. В: Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення. Матеріали XII Міжнар. наук.-практ. конф. Львів; 2020, с. 39–42.
 10. Бородай Е. Військово-прикладні види спорту як ефективні засоби розвитку рухових якостей та формування прикладних навичок старшокласників у процесі допризовної підготовки. Педагогічні науки. 2020;75-76:44–9. Doi:10.33989/2524-2474.2020.75-76.226366.
 11. Військово-патріотичне та фізичне виховання в школі [Інтернет]. 2024 [цитовано 2025 Січ. 17]. Доступно: https://www.school54.e.kh.ua/napryami_robot/viyskovo-patriotичне_ta_fizичне_vиховання
 12. Воїни. Історія українського війська [Інтернет]. 2017 [цитовано 2025 Лют. 13]. Доступно: <https://uinp.gov.ua/informaciyni-materialy/viyskovym/plakaty-voyiny-istoriya-ukrayinskogo-viyska>
 13. Воїнство крізь століття: Центр досліджень воєнної історії ЗСУ провів унікальний захід у знаковому місті [Інтернет]. 2024 [цитовано 2025 Січ. 27]. Доступно: <https://vechirniy.kyiv.ua/news/82692/>.
 14. Волянський ПБ, Гринзовський АМ, Гур'єв СО. Домедична допомога на місці події: практич. Посіб. Херсон: Гельветика; 2020. 224 с.
 15. Всеукраїнська дитячо-юнацька військово-патріотична гра «Сокіл» («Джура») [Інтернет]. Київський обласний інститут післядипломної освіти педагогічних кадрів [цитовано 2025 Січ. 27]. Доступно: <https://vpo-ano.wixsite.com/dzura>.

- 16.Гаврилів Г. Мались-мо на днях бомбезний патріотично-руханковий День народження Луки зі справжнім козаком-реконструктором Тарасом. Тарас Тимчак на чолі! Козак Тарас муштровав новобранців [Інтернет]; 2020 [цитовано 2025 Лют. 13]. Доступно: https://www.facebook.com/story.php?story_fbid=10156826425541787&id=656966786&rdid=WX2ij9MmognnuD9J
- 17.Гей ви, хлопці, славні запорожці! (для учнів старших класів). Фізичне виховання в школах України. 2017;4:32–3.
- 18.Генсек НАТО: В Україні поєднуються окопна війна часів Першої світової і технології 21 століття [Інтернет]. 2024 [цитовано 2025 Січ. 27]. Доступно: <https://armyinform.com.ua/2024/02/07/gensek-nato-v-ukrayini-poyednuuyutsya-okopna-vijna-chasiv-pershoyi-svitovoyi-i-tehnologiyi-21-stolittya/>
- 19.Генштаб ЗСУ. «БАРС» — бойова армійська система [Інтернет]. 2016 [цитовано 2025 Січ. 27]. Доступно: <http://mediarnbo.org/>.
- 20.Герасимів ІМ, Пашко КО, Фука ММ, Щирба ЮП. Захист Вітчизни: підручник для 10 класу (рівень стандарту). Тернопіль: Астон; 2018. 256 с.
- 21.Глібова НМ. Козацькі розваги (для учнів старших класів). Фізичне виховання в школах України. 2018;3:34–5.
- 22.Глуховський М. Державна служба якості освіти України [Інтернет]. 2021 [цитовано 2025 Лют. 13]. Доступно: <https://sqe.gov.ua/interview-ruslan-gurak-rik-dystancijnoho-navchannia-glavkom/>.
- 23.Гогін О, Гогіна Т. Методика навчання метання гранати з розбігу на уроках фізичної культури в середніх класах. Теорія та методика фізичного виховання. 2007;3:26–31.
- 24.Гудима АА, Пашко КО, Герасимів ІМ, Фука ММ, Щирба ЮП. Захист Вітчизни. Рівень стандарту: підручник для 11 класу закладів середньої загальної освіти. Тернопіль: Астон; 2019. 256 с.

25. Гурак Р. Інтерв'ю Голови Державної служби якості освіти України Руслана Гурака [Інтернет]. 2021 [цитовано 2025 Січ. 27]. Доступно: <https://sqe.gov.ua/interview-ruslan-gurak-rik-dystancijnoho-navchannia-glavkom/>.
26. Державна прикордонна служба України. До 100-річчя синьо-жовтого кордону [Інтернет]. 2018 [цитовано 2025 Лют. 13]. Доступно: <https://dpsu.gov.ua/ua/news/19787-%20VIDEO%20Do-100-richchya-sino-zhovtogo-kordonu>
27. Діхтяренко З. Патріотичне виховання молодших школярів у процесі тренувань хортингом. Теорія і методика хортингу. 2015;3:184–95.
28. Дроздова КВ. Діагностика констатувального етапу експерименту сформованості готовності майбутніх учителів фізичного виховання до моніторингу фізичного стану молодших школярів. Наука і освіта. 2012;2:52–5.
29. Дрок Л, Камалов Є, Миколенко Ю. Основи тактичної медицини: навч. Посіб. Київ: Національний університет оборони України; 2020. 168 с.
30. Єргідзей К. Поняття військово-професійна орієнтація допризовної молоді як складова система військово-патріотичного виховання юнаків. В: А҃ОГОΣ. 36. Наук. Пр. Київ; 2020, с. 87–8. Doi: 10.36074/05.06.2020.v2.35
31. Єрьоменко ЄА. Військово-прикладна підготовка учнів спортивної секції бойового хортингу. В: Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України. Матеріали міжнар. наук.-практ. конф. Ірпінь; 2020, с. 527–33.
32. Завдання та напрями національно-патріотичного виховання в школі [Інтернет]. 2022 [цитовано 2025 Січ. 17]. Доступно: https://zn.com/Новини/Деталі/завдання_і_напрями_національно-патріотичного_виховання_в_школі
33. Зануритися в минуле: що таке історичні реконструкції й кому вони потрібні — новини Вінниці [Інтернет]. 2021 [цитовано 2024 Черв. 30].

- Доступно: <https://vn.depo.ua/ukr/vn/zanuritisya-v-minule-shcho-take-istorichni-rekonstruktsii-y-komu-voni-potribni-202101291277963>
34. Захист України 10–11 класи. Рівень стандарту: навч. прогн. Україна; 2022. № 698.
 35. Зброя Першої та Другої світових воєн на полях російсько-української війни [Інтернет]. 2024 [цитовано 2025 Січ. 27]. Доступно: <https://mil.in.ua/uk/articles/zbroya-pershoyi-ta-drugoyi-svitovyh-voyen-na-polyah-rosijsko-ukrayinskoji-vijny/>
 36. Зубалій МД, Тимчик МВ. Методи військово-патріотичного виховання старшокласників засобами хортингу. В: Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді. Зб. Наук. Пр. Київ; 2017;21(1), с. 238–49.
 37. Іванишин ЮІ. Вплив занять екстремальними видами рухової активності на розвиток координаційних здібностей підлітків [дисертація]. Київ: НУФВСУ; 2018. 24 с.
 38. Інститут національної пам'яті передав військовим плакати проєкту «Воїни: історія українського війська» [Інтернет]. 2016 [цитовано 2025 Січ. 27]. Доступно: <https://old.uinp.gov.ua/news/institut-natsionalnoi-pam-yati-peredav-viiskovim-plakati-proektu-voini-istor>
 39. Каднічанський Д, Каднічанська М. Мілітарний туризм: проблематика термінології та класифікації. В: Географія економіка і туризм. Матеріали XIV Міжнар. Наук. Конф. Львів; 2020, с. 132–5.
 40. Календар реформи [Інтернет]. 2017 [цитовано 2025 Січ. 27]. Доступно: <https://nus.org.ua/about/calendar/>.
 41. Канішевська Л. До питання військово-патріотичного виховання старшокласників в умовах воєнного стану: організація та результати всеукраїнського опитування. Наука і техніка сьогодні. 2024;2(30):544–52. Doi:10.52058/2786-6025-2024-2(30)-544-552.
 42. Канішевська ЛВ. Вивчення готовності вчителів до реалізації проблеми військово-патріотичного виховання старшокласників: організація та

