

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Державний заклад
«ЛУГАНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ТАРАСА ШЕВЧЕНКА»
Факультет охорони здоров'я і спорту
Кафедра теорії та методики фізичного виховання

Іваненко Кирило Олексійович

**ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК СОЦІАЛЬНОЇ ВЗАЄМОДІЇ (SOFT
SKILLS) У ЮНАКІВ 10–11–Х КЛАСІВ ЗА ДОПОМОГОЮ ГРИ
«ПАННА»**

**кваліфікаційна робота
здобувача вищої освіти другого (магістерського) рівня за спеціальністю
А4.11 Середня освіта (Фізична культура)**

Особистий підпис:



Кирило ІВАНЕНКО

Науковий керівник:



Олена ОТРАВЕНКО

кандидатка педагогічних наук, доцентка

Зав. кафедри:



Олена ОТРАВЕНКО

кандидатка педагогічних наук, доцентка

Лубни – 2026

АНОТАЦІЯ

Іваненко К.О. Формування навичок соціальної взаємодії (soft skills) у юнаків 10-11-х класів за допомогою гри «Панна». Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Кваліфікаційна робота на здобуття другого (магістерського) рівня вищої освіти з галузі знань 01 – Освіта/Педагогіка, за спеціальністю: А4.11 – Середня освіта (Фізична культура). Державний заклад «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка». Лубни, 2026.

У кваліфікаційній роботі досліджено теоретичні та практичні аспекти розвитку соціальних навичок у підлітків в умовах сучасної освітньої реальності. Оскільки soft skills є важливим компонентом успішної соціалізації та інтеграції особистості в різноманітні соціальні контексти, робота спрямована на удосконалення методів навчання та розвитку таких навичок у підлітків через застосування активних методів, зокрема спортивних ігор. Проаналізовано теоретичні основи формування соціальних навичок в шкільному віці, окреслено роль фізичної культури як складової цього процесу. У контексті дослідження особлива увага приділяється гри «Панна» як інструменту розвитку комунікативних, командних та лідерських якостей. Визначено значення цієї гри для зміцнення міжособистісних взаємодій та покращення психологічного клімату в групі. Експериментально впроваджено методику використання гри «Панна» на уроках фізичної культури для розвитку соціальних навичок у 10-11-х класах. Розроблено та впроваджено спеціальну програму тренувань, що включає елементи цієї гри, з метою підвищення рівня взаємодії серед юнаків 10-11-х класів. За результатами роботи надруковано тези у збірнику конференцій, Глухів, 2025.

Робота складається з трьох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел (73 найменування, з них 23 іноземною мовою) та додатку. Робота містить 5 таблиць та 2 рисунки.

Ключові слова: методика, інтерактивне навчання, навички соціальної взаємодії (soft skills), юнаки 10-11-х класів, варіативний модуль «Панна», вуличний футбол, заклад загальної середньої освіти.

ABSTRACT

Ivanenko K.O. Development of Social Interaction Skills (Soft Skills) in 10th-11th Grade Boys through the Game «Panna». Qualification scientific work in the form of a manuscript.

Qualification work for obtaining the second (master's) level of higher education in the field of knowledge 01 – Education/Pedagogy, in the specialty: A4.11 – Secondary education (Physical culture). State institution «Luhansk National Taras Shevchenko University». Lubny, 2026.

The qualification work investigates the theoretical and practical aspects of developing social skills in adolescents within the context of modern educational reality. As soft skills are a crucial component of successful socialization and the integration of the individual into various social contexts, this study aims to improve methods for teaching and developing these skills in adolescents through active methods, particularly sports games. The theoretical foundations of social skills development during school age are analyzed, with a focus on the role of physical education as an integral part of this process. Special attention is given to the game «Panna» as a tool for developing communication, teamwork, and leadership qualities. The significance of this game in strengthening interpersonal interactions and improving the psychological climate in groups is determined. The results of the work are followed by abstracts from the collection of the conference, Glukhiv, 2025.

An experimental approach was implemented, using the game «Panna» in physical education lessons to enhance social skills among 10th-11th grade boys. A specialized training program incorporating elements of this game was developed and introduced with the aim of improving interaction levels among students in the 10th-11th grades.

The work consists of three chapters, conclusions for each chapter, general conclusions, and a list of references (including 23 foreign language sources) and appendix. The study includes 5 tables and 2 figures.