- результати всеукраїнського опитування. В: Науковий часопис УДУ ім. М. П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Зб. Наук. Пр. Київ; 2024;3К(176), с. 235–6. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K\(176\).51](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K(176).51)
- 43.Канішевська ЛВ. Теоретичні аспекти проблеми військово-патріотичного виховання старшокласників. Сучасний виховний процес. 2023;11:94–8.
- 44.Кашуба А, Ковальський В, Шелюк В. Визначення мотиваційних чинників та інтерсів у старшокласників для покращення рухової активності. InterConf. 2021;52):480–7. <https://doi.org/10.51582/interconf.21-22.04.2021.054>
- 45.Кісілюк О. Методика розвитку силових якостей курсантів військових закладів вищої освіти засобами армспорту у процесі фізичного виховання [дисертація]. Київ: Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова; 2021. 335 с.
- 46.Клуб Середньовічного Бою та Фехтування у Львові [Інтернет]. 2024 [цитовано 2025 Січ. 27]. Доступно: <https://medieval-combat-lviv.com.ua/#training>.
- 47.Кмицяк М, Тьорло ОІ. Техніка подолання окремих перешкод та смуги перешкод в цілому. Львів: ЛьвДУВС; 2023. 64 с.
- 48.Ковба М. Операційно-діяльнісний компонент військово-патріотичного виховання старшокласників в Україні (перша чверть ХХІ ст.). Перспективи та інновації науки. 2024;5(39). Doi: 10.52058/2786-4952-2024-5(39)-257-267
- 49.Ковба М. Особливості військово-патріотичного виховання старшокласників у країнах Європи та України (перша половина ХХІ ст.). Наукові інновації та передові технології. 2023;13(27):699–702. Doi: 10.52058/2786-5274-2023-13(27)-696-707
- 50.Коверя В, Ільницький С. Підготовка учнів середньої школи до подолання перешкод у бігу на місцевості. Теорія та методика фізичного виховання. 2008;7:33–5.

51. Козак ЄП, Остапенко О, Тимчик МВ. Військово-патріотичне виховання старших підлітків у процесі військово-спортивної діяльності. В: Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Зб. Наук. Пр. Київ; 2021;3К(131):182–5.
52. Коломоєць ГА. Патріотичне виховання старших підлітків у процесі військово-спортивних ігор [дисертація]. Київ: Національна академія педагогічних наук України, Інститут проблем виховання; 2021. 204 с.
53. Коломоєць, Г. А., & Малечко, Т. А. (2023). Аналіз стану здоров'я учнів та учениць закладів загальної середньої освіти. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15, (1(159), 83-86. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.1\(159\).21](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.1(159).21)
54. Коломоєць, Г., Малечко, Т., & Бублей, Ю. (2024). Формування вольових якостей учнів 5-7 класів на уроках фізичної культури в НУШ. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15, (3К(176), 257-260. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3К\(176\).57](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3К(176).57)
55. Комісова ТЄ, Комісов МР. Функціональні особливості серцево-судинної системи учнів 10-11 класів з різними руховими режимами. Фіз. Культура спорт та здоров'я XVII Міжнар. Науково практ. Конф. 2017:257-60.
56. Кондратюк ОІ, Єрмоєнко ЕА. Формування у школярів патріотичних якостей виховними засобами військового хортингу. Військовий хортинг України. 2023;2:67–82.
57. Круцевич ТЮ, Пангелова НЄ, Москаленко НВ Фізичне виховання в закладах освіти: сучасний стан і реалії сьогодення. Спортивний вісник Придніпров'я, 2023. 1. 66-67
58. Круцевич, Т., Пангелова, Н., Бондарчук, Н., Підлетейчук, Р. Концептуальні підходи до вдосконалення фізичного виховання

- допризовної молоді. Спортивний вісник Придніпров'я : науково-практичний журнал. — 2023. — № 2. — С. 40-50
59. Курс стрільб зі стрілецької зброї і бойових машин. КРП 03.032.056-2018 (01): наказ від 17.04.2018 № 160.
60. Курс тактичної медицини для військовослужбовців підрозділів Сил територіальної оборони Огляд вмісту аптечки АМЗІ [Інтернет]. 2024 [цитовано 2025 Лют. 13].
Доступно: <https://sprotyvg7.com.ua/lesson/oglyad-vmistu-aptechki-amzi-aptechka-medichna-zagalnovijskova-individualna>
61. Левицька АА. Критерії, показники та рівні оцінки ефективності патріотичного виховання майбутніх офіцерів-прикордонників на основі військових традицій. Зб. Наук. Пр. Нац. Акад. Держ. Прикордон. Служби України Серія . 2018;(1):160-70.
62. Леус СО, Боднар ІР. Вплив методики військово-історичної реконструкції на результати метання гранат учнів старших класів. Наук. Дискурс у фіз. Вихованні і спорті . 2024;(2):38-46.
63. Леус СО, Боднар ІР. Смуга укриттів та перенесення поранених як засоби військово-історичної реконструкції на уроках фізичної культури. Педагогічна Академія: наукові записки. 2024;11:1–12.
<https://doi.org/10.5281/zenodo.14010896>
64. Леус СО. Військово-історична реконструкція як методика фізичного виховання старшокласників у результатах опитування вчителів. Наук. Часопис НПУ ім. М.П Драгоман. Серія 5 Пед. Науки. 2024;(99):41-44.
<https://doi.org/10.31392/udu-nc.series5.2024.99.08>
65. <https://doi.org/10.31392/udu-nc.series5.2024.99.08>
66. Леус СО. Використання засобів військово-історичної реконструкції на уроках фізичного виховання старшокласників. Молода спорт. наука України. 2023;2:82-3.
67. Леус СО. Методика використання військово-історичної реконструкції на уроках фізичної культури. In: Perspect World Sci Educ Abstr 5th Int Sci

- Pract Conf. The 5th International Scientific and Practical Conference. Osaka; 2020, p. 538–40.
- 68.Леус СО. Ставлення вчителів до використання військово-прикладних вправ на уроках фізичної культури. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2024;4(68):55–62. Doi:10.29038/2220-7481-2024-04-55-62
 - 69.Ливацький ОВ. Фізичне виховання студентів як складова національно-патріотичного виховання. Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. 2015;7(296);2:102–7.
 - 70.Лисенко ВВ, Коверя ВМ. Смуга перешкод або паркур у контексті системи шкільної освіти України та Швейцарії. Науковий вісник Кременецької обласної гуманітарно-педагогічної академії ім. Тараса Шевченка. Серія: Педагогічні науки. 2023;(17):98–105. Doi:10.32782/2410-2075-2023-17.12.
 - 71.Лиховид І. Незнання «Захист України» зараз може коштувати життя: як наразі вчать предмет у школах [Інтернет]. 2022 [цитовано 2025 Січ. 27]. Доступно: <https://nus.org.ua/articles/neznannya-zahystu-ukrayiny-zaraz-mozhe-koshtuvaty-zhyttya-yak-narazi-vchat-predmet-u-shkolah/>
 - 72.Лозовий ВС. Відродження історичної пам'яті як інструмент відновлення української ідентичності на Донбасі. Київ; 2023.
 - 73.Лотоцький І, Лесько О, Андрес А. Біомеханічні основи метання гранати на точність у військовому п'ятиборстві. В: молода спортивна наука України. Зб. Тез доп. Львів; 2019;23;1, с. 16–7.
 - 74.Лук'янченко м, Проць Р. Взаємозв'язок «військово-патріотичного виховання» із мілітарною культурою українського народу. Молодь і ринок. 2019;2(169). Doi: 10.24919/2308-4634.2019.162707
 - 75.Львівський скансен запрошує на День захисту дітей [Інтернет]. 2024 [цитовано 2025 Січ. 27]. Доступно: <https://lvivskansen.org/event/klychemo-nashyh-najmenshyh-ta-yunyh-vidviduvachiv-na-mizhnarodnyj-den-zahystu-ditej-do-lvivskogo-skansenu/>