Keywords: methodology, interactive learning, social interaction skills (soft skills), 10th-11th grade boys, the «Panna» variable module, street football, general secondary education institution.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	7
РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ СОЦІАЛЬНИХ НАВИЧОК У ПІДЛІТКІВ.....	11
1.1. Роль соціальних навичок у розвитку підлітків.....	11
1.2. Психологічні та педагогічні аспекти формування soft skills у підлітків.....	14
1.3. Використання фізичної культури для розвитку соціальних навичок.....	17
1.4. Методи інтерактивного навчання для розвитку соціальних навичок у підлітків.....	21
1.5. Ігрові методи як засіб розвитку соціальних навичок у підлітків.....	24
Висновки до першого розділу.....	29
РОЗДІЛ ІІ. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ	31
2.1. Методи дослідження.....	31
2.2. Організація дослідження.....	39
РОЗДІЛ ІІІ. РЕЗУЛЬТАТИ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЇ МЕТОДИКИ ВПРОВАДЖЕННЯ ГРИ «ПАННА» В ПРОЦЕС НАВЧАННЯ ЮНАКІВ 10-11-Х КЛАСІВ.....	42
3.1. Розробка та впровадження методики гри «Панна» як інструменту розвитку соціальних навичок у процесі навчання юнаків 10-11-х класів ..	42
3.2. Результати експериментального впровадження гри «Панна» для розвитку соціальних навичок у 10-11-х класах.....	48
3.3. Оцінка ефективності впровадження гри «Панна» для розвитку комунікативних, командних та лідерських якостей юнаків 10-11-х класів.....	51
Висновки до третього розділу.....	57
ВИСНОВКИ.....	60

ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ ВЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЩОДО ВПРОВАДЖЕННЯ ГРИ «ПАННА» В ОСВІТНІЙ ПРОЦЕС УЧНІВ 10-11-Х КЛАСІВ	63
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	66
ДОДАТКИ.....	75

ВСТУП

Актуальність теми. В останні роки у закладі загальної середньої освіти велику увагу приділяється модернізації процесу фізичного виховання, введенню нових варіативних модулів, де необхідно в учнів формувати соціальні навички [29; 30; 36]. Зокрема, сучасне суспільство ставить високі вимоги до рівня розвитку соціальних, комунікативних і лідерських якостей підлітків, що обумовлює необхідність їх формування вже на етапі шкільної освіти. У цьому контексті значну роль можуть відігравати інтерактивні методики навчання, які дозволяють ефективно поєднувати навчальні процеси з розвитком практичних навичок [28].

Однією з таких методик є використання спортивних ігор, зокрема гри «Панна», що виявилася ефективною для розвитку соціальних навичок у підлітків [26]. Ця проблема є надзвичайно актуальною сьогодні, оскільки інтерактивні методи та спортивні ігри сприяють формуванню таких важливих компетентностей, як комунікація, командна робота, лідерство, що необхідні для подальшої соціалізації молоді в умовах постійно змінюваного соціального середовища.

Останнім часом тема розвитку соціальних навичок у підлітків привертає увагу дослідників різних галузей, зокрема психології, педагогіки та фізичного виховання. Вітчизняні та зарубіжні науковці (Качан О., Отравенко О., 2025; Бутиліна О., Радченко Н., 2021; Дорожко І., Малихіна О та ін., 2024; Прокоф'єва Л., Форостяк О. та ін., 2025; Bataklar S., 2023; Moss T., 2021 та ін.) активно досліджують різні аспекти інтерактивних методів у навчанні. Так, ряд робіт присвячений аналізу психологічних аспектів формування лідерських та комунікативних навичок у підлітків через різні методи, зокрема через рольові ігри та спортивні змагання. Відзначається, що соціальні навички найбільше розвиваються в умовах активної взаємодії, де учні мають можливість застосувати теоретичні знання на практиці [1; 4; 7; 9; 17; 19]. Водночас, ще недостатньо досліджено

використання конкретних спортивних ігор, таких як вуличний футбол, для розвитку цих навичок у підлітків. Відомо, що спортивні ігри дозволяють значно покращити командну взаємодію, вміння вирішувати конфлікти, співпрацювати в команді, що є основою ефективної соціальної адаптації. Отже, розробка та впровадження гри «Панна» в процес фізичного виховання у школах є важливим внеском у розвиток соціальних навичок учнів 10-11-х класів.