- 76.Малечко, Т., Коломоєць, Г., & Пустолякова, Л. (2023). Вплив нової української школи на формування мотивації до уроків фізичної культури. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15, (3К(162), 238-241. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.3K\(162\).48](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.3K(162).48)
- 77.Микитич В. Досвід патріотичного виховання в сучасній системі освіти України. Гуманітарний вісник Дніпровського державного аграрно-економічного університету. 2022;(1):45–50.
- 78.Міністерство освіти і науки України. Міністерство освіти і науки України [Інтернет]. Відбувся III етап Всеукраїнської дитячо-юнацької військово-патріотичної гри «Сокіл» («Джура»); 25 лип. 2023. Доступно на: <https://mon.gov.ua/news/vidbuvsya-iii-etap-vseukrainskoi-dityachoyunatskoi-viyskovo-patriotichnoi-gri-sokil-dzhura>
- 79.Мотика СМ. Виховання патріотизму в учнівської молоді в умовах військового ліцею: експериментальне дослідження. Київ; 2023.
- 80.Національна федерація стрілецького хортингу України [Інтернет]. 2024 [цитовано 2025 Січ. 27]. Доступно: https://www.facebook.com/groups/336951187930943/?locale=uk_UA.
- 81.Нова геральдика України [Інтернет]. 2016 [цитовано 2025 Січ. 27]. Доступно: https://www.bbc.com/ukrainian/society/2016/05/160525_new_heraldy_ukraine_vs
- 82.Одеров, А., Бабич, М., Небожук, О., Пилипчак, В., Панькевич, Я., Губа, А., Шлямар, І., Тимочко, О., Дунець-Лесько, А., & Мандюк, А. (2023). Основи формування військово-прикладних навичок військовслужбовців засобами спортивного орієнтування. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15, (8(168), 109-112. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.8\(168\).21](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.8(168).21)
- 83.Орден паладинів [Інтернет]. 2024 [цитовано 2025 Січ. 27]. Доступно: <https://lvivmedievalclub.wordpress.com/tag/>

84. Орлова ТВ. Методика навчання техніці метання м'яча і гранати на дальність з розбігу. Дружківка: Дружківський житлово-комунальний коледж; 2018. 23 с.
85. Остапенко ОІ, Тимчик МВ. Стан військово-патріотичного виховання старшокласників в умовах ідейно-світоглядної конфронтації: аналіз результатів дослідження. В: Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді. Зб. Наук. Пр. Київ; 2020;(24-2), с. 56–71.
86. Остапенко ОІ, Зубалій МД, Шаповалов ББ. Концептуальні засади реформування військово-патріотичного виховання дітей та учнівської молоді України. Фізичне виховання в рідній школі. 2016;6(107):33–5.
87. Отравенко ОВ, Пилипась ДС. Спортивно-патріотичне виховання молоді в контексті національних та європейських цінностей. Наукова практика: сучасні та класичні методи дослідження. 2023;1: 55–63.
88. Офіційний сайт BERA [Інтернет]. 2025 [цитовано 2025 Січ. 27]. Доступно: <https://bera.com.ua/>
89. Пангелова, Н., & Рижик, Р. (2024). Фізичний стан і ментальне здоров'я хлопчиків 12–13 років в умовах воєнного стану. *Sport Science Spectrum*, 1, 97-103. <https://doi.org/10.32782/spectrum/2024-1-15>
90. Пантюк Т, Невмержицька О. Методи військово-патріотичного виховання старшокласників: до питання класифікації. Перспективи та інновації науки. 2024;7(41):428. Doi: 10.52058/2786-4952-2024-7(41)-422-430
91. Пасько І. Нова українська школа | Веб-ресурс НУШ [Інтернет]. Яким для освіти був 2024 рік: огляд основних подій і тенденцій; 27 груд. 2024 [цитовано 17 берез. 2025]. Доступно на: <https://nus.org.ua/2024/12/27/yakym-dlya-osvity-buv-2024-rik-oglyad-osnovnyh-podij-i-tendentsij/>.
92. Петрина Р, Кузів О. Теоретичні основи формування соціальних компетентностей в учнів засобами фізичного виховання. Вісник

- Прикарпатського університету Серія: Фізична культура. 2024;(42):71–7.
<https://doi.org/10.15330/fcult.42.71-77>
- 93.Петрина Р, Петрина ЛА, Пугач Н, Соромотіна В, Кокоть І. Вплив вправ з використанням бодібарів на фізичну підготовленість учнів середнього шкільного віку. В: Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 36. Наук. Пр. Київ; 2023;5K(165), с. 99–105. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.5K\(165\).22](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.5K(165).22)
- 94.Петрова АС. Ефективність застосування варіативного модуля «кросфіт» у фізичному вихованні школярів старших класів [Дисертація]. Харків: Харківська державна академія фізичної культури; 2021. 287 с.
- 95.Печерська сотня Київського реєстрового полку [Інтернет]. 2019 [цитовано 2025 Лют. 13]. Доступно: <https://17c.org.ua/about-us>
- 96.Посохов ІС. Історичні реконструкції та формування подієвого туристичного продукту країни. Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія: Міжнародні відносини. Економіка. Країнознавство. Туризм. 2022;(15). Doi: 10.26565/2310-9513-2022-15-14.
- 97.Посохов ІС. Історичні реконструкції як форма культурно-пізнавального туризму: теоретичні аспекти. Географія та туризм. 2014;28:103–12.
- 98.Прищепа Я. В Україні заміновано 30 % території, на розмінування підуть десятки років — ДСНС [Інтернет]. 2024 [цитовано 2025 Січ. 27]. Доступно: <https://suspilne.media/366982-v-ukraini-zaminovano-30-teritorii-na-rozminuvanna-pidut-desatki-rokiv-dsns/>.
- 99.Про затвердження типових правил та умов проведення змагань і конкурсів І, ІІ, ІІІ етапів Всеукраїнської дитячо-юнацької військово-патріотичної гри «Сокіл» («Джура»): наказ від 13.02.2024 № 22-А.
100. Про нас [Інтернет]. 2019 [цитовано 2025 Січ. 27]. Доступно: <https://17c.org.ua/about-us>

101. Про основні засади державної політики у сфері утвердження української національної та громадянської ідентичності» [Інтернет]. 2022 [цитовано 2024 Черв. 28]. Доступно: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2834-20>
102. Про програму патріотичного виховання учнівської та студентської молоді: наказ МОН від 21 жовтня 2013 року № 1453/716/997
103. Проць МВ. Проблема військово-патріотичного виховання молоді засобами фізичної культури на засадах етнопедагогіки. Спортивна педагогіка. 2009;1(2):88–95.
104. Ребрина, А., Коломоєць, Г., & Дерев'янко, В. (2024). Формування здоров'язберезувальної компетентності у дітей та учнівської молоді засобами військово-спортивних ігор. *Physical Culture And Sport: Scientific Perspective*, (3), 7–12. <https://doi.org/10.31891/pcs.2024.3.1>
105. Ребрина, А., Коломоєць, Г., & Дерев'янко, В. (2024). Формування здоров'язберезувальної компетентності у дітей та учнівської молоді засобами військово-спортивних ігор. *Physical Culture And Sport: Scientific Perspective*, (3), 7–12. <https://doi.org/10.31891/pcs.2024.3.1>
106. Рейхстаг у вогні: Шойгу «взяв Берлін» у Підмосков'ї [Інтернет]. 2024 [цитовано 2025 Січ. 27]. Доступно: <https://fakty.com.ua/ua/svit/20170424-rejhstag-u-vogni-shojgu-v-pidmoskov-yi-vzyav-berlin/>
107. Романчук С, Ролюк О, Воронцов О, Яворський А. Фізичні навантаження військовослужбовців у сучасному бою. Український журнал медицини, біології та спорту. 2017;7(9):47–52.
108. Романчук, С., Бабич, М., Мандюк, А., Панькевич, Я., Пилипчак, І., Пилипчак, В., Климович, В., & Романчук, В. (2024). Програма фізичної підготовки артилерійських розвідників з використанням елементів спортивного орієнтування. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання,*