Зв'язок із науковими програмами та НДР кафедри теорії та методики фізичного виховання. Робота виконана відповідно до Зведеного плану науково-дослідної роботи кафедри теорії та методики фізичного виховання Державного закладу «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка». У рамках цього дослідження було вивчено та апробовано методику впровадження гри «Панна» як інструменту для розвитку соціальних навичок у підлітків 10-11-х класів, що відповідає ключовим напрямам наукових досліджень кафедри в області фізичного виховання та педагогічних технологій.

Незважаючи на значну кількість досліджень щодо інтерактивних методів навчання та розвитку соціальних навичок через спортивні ігри, використання гри «Панна» в якості інструменту розвитку соціальних навичок у підлітків є новим підходом в українському контексті. Дослідження гри «Панна» як методу формування соціальних навичок є недостатньо розкритим у сучасній педагогічній літературі, тому це дослідження заповнює важливу наукову прогалину, сприяючи розвитку теоретичних та практичних аспектів використання спортивних ігор у формуванні соціальних навичок підлітків.

Мета дослідження полягає в теоретичному обґрунтуванні, розробці та експериментальній перевірці формування навичок соціальної взаємодії (soft skills) у юнаків 10-11-х класів за допомогою гри «Панна» (вуличний футбол).

Гіпотеза дослідження полягає в припущенні, що використання гри «Панна» в процесі фізичного виховання сприятиме покращенню комунікативних, командних та лідерських навичок підлітків 10-11-х класів,

що підтвердиться значним поліпшенням їх соціальної взаємодії та ефективності командної роботи в процесі навчання.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати теоретичні основи формування соціальних навичок у підлітків.
2. Визначити теоретичні та практичні аспекти інтерактивних методів навчання та оцінити їх вплив на розвиток комунікації, командної роботи та лідерських якостей у підлітків.
3. Розробити та впровадити методику гри «Панна» для формування соціальних навичок у юнаків 10-11-х класів (комунікативних, командних та лідерських якостей).
4. Оцінити ефективність методики впровадження гри «Панна» в освітній процес з фізичної культури юнаків 10-11-х класів.
5. Розробити практичні рекомендації для використання гри «Панна» як інструменту розвитку соціальних навичок підлітків в освітньому процесі для вчителів фізичної культури.

Об'єкт дослідження – процес фізичного виховання юнаків 10-11-х класів у закладі загальної середньої освіти.

Предмет дослідження – методика інтерактивного навчання для формування навичок соціальної взаємодії (soft skills) у юнаків 10-11-х класів за допомогою гри «Панна» (вуличний футбол).

Методи дослідження: теоретичний аналіз літературних джерел, бесіди, педагогічне спостереження, тестування; педагогічний експеримент, методи математичної статистичної обробки даних.

Новизна одержаних результатів полягає в експериментальному впровадженні гри «Панна» як інструменту для розвитку соціальних навичок у учнів 10-11-х класів. Дослідження показало, що ця гра є ефективним інструментом для розвитку комунікаційних, командних та лідерських якостей у підлітків 10-11-х класів, що підтверджується статистичними даними.

Практичне значення роботи полягає у застосуванні інтерактивних методик, зокрема гри «Панна», як інструменту розвитку соціальних навичок підлітків. Результати дослідження можуть бути використані в освітньому процесі для вдосконалення підготовки учнів до дорослого життя, зміцнення міжособистісних відносин у колективі та розвитку емоційної інтелігентності підлітків. Гра «Панна» може стати важливим компонентом не тільки уроків фізичної культури, а й інших навчальних дисциплін, де необхідні командна взаємодія, комунікація та лідерські якості.

Результати роботи були апробовані впродовж січня-травня 2024-2025 н.р. шляхом упровадження в освітній процес уроку фізичної культури 10-А класу Кременського ліцею №4 Луганської області авторських розробок щодо застосування методів, основою яких є розробка методики впровадження гри «Панна», яка суттєво вплинула на формування навичок соціальної взаємодії (soft skills) у юнаків 10-11-х класів. Впровадження гри «Панна» також дозволило підвищити рівень фізичної підготовленості, сприяло поширенню та поглибленню знань учнів з фізичної культури. Матеріали є актуальними, мають практичне значення.