- спорт і здоров'я людини, (28(4), 240–246. [https://doi.org/10.32626/2309-8082.2023-Випуск 28\(4\).240-246](https://doi.org/10.32626/2309-8082.2023-Випуск 28(4).240-246)
109. Романчук, С., Одеров, А., Бабич, М., Климович, В., Мандюк, А., Яровий, М., & Полтавець, А. (2023). Вплив засобів спортивного орієнтування на розвиток та підвищення швидкості військовослужбовців-артилеристів. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15, (2(160), 146-149. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.02\(160\).31](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.02(160).31)
 110. Руденко О. Головний художник групи, що розробляла однострої ЗСУ [Інтернет]. 2016 [цитовано 2025 Січ. 27]. Доступно: <https://www.ukrinform.ua/rubric-society/2084682-oleksij-rudenko-golovnij-hudoznik-grupi-so-rozroblala-odnostroi-zsu.html>
 111. Ручні осколкові гранати [Інтернет]. 2022 [цитовано 2025 Січ. 27]. Доступно: <https://sprotyvg7.com.ua/lesson/ruchni-oskolkovi-granati>
 112. Ряжені і військово-історична реконструкція [Інтернет]. 2019 [цитовано 2025 Лют. 13]. Доступно: <https://www.istpravda.com.ua/columns/2019/08/28/156154/>
 113. Сидорченко КМ. Зміни у системі освіти щодо проблем фізичного виховання і допризовної підготовки. В: Спеціальна спрямованість фізичної підготовки як складова особистої безпеки військовослужбовців. Матеріали наук.-метод. Семінару; Бер. 17. Київ: НУОУ; 2015, с. 187–9.
 114. Синіговець В, Синіговець Л, Дісковський В, Пилипенко М. Педагогічний контроль фізичної підготовленості старшокласників у процесі занять волейболом. Наук. Часопис НПУ ім. МП Драгоман. [Інтернет]. 29 черв. 2022 [цитовано 17 берез. 2025];(6(151)):124-7. Доступно на: [https://doi.org/10.31392/npu-nc.series15.2022.6\(151\).27](https://doi.org/10.31392/npu-nc.series15.2022.6(151).27)
 115. Скирта ОС, Сорокіна СО, Лошицька ТІ. Методика оцінки індивідуальної фізичної підготовленості старшокласників за вимогами

- воєнного часу. Імідж сучасного педагога. 2023;1(5):138–43.
[https://doi.org/10.33272/2522-9729-2023-5\(212\)-138-143](https://doi.org/10.33272/2522-9729-2023-5(212)-138-143)
116. Солонська А. Критерії, показники та рівні патріотичної вихованості дітей старшого дошкільного віку. *Humanit Sci Curr Issues* [Інтернет]. 2020 [цитовано 17 берез. 2025];5(34). Доступно на: <https://doi.org/10.24919/2308-4863/34-5-33>
 117. Сороколіт Н. Комплексна модель упровадження освітніх трансформацій у фізичне виховання на сучасному етапі. *Теорія і практика фіз. Культури і спорту* [Інтернет]. 28 лют. 2024 [цитовано 20 лют. 2025];(2). Доступно на: <https://doi.org/10.31470/2786-6424-2/2023-102-109>
 118. Сороколіт Н, Римар О, Кудрявець Д. Комп'ютерні програми як засіб моніторингу фізичного стану школярів. *Вісн. Прикарпат. Ун-ту Серія* [Інтернет]. 19 листоп. 2024 [цитовано 20 лют. 2025];(42):78-84. Доступно на: <https://doi.org/10.15330/fcult.42.78-84>
 119. Сороколіт НС. Трансформація фізичного виховання на сучасному етапі розвитку шкільної освіти в Україні. *Dev Digit Competencies Phys Educ Sports Spec*. 2024;47-52.
 120. Соромотіна В, Петрина Р, Петрина Л. Особливості застосування засобів розвитку здатності диференціювати просторові та часові характеристики рухів на уроках фізичної культури у дітей 8–10 років. В: *Фізична культура в школі: стан і перспективи розвитку*. Зб. Наук. Пр. Івано-Франківськ: Прикарпатський нац. Ун-т імені Василя Стефаника; 2022.
 121. Таємниці шевронів. Що розповідають про військових їхні наукавні знаки [Інтернет]. 2023 [цитовано 2025 Лют. 13]. Доступно: <https://www.pravda.com.ua/articles/2023/06/21/7407754/>
 122. Тимчик М, Касич Н. Забезпечення єдності фізичного та військово-патріотичного виховання учнів старших класів у процесі фізкультурно-оздоровчої діяльності. В: *Теоретичні та методичні проблеми виховання*

- дітей та молоді. Зб. Наук. Пр. Київ; 2023;27(2), с. 200–11. Doi:10.32405/2308-3778-2023-27-2-200-211.
123. Тимчик м, Касич Н. Педагогічні умови військово-патріотичного виховання старших підлітків у процесі фізкультурно-оздоровчої діяльності. В: Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та молоді. Зб. Наук. Пр. Київ; 2022;26(2), с. 127–39. <https://doi.org/10.32405/2308-3778-2022-26-2-127-139>
 124. Тимчик МВ, Тимчик А, Антонович БР. Єдність фізичного та військово-патріотичного виховання учнів середньої та старшої школи. В: Науковий вісник УДУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Зб. Наук. Пр. Київ;2024;3К(176):486–9.doi:10.31392/UDU-nc.series15.2024.3К(176).108.
 125. Тимчик МВ. Патріотичне виховання старших підлітків у процесі фізкультурно-масової роботи. В: Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді. Зб. Наук. Пр. Київ; 2012;16(3), с. 241–3.
 126. Тілікіна Н, та ін. Рівень залученості дітей та молоді до рухової і фізичної активності та вплив спорту на фізичне і ментальне здоров'я. Київ: ФОП Харченко В. О.; 2023. 60 с.
 127. Товариство пошуку жертв війни «Пам'ять». Сайт товариства «Пам'ять» [Інтернет]. Про товариство «пам'ять» — сайт товариства «пам'ять»; [цитовано 18 берез. 2025]. Доступно на: https://memoria.com.ua/about_memoria/.
 128. Тормахова АМ, Соловей АА. Явище історичної реконструкції в культурі ХХ–ХХІ століття. Українські культурологічні студії. 2020;2(7):78–81.
 129. У Львові працює вже 7 центрів національно-патріотичного виховання [Інтернет]. 2024 [цитовано 2025 Січ. 27]. Доступно:

- <https://city-adm.lviv.ua/news/society/education/299102-u-lvovi-pratsiuievzhe-7-tsentriv-natsionalno-patriotychnoho-vykhovannia-video>
130. У міносвіти роз'яснили, як оцінюватимуть учнів 5–9 класів за новими критеріями. 2024 [цитовано 2025 Лют. 15]. Доступно: https://znayshov.com/News/Details/u_minosvity_roziasnyly_Yak_otsiniuvat_ymut_uchniv_5_9_klasiv_za_novymy_kryteriiamy
 131. У новому проєкті мінветеранів та міноборони перші 26 ветеранів війни пройшли навчання і викладатимуть початкову військову підготовку в школах [Інтернет]. 2023 [цитовано 2024 Черв. 28]. Доступно: <https://mva.gov.ua/ua/news/u-novomu-proyekti-minveteraniv-ta-minoboroni-pershi-26-veteraniv-vijni-projshli-navchannya-i-vikladatimut-pochatkovu-vijskovu-pidgotovku-v-shkolah>
 132. У Росії під наглядом Шойгу штурмували Рейхстаг [Інтернет]. 2017 [цитовано 2025 Січ. 27]. Доступно: <https://www.unian.ua/curiosities/1890944-u-rosiji-pid-naglyadom-shoygu-shturmuvali-reyhstag-foto-video.html>
 133. Українські військові здобули призові місця на чемпіонаті світу зі середньовічного бою [Інтернет]. АрміяInform. 2024 [цитовано 2025 Січ. 27]. Доступно на: <https://armyinform.com.ua/2024/05/06/ukrayinski-vijskovi-zdobuly-pryzovi-misczya-na-chempionati-svitu-zi-serednovichnogo-boyu/>.
 134. Фізична культура (5–9 класи). Орієнтовні навчальні нормативи [Інтернет]. 2019 [цитовано 2025 Лют. 15]. Доступно: https://edera.gitbook.io/physicalculturemon59-new/profesiino-prikladna-fizichna-pidgotovka/prof_prikladna/orientovni_navchalni_normatyvy?utm_
 135. Фізична культура 10–11 класи. Рівень стандарту: навчальна програма для закладів загальної середньої освіти: наказ Міністерства освіти і науки України від 03 серпня 2022 року № 698.

136. Фука ММ, Пашко КО, Герасимів ІМ, Гудима АА, Чуткий СІ, мельник РМ, Білах БІ. Захист України: підручник для 10 класу (рівень стандарту). Тернопіль: Астон; 2023. 380 с.
137. Черній В, Шевченко О, Нєворова О, Компанієць А. Патріотичне виховання учнів старших класів у позакласній роботі з фізичної культури. Вісн. Нац. Ун-ту Черніг. Колегіум ім. Т Г Шевченка [Інтернет]. 11 верес. 2023 [цитовано 17 берез. 2025];176(20):164-9. Доступно на: <https://doi.org/10.58407/visnik.232024>
138. Чорненька ГВ. Аналіз та методика навчання техніки штовхання ядра та метання гранати. В: Теорія і методика легкої атлетики: лекція. Львів; 2017. 27 с.
139. Чудутова Д. Військова аптечка: що має входити до її складу [Інтернет]. 2024 [цитовано 2025 Січ. 27]. Доступно: <https://www.apteka.ua/article/301489>.
140. Шевчук Г. Національно-патріотичне виховання молоді в умовах війни. Наукові інновації та передові технології. 2023;5(19). Doi:10.52058/2786-5274-2023-5(19)-630-635.
141. Шемчук В. Організація та методика проведення занять із подолання перешкод: навч. Посіб. Київ: Національний університет оборони України; 2023. 72 с.
142. Школа джур: як стають правдивими козаками [Інтернет]. 2018 [цитовано 2025 Лют. 13]. Доступно: <https://life.pravda.com.ua/culture/2018/07/27/232369/>
143. Шкорубська В. Військово-патріотичне виховання засобами військових музеїв. Актуальні питання у сучасній науці. 2024;6(24). Doi:10.52058/2786-6300-2024-6(24)-1232-1243.
144. Шопіна ІМ, Салій МА. Військово-патріотичне виховання дітей та молоді як складова підготовки до військової служби: правовий погляд. Інтернаука. Серія: Юридичні науки. 2023;6(64):37–41.

145. Ягодзінський ВП, та ін. Ефективність військово-прикладних видів спорту щодо підвищення рівня спеціальної фізичної підготовленості курсантів. В: Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 36. Наук. Пр. Київ; 2021;9(140), с. 111–4. Doi:10.31392/npu-nc.series15.2021.9(140).25
146. 4th and 5th Class with their Testudo [Інтернет]. 2013 [цитовано 2025 Січ. 27] Доступно: https://www.youtube.com/watch?v=_WWb-9t7dyo.
147. Agnew V. History's affective turn: historical reenactment and its work in the present. *Rethinking History*. 2007;11(3):299–312.
148. Barone A. Springfield, the armory and the Civil War: using local history resources to develop best practice field trips for middle school social studies students [dissertations]. 2008. [cited 2025 Jan. 28]. Available from: https://scholarworks.umass.edu/dissertations_1/5807
149. Bazhenkov , I. ., Kolomoiets , H. ., & Divinska , N. . (2024). Training technologies in the education of lyceum students (on the example of lyceums of security and national patriotic education of the ministry of internal affairs of Ukraine). *Continuing Professional Education: Theory and Practice*, 81(4), 77–87. <https://doi.org/10.28925/2412-0774.2024.4.6>
150. Berk NA. Experiencing the past: the applicable views of history teachers towards historical reenactment in history lesson. *Міжнародний євразійський журнал соціальних наук*. 2017;8(28):334–48.
151. Black Knight Historical [Internet]. 2025 [cited 2025 Feb. 27]. Available from: <https://www.blackknighthistorical.co.uk/>.
152. Borodai E. Military-applied sports as effective means of development of motility of movements and formation of applied skills of high school students in the process of presubscription training. *Pedagogical Sciences*. 2020;(75-76):44–9.
153. CCF Annual General Inspection 2022 [Internet]. 2022. [cited 2024 Oct. 7]. Available from: <https://www.kimbolton.cambs.sch.uk/agi2022>.

154. Civil War Reenactment in What's Cool at School [Internet]. 2019 [cited 2025 Jan. 27]. Available from: <https://www.8newsnow.com/community/whats-cool-at-school/civil-war-reenactment-in-whats-cool-at-school/>.
155. Cook A. The use and abuse of historical reenactment: thoughts on recent trends in public history. *Criticism*. 2005;46(3):487–96.
156. Daniels ML. A Living History Classroom: Using Re-Enactment to Enhance Learning. *Social Education*. 2010;74(3):135–6.
157. Emotional farewells, assessments & smoke grenades — just another week at Talbot Heath School! [Internet]. 2021 [cited 2024 Oct. 7]. Available from: <https://www.talbotheath.org/emotional-farewells-assessments-smoke-grenades-just-another-week-at-talbot-heath-school/>.
158. González-González JM, Franco-Calvo JG. Educating in History: Thinking Historically through Historical Reenactment. *Social Sciences*. 2022;11(6):256. Doi: 10.3390/socsci11060256.
159. Goodacre B, Baldwin G. *Living the past: reconstruction, recreation, re-enactment and education at museums and historical sites*. London: Middlesex University Press; 2002. 224 p.
160. Gunpowder Day with Lower 4 [Internet]. 2023 [cited 2025 Jan. 27]. Available from: <https://www.talbotheath.org/news/2023-02-09/gunpowder-day-with-lower-4>.
161. Hail the Hub! Year 4 Romans Interdisciplinary Day [Internet]. 2023 [cited 2024 Oct. 7]. Available from: <https://www.talbotheath.org/hail-the-hub-year-4-romans-interdisciplinary-day/>.
162. Hart L. Authentic recreation: living history and leisure. *Museum and Society*. 2007;5(2):103–24.
163. Historical reenactment: playtime or education? [Internet]. 2015 [cited 2025 Jan. 27]. Available from: <https://publichistory.humanities.uva.nl/blog/historical-reenactment-playtime-or-education/>

164. Interdisciplinary Learning Hits the Target [Internet]. Talbot Heath; 2022 [cited 2025 Jan. 27]. Available from: <https://www.talbotheath.org/news/2022-02-04/interdisciplinary-learning-hits-the-target>.
165. Kanishevska L. Scientific and methodological bases of military-patriotic education of high school students under martial law. *Theor Methodical Probl Child Youth Educ*. 2023;27(1):233–44. <https://doi.org/10.32405/2308-3778-2023-27-1-233-244>
166. Kelemen A. Improvement of the personality as a means of self-development of a future social worker: results of the research. *Soc Work Educ*. 2020;7(1):143–52. <https://doi.org/10.25128/2520-6230.20.1.11>
167. Lower 4 Travel to Ancient Rome [Internet]. 2022 [cited 2025 Jan. 27]. Available from: <https://www.talbotheath.org/news/2022-06-16/lower-4-travel-to-ancient-rome>.
168. Morris RV. How teachers can conduct historical reenactments in their own schools. *Educational Reenactment*. 2012:196–203.
169. Riabokin RM, Riabokin MV. Educational content of military-patriotic education based on the experience of NSOU. *Plast. Innovate Pedagogy*. 2020;2(22):157–61. Doi: 10.32843/2663-6085/2020/22-2.35
170. Saving Private Teddy: Year 6 Interdisciplinary Day [Internet]. 2021 [cited 2025 Jan. 27]. Available from: <https://www.talbotheath.org/news/2021-06-09/saving-private-teddy-year-6-interdisciplinary-day>.
171. Territorial Defense Forces of the Armed Forces of Ukraine [Internet]. 2022 [cited 2024 Oct. 7]. Available from: <https://sprotyvg7.com.ua/lesson/ruchni-oskolkovi-granati>
172. Upper 3 interdisciplinary lesson hits the target [Internet]. 2024 [cited 2024 Oct. 7]. Available from: <https://www.talbotheath.org/upper-3-interdisciplinary-lesson-hits-the-target/>.