Апробація результатів дослідження. Результати дослідження були опубліковані у матеріалах VII міжн. наук.-практ. конф. «Сучасні тенденції та перспективи розвитку якісної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту в умовах ступеневої освіти» (Полтава – Лубни, 17-18 квітня 2025 р.) та IV Всеукр. науково-практ. інтернет-конф. з міжн. участю «Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та туристично-краєзнавчої і фізкультурнооздоровчої роботи», 27.11.2025, Глухівський нац. педагогічний ун-т імені Олександра Довженка, сертифікати додаються у додатках.

Структура та обсяг роботи. Робота складається з вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг роботи становить 82 сторінки, основного тексту якої 65 сторінок. Список літературних джерел налічує 73 найменувань, в тому числі 23 закордонних. Робота містить 5 таблиць та 2 рисунки.

РОЗДІЛ І.

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ СОЦІАЛЬНИХ НАВИЧОК У ПІДЛІТКІВ

1.1. Роль соціальних навичок у розвитку підлітків

Соціальні навички – це сукупність вмінь і здатностей, які дозволяють людині ефективно взаємодіяти з іншими людьми, будувати та підтримувати міжособистісні стосунки, адаптуватися в соціальному середовищі та вирішувати конфлікти [11]. Вони включають комунікативні, емоційні, лідерські, організаційні та командні навички, які є важливою складовою гармонійного розвитку особистості в підлітковому віці. Соціальні навички формуються і розвиваються в процесі взаємодії з оточуючими, через спільні активності, а також під впливом педагогічних та психологічних практик, що здійснюються в освітньому середовищі [9; 12; 13].

Роль соціальних навичок у розвитку підлітків є надзвичайно важливою, оскільки саме в підлітковому віці закладаються основи особистісної і соціальної адаптації [7; 32; 34]. Підлітки в цей період починають більш активно взаємодіяти зі своїми однолітками, батьками, вчителями та іншими людьми, що має значний вплив на їх розвиток. Саме в цей період формуються базові навички, необхідні для подальшої самореалізації в різних сферах життя – як у професійній діяльності, так і в особистому житті.

Важливість соціальних навичок для підлітків полягає в тому, що вони забезпечують успішну адаптацію до соціуму, допомагають їм ефективно вирішувати міжособистісні конфлікти, знаходити спільну мову з іншими людьми та реалізовувати свої ідеї. Соціальна взаємодія є необхідною складовою процесу розвитку підлітка, оскільки саме через спілкування та взаємодію з іншими людьми формується індивідуальна самооцінка, ціннісні орієнтири, ставлення до себе і до оточуючих [4; 21].

Підлітковий вік – це період активних змін у житті молодої людини, коли відбуваються значні фізіологічні, психологічні та соціальні трансформації [36; 40]. Перехід від дитинства до дорослості супроводжується зміною ролей у сім'ї, школі, серед однолітків, що може викликати певні труднощі у формуванні здорових соціальних зв'язків. Саме в цей час підлітки потребують підтримки в розвитку навичок самовизначення, самоорганізації, комунікації і, найголовніше, вміння співпрацювати в колективі. Від успішності розвитку цих навичок залежить здатність підлітка інтегруватися в соціум і ефективно функціонувати в різних соціальних контекстах.

Соціальні навички допомагають підліткам не лише будувати конструктивні стосунки з оточуючими, але й розвивати важливі психологічні характеристики, такі як впевненість у собі, здатність до емпатії, готовність до компромісу [41]. Це створює умови для розвитку здорових соціальних зв'язків, підтримки психоемоційної рівноваги і, як наслідок, формує базу для подальшого успішного функціонування в дорослому житті.

Соціальні навички поділяються на кілька основних видів, кожен з яких має своє значення для підлітка. До основних видів соціальних навичок відносяться [31; 32; 34]:

- Комунікативні навички – вміння висловлювати свої думки, слухати інших, ефективно спілкуватися та вести діалог. Це важлива складова для створення ефективних міжособистісних зв'язків. У підлітковому віці комунікативні навички сприяють розвитку умінь вести переговори, вирішувати конфлікти і виражати свої емоції та почуття в здоровий спосіб.
- Емоційні навички – вміння контролювати свої емоції, розпізнавати емоції інших людей і адекватно на них реагувати. У підлітковому віці розвиток емоційної грамотності є важливим для формування здорових стосунків з однолітками, оскільки багато соціальних проблем виникають саме через нездатність адекватно виражати свої емоції чи розуміти емоції інших.