173. Upper 4 experience World War One interdisciplinary lesson [Internet]. 2024 [cited 2024 Oct. 28]. Available from: <https://www.talbotheath.org/upper-4-experience-world-war-one-interdisciplinary-lessons/>.
174. US History and PE Collaboration Activity [Internet]. 2016 [cited 2024 Oct. 28]. Available from: <https://highfivehistory.com/2016/10/07/us-history-and-pe-collaboration-activity/>.
175. We will remember them [Internet]. 2021 [cited 2024 Oct. 7]. Available from: <https://www.talbotheath.org/we-will-remember-them/>
176. WWI Interdisciplinary Day [Internet]. 2021 [cited 2025 Jan. 27]. Available from: <https://www.talbotheath.org/news/2021-11-17/wwi-interdisciplinary-day>.
177. Year 4 Romans Day [Internet]. Kimbolton School 2024 [cited 2025 Jan. 27]. Available from: <https://www.kimbolton.cambs.sch.uk/photogallery/year-4-romans-day>

Список публікацій здобувача***Наукові праці, у яких опубліковано основні наукові результати дисертації***

1. Боднар ІР, Леус СО. Впровадження військово-історичної реконструкції у фізичне виховання як засіб патріотичного виховання учнів. Вісн. Прикарпат. ун-ту Серія. 2025;(43):66–70.

<https://doi.org/10.15330/fcult.43.66-70>

Внесок здобувача полягає у проведенні дослідження, зборі та обробці одержаних даних.

2. Леус СО, Боднар ІР. Вплив методики військово-історичної реконструкції на результати метання гранат учнів старших класів. Наук. дискурс у фіз. вихованні і спорті . 2024;(2):38–46.

Внесок здобувача полягає у проведенні дослідження, зборі та обробці одержаних даних.

3. Леус СО. Військово-історична реконструкція як методика фізичного виховання старшокласників у результатах опитування вчителів. Наук. часопис НПУ ім. МП Драгоман. Серія 5 Пед. науки. 2024;(99):41–44.

<https://doi.org/10.31392/udu-nc.series5.2024.99.08>

4. Леус СО. Ставлення вчителів до використання військово-прикладних вправ на уроках фізичної культури. Фіз. культура фіз. виховання різ. груп населення. 2024;(4(68)):55–62.

Наукові праці, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації

5. Леус СО. Методика використання військово-історичної реконструкції на уроках фізичної культури. Perspect World Sci Educ Abstr 5th Int Sci Pract Conf. 2020:538–40.

6. Боднар ІР, Леус СО. Військово-історична реконструкція, як засіб фізичного та патріотичного виховання старшокласників. XII Міжнар.

Науково-практ. конф. Проблеми активізації рекреаційно оздоров. діяльності населення. 2020:39-42.

Внесок здобувача полягає у проведенні дослідження, зборі та обробці одержаних даних.

7. Леус СО. Використання засобів військово-історичної реконструкції на уроках фізичного виховання старшокласників. Молода спорт. наука України. 2023;2:82-3.

Наукові праці, які додатково відображають наукові результати дисертації

8. Леус СО, Боднар ІР. Смуга укриттів та перенесення поранених як засоби військово-історичної реконструкції на уроках фізичної культури. PASN. 29, Жовтень 2024;(11).

<https://pedagogical-academy.com/index.php/journal/article/view/393>

Внесок здобувача полягає у проведенні дослідження, зборі та обробці одержаних даних.

9. Андрес А, Леус С, Максим'як В, Булатов О. Військово-історична реконструкція як засіб патріотичного фізичного виховання. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15 [Інтернет]. 12 трав. 2023 [цитовано 10 лют. 2025];(5(165)):11-3. Доступно на: [https://doi.org/10.31392/npu-nc.series15.2023.5k\(165\).02](https://doi.org/10.31392/npu-nc.series15.2023.5k(165).02)

Внесок здобувача полягає у проведенні дослідження, зборі та обробці одержаних даних.

Додаток Б

АКТ ВПРОВАДЖЕННЯ
результатів наукових досліджень у практику
Ліцею №80 ЛМР

Ми ті, які підписалися нижче, склали цей акт у тому, що у межах теми: «Використання засобів військово-історичної реконструкції на уроках фізичного виховання старшокласників» Леус С. О. вніс такі рекомендації і пропозиції.

Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика	Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання	Ефект від впровадження
Практичні рекомендації фізичного виховання учнів старших класів. Уроки фізичної культури з застосуванням засобів військово-історичної реконструкції. Інтеграція для вдосконалення процесу їх фізичної підготовки, підвищення мотивації до заняття фізичною культурою, покращення функціонального стану, формування національно-патріотичних цінностей і практичних навичок.	Розроблено програму використання засобів військово-історичної реконструкції на уроках фізичної культури учнів старших класів. Підхід передбачає поєднання трьох навчальних предметів – «Фізичної культури», «Історії України» та «Захисту України». Представлено засоби, які можна використовувати на заняттях фізичної культури, а частину з них - експериментально перевірено. Рекомендується до застосування у навчально-виховному процесі закладів загальної середньої освіти.	Довели вищу ефективність авторської програми у підвищенні фізичної підготовленості і функціонального стану старшокласників, у суттєвому зростанню рівня їх патріотизму. Показали результати суттєвого покращення в метанні гранати на влучність, подоланні смуги укриттів та транспортуванні пораненого через «Вікно».

Автор впровадження

Леус С. О.

Проректор з науково-педагогічної роботи

та міжнародних зв'язків

Пітин М. П.

Директор Ліцею №80 ЛМР

Корда І. М.



Додаток В

АКТ
впровадження результатів наукових досліджень
в освітній процес кафедри теорії і методики фізичної культури
Львівського державного університету фізичної культури імені Івана Боберського

Ми, які підписали нижче, склали цей акт про те, що на основі результатів дисертаційної роботи, виконаної аспірантом Леусом С.О., за темою «Використання засобів військово-історичної реконструкції у фізичному вихованні старшокласників» у період з 2021 по 2025 рр., нами було внесено такі рекомендації та пропозиції:

Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика	Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого застосування	Ефект від впровадження
Теоретичний та методичний матеріал до лекційних занять з дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» для здобувачів освіти спеціальностей А4 середня освіта (фізична культура) та А7 – фізична культура і спорт. Додовнено відомості про особливості організації і методики занять з фізичного виховання учнів старших класів. Визначено актуальні питання фізичного та військово-патріотичного виховання старшокласників, зокрема засобами військово-історичної реконструкції.	Доведено, що ефективним засобом фізичного та патріотичного виховання учнів старших класів може слугувати програма з елементами систем військового вишколу (військово-історичної реконструкції), які є актуальними та корисними у контексті підготовки молоді до можливих викликів сучасної війни і майбутнього захисту України: покращують фізичний розвиток учнів та формують практичні навички у бойових умовах, сприяють покращенню рівня фізичної підготовки учнів та наданню їм практичних навичок у використанні зброї, збільшенню мотивації учнів до участі в заняттях, підвищенню рівня патріотизму серед школярів та кращій підготовці молоді до оборони країни. Рекомендується до використання в освітньому процесі студентів вищих закладів освіти, які готують кадри у сфері педагогічних наук.	Подана інформація сприяла поглибленню знань студентів про засоби і форм фізичного виховання, методики розвитку фізичних якостей і застосування засобів фізичного виховання (з елементами систем військового вишколу) учнів старших класів ЗЗСО України. Впровадження результатів досліджень сприяло поглибленню компетентностей студентів щодо шляхів удосконалення фізичного виховання школярів.