- Лідерські навички – вміння організовувати, мотивувати, вести за собою, приймати рішення в групі. Підлітки, які володіють лідерськими якостями, здатні створювати сприятливу атмосферу для командної роботи, що допомагає не тільки в школі, але й у майбутній кар'єрі.

- Командні навички – уміння працювати в команді, взаємодіяти з іншими, досягати спільних цілей. Це важлива складова розвитку соціальних навичок, адже більшість діяльності в житті передбачає роботу в колективі. Для підлітків це навичка особливо актуальна, оскільки в шкільному середовищі часто доводиться працювати над проектами або в групах для виконання завдань.

- Організаційні навички – вміння організувати свою діяльність, планувати час, виконувати завдання в строк і координувати дії з іншими людьми. Вміння ефективно організовувати свою діяльність є важливим для розвитку відповідальності та самодисципліни у підлітків.

Розвиток соціальних навичок є важливим для адаптації підлітків у різних соціальних середовищах [33]. Адже, знаходячи спільну мову з однолітками та іншими людьми, підлітки можуть успішно інтегруватися в суспільство, долати труднощі і отримувати підтримку в складних ситуаціях. Наявність розвинених соціальних навичок забезпечує підліткам здатність до самовираження та самостійного прийняття рішень, що сприяє розвитку їх соціальної компетентності.

Підлітки, які мають розвинені соціальні навички, здатні краще адаптуватися в умовах колективу, налагоджувати взаємодію з однолітками, виявляти ініціативу в колективних проектах і керувати своїми емоціями в складних ситуаціях. Це, в свою чергу, допомагає зменшити рівень стресу, тривожності і соціальних конфліктів, що є частими супутниками підліткового віку.

Розвинені соціальні навички безпосередньо впливають на успіхи підлітків у навчанні та їх подальшу професійну діяльність [22]. У школі підлітки повинні взаємодіяти з вчителями та однолітками, працювати над

проектами, брати участь у групових обговореннях, що потребує уміння слухати, взаємодіяти та аргументувати свою думку. Підлітки, які не володіють належними соціальними навичками, часто стикаються з труднощами в командній роботі, що може негативно позначитися на їх навчальних досягненнях.

В подальшому, у професійній діяльності, ці ж навички будуть потрібні для ефективної комунікації, командної роботи, вирішення конфліктів і побудови кар'єри. Тому розвиток соціальних навичок у підлітковому віці є важливим не лише для шкільної адаптації, але й для формування основ майбутньої професійної кар'єри. Таким чином, соціальні навички є ключовими для успішного розвитку підлітка в умовах сучасного соціуму.

1.2. Психологічні та педагогічні аспекти формування soft skills у підлітків

Формування соціальних навичок (soft skills) є критично важливим етапом розвитку підлітків, оскільки ці навички допомагають їм адаптуватися до соціального середовища, взаємодіяти з іншими людьми, вирішувати конфлікти та будувати здорові міжособистісні стосунки [25; 31]. Вони охоплюють такі компоненти, як комунікація, емоційний інтелект, лідерство, командна робота та адаптивність, і є важливими не лише для успішної соціалізації, але й для розвитку професійної кар'єри в майбутньому. Формування цих навичок у підлітків має глибокі психологічні та педагогічні корені, що вимагають комплексного підходу.

1. Психологічні аспекти формування soft skills

Підлітковий вік є періодом активних змін, зокрема формування самосвідомості та ідентичності, пошуку ролі в соціумі. Підлітки часто переживають внутрішні конфлікти, пов'язані з бажанням незалежності та потребою в соціальній підтримці. Цей період є критичним для розвитку основних психологічних компонентів soft skills: впевненості, здатності до

самоорганізації, емоційної зрілості та комунікації. За даними багатьох психологів в підлітковому віці відбувається формування самооцінки, що визначає подальшу соціальну інтеграцію і взаємодію з іншими людьми [46; 47].

У підлітків часто виникають труднощі в управлінні своїми емоціями, адже емоційний фон цього віку характеризується нестабільністю. Це може призвести до агресивної поведінки, сором'язливості або навіть відчуженості. Тому розвиток емоційного інтелекту (розпізнавання, розуміння та управління емоціями) є необхідним для коректної соціалізації підлітків. Психологічна підтримка в цей період допомагає подолати бар'єри, що виникають через низьку самооцінку, страхи або соціальну ізоляцію.

Емоційний інтелект (EQ), згідно з теорією Деніела Гоулмана, є критичним елементом для розвитку soft skills [9]. Підлітки, які володіють високим рівнем EQ, можуть краще справлятися зі стресовими ситуаціями, ефективніше вирішувати конфлікти, краще взаємодіяти з іншими людьми та будувати здорові стосунки. Розвиток емоційного інтелекту включає в себе вміння ідентифікувати власні емоції, управляти ними, а також розуміти емоції інших людей, що є основою для ефективної комунікації та роботи в команді [9].

2. Педагогічні аспекти формування soft skills

У педагогічній практиці особлива увага приділяється інтерактивним методам навчання, що створюють умови для активної взаємодії учнів один з одним. Враховуючи психологічні особливості підлітків, основною стратегією є застосування методів, які стимулюють розвиток соціальних навичок через групову взаємодію, обговорення та спільне вирішення завдань. Рольовий підхід, проектна діяльність, метод кейс-стаді, дискусії і навчальні ігри – це ті інструменти, які дозволяють підліткам активно взаємодіяти, вчитися на практиці, а не лише теоретично [28].

Робота в групах, обговорення в класі, спільне вирішення проблемних ситуацій створюють середовище для розвитку комунікації, організаторських

здібностей, а також співпраці між однолітками. Педагог, в такому випадку, виступає не тільки як джерело знань, але й як фасилітатор, який допомагає організувати діяльність учнів, створюючи атмосферу довіри, де кожен може вільно виражати свої думки і почуття.

Використання інтерактивних методів навчання дозволяє підліткам не тільки освоїти теоретичні знання, але й здобути практичні навички, необхідні для соціальної взаємодії [27; 30; 41]. За допомогою рольових ігор, тренінгів, мозкових штурмів та інших методів активного навчання учні здобувають досвід співпраці, вчаться вирішувати конфлікти і працювати в команді. Ці методи формують у підлітків здатність до саморегуляції, управління стресовими ситуаціями та прийняття відповідальних рішень.

Навчання повинно відбуватися в контексті соціальної взаємодії, оскільки це дозволяє учням краще засвоювати нові навички в реальних ситуаціях. Підлітки вчаться через взаємодію, а не лише через спостереження, що є критично важливим для розвитку соціальних навичок [5].

Фізична культура та спортивні ігри є важливими складовими освітнього процесу, сприяючи розвитку не тільки фізичних, але й соціальних навичок [15; 27; 59]. Командні види спорту, зокрема, такі як футбол, баскетбол чи волейбол, є чудовими прикладами, коли підлітки не тільки тренуються фізично, але й вдосконалюють свої комунікативні та організаторські здібності, вчаться працювати в команді, дотримуватись правил і підтримувати інших. Ігри, як «Панна» або вуличний футбол, можуть стати інструментом для розвитку лідерських якостей, уміння співпрацювати, організовувати групу і вирішувати конфлікти в реальному часі.

Дослідження [27; 29; 30; 60] показують, що в умовах фізичної активності підлітки отримують можливість реалізувати себе в групових ситуаціях, що допомагає покращити не лише фізичні, а й соціальні навички, такі як лідерство, взаємодія в команді, а також комунікація під час виконання завдань. Це є важливим для формування у підлітків відповідальності,

дисципліни, здатності до самоконтролю та підтримки моральних стандартів в групі.

Отже, формування soft skills у підлітків є важливою складовою їх соціалізації і розвитку в умовах сучасного світу. Психологічні аспекти розвитку соціальних навичок включають формування емоційної компетентності, самоусвідомлення та самоконтролю. Педагогічні підходи повинні бути орієнтовані на інтерактивне навчання, що дозволяє підліткам отримувати досвід соціальної взаємодії через практичні методи. Спортивні ігри та фізична культура, в свою чергу, надають можливості для розвитку командних навичок, лідерства та співпраці в реальних умовах. Системний підхід до формування соціальних навичок є необхідним для успішної адаптації підлітків до соціального середовища та їх подальшого розвитку.