Автори розробки:

Аспірант

Степан Леус

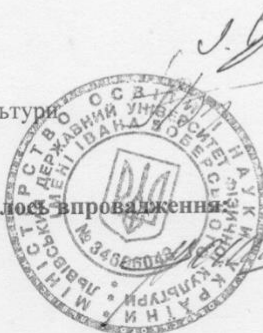
Зав. каф. теорії і методики фізичної культури

Іванна Боднар

Представники установи, де виконувалася впровадження:

Перший проректор

Федір Музика



«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Директор департаменту освіти
і науки Львівської обласної
державної адміністрації

Олег ПАСКА



_____ 2025 р.

АКТ ВПРОВАДЖЕННЯ
результатів дисертаційної роботи
ЛЕУСА Степана Олеговича
«Використання засобів військово-історичної реконструкції на уроках
фізичного виховання старшокласників»

Даний акт складений про те, що результати дисертаційної роботи ЛЕУСА Степана Олеговича були впроваджені у практику закладів загальної середньої освіти Львівської області.

Зокрема, використано такі результати дисертаційної роботи:

Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика	Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання	Ефект від впровадження
Практичні рекомендації фізичного виховання учнів старших класів закладів загальної середньої освіти.	Розроблено програму використання засобів військово-історичної реконструкції на уроках фізичної культури учнів старших класів закладів загальної середньої.	Доведено вищу ефективність авторської програми у підвищенні фізичної підготовленості і функціонального стану
Уроки фізичної культури з застосуванням засобів військово-історичної реконструкції.	Підхід передбачає поєднання трьох навчальних предметів – «Фізичної культури», «Історії України» та	старшокласників, у суттєвому зростанню рівня їх патріотизму.
Інтеграція для вдосконалення процесу їх фізичної підготовки,		

Закінчення Додаток Г

підвищення мотивації до заняття фізичною культурою, покращення функціонального стану, формування національно-патріотичних цінностей і практичних навичок.	«Захисту України». Представлено засоби, які можна використовувати на заняттях фізичної культури, а частину з них - експериментально перевірено. Рекомендується до застосування у навчально-виховному процесі закладів загальної середньої освіти.	Показано результати суттєвого покращення в метанні гранати на влучність, подоланні смуги укриттів, транспортуванні пораненого через «вікно».
--	---	---

Автор впровадження



С. ЛЕУС

Проректор з науково-педагогічної роботи

та міжнародних зв'язків ЛДУФК ім. І. Боберського



М. ПІТИН

Додаток Д

Відомості про апробацію результатів дослідження

№ з/п	Назва конференції, конгресу тощо	Місце та дата проведення	Форма участі
1	IX International Scientific and Practical Conference «Modern directions of scientific research development»	м. Чикаго 23–25 лютого, 2022 р.	Публікація
2	XXVII Міжнародна конференція «Молода спортивна наука України»	м. Львів 4– 5 травня, 2023 р.	Публікація
3	XXVIII Міжнародна наукова конференція «Молода спортивна наука України — 2024»	м. Львів 16–17 травня, 2024 р.	Доповідь, публікація

Додаток Ж.1

Анкета

Прізвище та ім'я учня: _____

Вік учня: _____

Критерій	Питання	Бали
Інтелектуальний	1. Яка організація мала червоно-чорний прапор?	
	2. Назви три найбільші битви Богдана Хмельницького	
	3. Назви три найбільші битви УСС	
	4. Назви останню столицю УНР	
	5. Де похований король Данило?	
Емоційно-мотиваційний	1. Чи вступив би ти в УПА?	
	2. Лицарем якого війська ти хотів би стати?	
	3. Чим відома битва за гору Маківку?	
	4. Чим ти пишаєшся з історії України?	
	5. Чи переживаєш ти за перебіг бойових дій на російсько-українській війні?	

Діяльнісний	1. Чи поширюєш збори для військових у соцмережах?	
	2. Чи брав участь у плетінні маскувальних сіток, виготовленні окопних свічок?	
	3. Чи брав участь у проведенні майстеркласів для збору коштів для ЗСУ?	
	4. Чи ти був / є учасником патріотичних чи військових вишколах / організаціях?	
	5. Чи брав участь в акціях звільнення полонених захисників України, підтримці захисників тощо?	
Морально-етичний	1. Чи допомагав переселенцям?	
	2. Чи брав участь у волонтерській кухні чи інших ініціативах?	
	3. Чи відвідував ветеранів у госпіталях?	
	4. Чи ти б взяв на роботу ветерана без кінцівки?	

Закінчення Додаток Ж.1

Критерій	Питання	Бали
	5. Чи підтримуєш зв'язок зі знайомими / друзями, які воюють?	
Соціальний	1. Чи організовував ти активності в класі?	
	2. Чи береш участь у розв'язанні конфліктів у школі?	
	3. Чи любиш ти бути капітаном команди?	
	4. Які ролі ти зазвичай виконуєш на виступах у школі?	
	5. Чи проявляєш ти ініціативу в житті класу?	

Сума балів: _____

Висновок: _____

ПРОТОКОЛ
проведення педагогічного спостереження за патріотичною
активністю учнів старших класів

№	Критерій	Учень	Види дій

Спостерігач: Леус С. О.

Анкета

Військово-прикладна підготовка

Для поліпшення уроків фізичної культури розроблено та впроваджено в навчальну роботу загальноосвітніх навчальних закладів експериментальну програму з використанням засобів військово-історичної реконструкції, а саме фехтування на макетах мечів, шаблях, стрільби з лука, пересування з макетом гвинтівки, кулемета, евакуації поранених, долання відстані від укриття до укриття, метання гранати у ціль, таборування тощо. Військово-історична реконструкція — це форма живої історії, де учасники реалістично відтворюють події, одяг, обладунки, звичаї та культурні аспекти певного історичного періоду. Це не лише вистава перед глядачами, а й тактичні вишколи, використання артилерії, взаємодія бронетехніки та облаштування військових таборів і позицій періоду Першої та Другої світових війн. Особливе місце в ній посідає відтворення битв доби Київської Русі, Гетьманщини, Першої та Другої світових війн, зокрема використання макетів стрілецької та холодної зброї, військового спорядження, техніки, артилерії, побуту тих часів. Мета опитування — одержати інформацію про стан фізичного виховання та дізнатися потребу у військово-прикладних вправах, зокрема в засобах військово-історичної реконструкції.

Опитування проводимо в межах наукової роботи, воно орієнтоване на вчителів предметів «Фізичне виховання», «Історія України» та «Захист України».

Посилання на ютуб-канал, де ви зможете наочно побачити, що таке військово-історична реконструкція:

<https://youtube.com/playlist?list=PLwXAqvgadcTI9zx0xhST8nSVDS2nn0j8b&si=pNgTL3j2v1rtLbPZ>

Посилання на презентацію, де можна побачити форми й засоби використання військово-історичної реконструкції під час занять у школі:

Презентація

Електронна адреса: _____

1. Область вашого проживання:

- 1.1 Київська
- 1.2 Львівська
- 1.3 Одеська
- 1.4 Дніпропетровська
- 1.5 Волинська
- 1.6 Рівненська
- 1.7 Тернопільська
- 1.8 Івано-Франківська
- 1.9 Інша

2. Вкажіть ваш вік: _____

3. Ви вчитель:

- 3.1 Фізичного виховання
- 3.2 Історії України
- 3.3 Захисту України

4. Вкажіть ваш стаж роботи в школі: _____

5. Чи проходили ви військову службу?

- 5.1 Збройні сили України
- 5.2 Радянська армія
- 5.3 Не проходив(ла)

6. Якщо ви проходили військову службу, то скільки років?

Якщо ні — ставте прочерк « — »

7. Чи маєте ви військову освіту?

- 7.1 Вищий військовий навчальний заклад
- 7.2 Військова кафедра
- 7.3 Курси для цивільних

7.4 Не маю

8. Чи маєте ви бойовий досвід?

8.1 Так 8.2 Ні

9. Чи підтримуєте ви перехід школи на 12-річну систему навчання?

9.1 Так 9.2 Ні 9.3 Важко відповісти

10. Чи підтримуєте ви реформу НУШ?

10.1 Так 10.2 Ні 10.3 Важко відповісти

11. Скажіть, сьогоднішня шкільна програма «Захист України» відповідає теперішнім вимогам ведення бойових дій чи ні?

11.1 Відповідає 11.2 Не відповідає 11.3 Важко відповісти

12. Чи підтримуєте ви залучення до «Захист України» учениць?

12.1 Так 12.2 Ні

13. Чи знаєте ви про систему військового вишколу гри «Джура»?

13.1 Так 13.2 Так, беремо участь 13.3 Ні

14. На вашу думку, чи актуальна система гри «Джура» для підготовки молоді до можливої участі в сучасній війні?

14.1 Так 14.2 Ні 14.3 Важко відповісти

15. Чи знаєте ви про систему хортингу?

15.1 Так 15.2 Ні

16. Якби ви мали можливість, ви б використовували хортинг на заняттях фізичного виховання у школі?

16.1 Так 16.2 Ні 16.3 Важко відповісти

17. На вашу думку, чи актуальна система хортингу для підготовки молоді до можливої участі в сучасній війні?

17.1 Так 17.2 Ні 17.3 Важко відповісти

18. Чи знаєте ви про БАрС?

18.1 Так 18.2 Ні

19. На вашу думку, чи важлива історія українського війська для патріотичного виховання молоді?

19.1 Так 19.2 Ні 19.3 Важко відповісти

20. Ви проводите заняття за:

20.1 Системою БАрС

20.2 Програмою «Захист України»

20.3 Своєю програмою

21. Чи знаєте ви про військово-історичну реконструкцію, зокрема про використання різноманітного озброєння, бронетехніки, розгортання укріплених позицій?

21.1 Так 21.2 Ні 21.3 Важко відповісти

22. На вашу думку, використання гвинтівок, кулеметів, техніки минулих війн, спорядження, уніформи дасть змогу учням бути готовими в майбутньому стати на захист України?

22.1 Так 22.2 Ні 22.3 Важко відповісти

23. Як ви думаєте, чи можна використовувати військово-прикладні вправи на уроці фізичного виховання в школі?

23.1 Так 23.2 Ні 23.3 Важко відповісти

24. Скажіть, від якого класу ви б рекомендували використовувати військово-прикладні вправи на уроці фізичного виховання?

24.1 10-11 24.2 7-9 24.3 5-6

25. Чи військово-прикладні вправи допоможуть підвищити рівень фізичної підготовки школярів?

25.1 Так 25.2 Ні 25.3 Важко відповісти

26. Скажіть, чи використання елементів військово-історичної реконструкції на уроках фізичного виховання змотивує учнів брати активну участь у занятті?

26.1 Так 26.2 Ні 26.3 Важко відповісти

27. Чи військово-історична реконструкція завдяки живій історії та реальному пережиттю подій минулого України зможе підвищити рівень патріотизму в школярів?

27.1 Так 27.2 Ні 27.3 Важко відповісти

28. На вашу думку, військово-історична реконструкція завдяки використанню різноманітних макетів зброї, бронетехніки, фортифікацій, тактичних дій дасть змогу молоді належно підготуватися до оборони країни?

28.1 Так 28.2 Ні 28.3 Важко відповісти

29. Відповідно до сучасної війни чи потрібно змінити програму Захисту України?

29.1 Так 29.2 Ні

30. На вашу думку, чи актуальна військово-історична реконструкція, особливо відтворення подій Першої та Другої світових війн, для підготовки молоді до можливої участі у війні?

30.1 Так 30.2 Ні 30.3 можливо

31. На вашу думку, чи важливо учням знати про історію українського війська (Київська Русь, Гетьманщина, УНР, УПА)?

31.1 Так 31.2 Ні

32. Оберіть, які теми ви відпрацьовуєте з учнями на практиці.

32.1 Тактична підготовка

32.2 Тактична медицина

32.3 Цивільна безпека

32.4 Стрйова підготовка

32.5 Мінно-вибухова справа

32.6 Робота з дронами

32.7 Топографія

32.8 Інше

32.9 Стрільба

33. Чи ви маєте макети автоматів?

33.1 Один металевий макет

33.2 Дерев'яні макети

33.3 Кілька металевих макетів

34. Чи маєте ви тактичні аптечки й манекени для надання медичної допомоги?

34.1 Звичайна аптечка

34.2 Армійська аптечка й манекен

34.3 Лише армійська аптечка

35. Чи організовуєте ви польові табори для учнів?

35.1 Так, кілька разів на рік

35.2 Так, раз на рік

35.3 Ні

36. На вашу думку, чи важливо приділяти час на вивчення історії військової справи в Україні і на яких заняттях?

36.1 Так, на уроці історії

36.2 Так, на уроці захисту України

36.3 На виховних годинах, урочистих подіях

36.4 Ні

37. Вкажіть, на вашу думку, у порядку спадання системи військового вишколу, які найкраще вплинуть на фізичний розвиток учнів.

37.1 «Джура» _____ а) найкраще

37.2 Хортинг _____ б) краще

37.3 Військово-історична реконструкція _____ в) середньо

37.4 БАрС _____ г) малоймовірно

37.5 Шкільна програма _____ д) не вплинуть

38. На вашу думку, яка система надасть дітям більше практичних навичок у користуванні зброєю?

38.1 Хортинг

38.2 «Джура»

38.3 Військово-історична реконструкція

38.4 Шкільна програма

38.5 Ваш варіант

39. На вашу думку, яка система військового вишколу завдяки своїм підходам зможе мати більший вплив на патріотичне виховання молоді?

39.1 Хортинг

39.2 «Джура»

39.3 Військово-історична реконструкція

39.4 Шкільна програма

39.5 Ваш варіант

40. Вкажіть, на вашу думку, у порядку спадання системи військового вишколу, які найкраще підготують учнів до майбутнього захисту України.

40.1 «Джура»	___	а) найкраще
40.2 Хортинг	___	б) краще
40.3 Військово-історична реконструкція	___	в) середньо
40.4 БАрС	___	г) малоймовірно
40.5 Шкільна програма	___	д) не вплинуть

41. На вашу думку, яка система військового вишколу надасть дітям більше практичних навичок у побуті та облаштуванні в бойових умовах?

41.1 Хортинг

41.2 «Джура»

41.3 Військово-історична реконструкція

41.4 Шкільна програма

41.5 Ваш варіант

42. Вкажіть, на вашу думку, у порядку спадання системи військового вишколу, які найкраще вплинуть на розвиток патріотизму учнів.

42.1 «Джура»	___	а) найкраще
42.2 Хортинг	___	б) краще
42.3 Військово-історична реконструкція	___	в) середньо
42.4 БАрС	___	г) малоймовірно
42.5 Шкільна програма	___	д) не вплинуть

43. На вашу думку, яка система військового вишколу найкраще підійде для поліпшення фізичного стану школярів?

43.1 Хортинг

43.2 «Джура»

43.3 Військово-історична реконструкція

43.4 Шкільна програма

43.5 Ваш варіант

44. Чи зацікавила вас експериментальна програма із використанням засобів військово-історичної реконструкції на уроках фізичного виховання?

44.1 Так

44.2 Ні

45. Чи використали б ви військово-історичну реконструкцію на своїх заняттях фізичного виховання?

45.1 Так

45.2 Ні

45.3 Важко відповісти

46. Чи ви б радили колегам з інших шкіл експериментальну програму з використанням засобів військово-історичної реконструкції на заняттях фізичного виховання?

46.1 Так

46.2 Ні

46.3 Важко відповісти

47. Яку тему військово-історичної реконструкції ви би обрали для своїх занять? (Ураховуючи інтереси дітей та актуальність теми сьогодні.)

47.1 Київська Русь — лицарі

а) у першу чергу

47.2 Гетьманщина — козаки

б) у другу чергу

47.3 УНР, ЗУНР — стрільці

в) у третю чергу

47.4 УПА — повстанці

г) в останню чергу

48. Ви можете долучитися до дослідження та запропонувати інші наявні системи військово-патріотичного виховання школярів.