1.3. Використання фізичної культури для розвитку соціальних навичок

Фізична культура, зокрема спортивні ігри, відіграє важливу роль у розвитку соціальних навичок у підлітків. Вони сприяють не лише покращенню фізичного здоров'я, а й розвитку таких навичок, як комунікація, співпраця, лідерство, управління емоціями, вирішення конфліктів і робота в команді. Серед численних досліджень [19; 23; 27; 40; 42-46] у цій галузі особлива увага приділяється командним видам спорту, де підлітки здобувають важливі соціальні вміння через безпосередню взаємодію з іншими учасниками гри. Нами здійснено аналіз існуючих праць, що стосуються впливу фізичної культури та будь-яких активностей на розвиток соціальних навичок у підлітковому віці.

Так, спортивні ігри є одними з найбільш ефективних інструментів для розвитку соціальних навичок у підлітків [43]. Вони надають можливість для підлітків взаємодіяти з іншими людьми в умовах фізичної активності, що сприяє розвитку комунікаційних здібностей, вміння працювати в команді,

лідерських якостей та уміння вирішувати конфлікти. Спортивні ігри також допомагають підліткам навчитися приймати важливі рішення, організовувати свою діяльність, долати труднощі та підтримувати інших учасників у команді.

Дослідження, проведене Felfing A. та ін. [51], вказує на те, що заняття командними видами спорту сприяють розвитку співпраці і координації в колективі. Вони виявили, що учасники спортивних команд частіше демонструють високі рівні комунікації, взаєморозуміння та підтримки, що є важливими аспектами соціалізації в підлітковому віці. Проте, ефективність спортивних ігор у розвитку соціальних навичок багато в чому залежить від конкретного виду спорту, а також від способу організації та проведення спортивних змагань.

Командні види спорту, такі як футбол, волейбол, баскетбол, хокей, є важливим аспектом розвитку соціальних навичок [50; 55]. У таких іграх підлітки мають змогу активно взаємодіяти з іншими учасниками, працювати на спільний результат, підтримувати один одного в складних ситуаціях. Вони вчаться визначати свої ролі в команді, взаємодіяти з іншими на рівні стратегічного планування, а також долати труднощі під час гри.

У роботах, присвячених впливу командних видів спорту на соціальну взаємодію, багато авторів зазначають, що для досягнення успіху в цих іграх необхідно розвивати не лише індивідуальні технічні навички, а й здатність працювати в команді, чітко комунікувати свої ідеї, а також дбати про добробут інших учасників команди [52; 56; 57]. Згідно з цими дослідженнями участь у командних видах спорту сприяє розвитку групової динаміки, допомагає підліткам покращити соціальну взаємодію, вчитися підтримувати командний дух і розвивати соціальні зв'язки.

Футбол, зокрема, є одним з найбільш популярних командних видів спорту, який сприяє розвитку навичок взаємодії, співпраці та довіри між учасниками. Як зазначає Мазурчук О. та ін. [23], футбол є універсальним інструментом для формування соціальних навичок через розв'язання

складних завдань у процесі гри, коли кожен учасник має чітко визначену роль, але разом із тим повністю залежить від командної співпраці. У футболі підлітки вчаться стратегічному мисленню, розвитку плану дій на основі спільної мети та адаптації до змінних умов гри.

Займаючись командними видами спорту, підлітки також розвивають лідерські навички. У багатьох випадках, навіть якщо підліток не займає формальну лідерську позицію в команді, він може бути змушений брати на себе роль організатора, мотиватора чи координатора, щоб досягти спільної мети. Із цього випливає, що спорт є одним із кращих середовищ для формування лідерських якостей.

В роботі Мох Т. та Носкової Т. [27] відзначено, що підлітки, які активно займаються командними видами спорту, мають більш високі рівні лідерських здібностей. Вони здатні приймати важливі рішення під час ігор, підтримувати моральний дух команди, адаптуватися до змін у ситуації та брати на себе відповідальність за результати.

Лідерство в командних іграх проявляється в здатності вести команду до перемоги, правильно розподіляти ролі та функції серед гравців, а також знаходити шляхи для мотивації команди, коли ті зазнають труднощів. У цьому контексті фізична культура сприяє розвитку вміння брати на себе відповідальність, управляти групою, приймати рішення в складних ситуаціях і працювати з іншими для досягнення спільних цілей.

Заняття спортом, зокрема командними іграми, допомагають підліткам навчатися ефективно вирішувати конфлікти [32]. У спортивному середовищі виникають різноманітні стресові ситуації – від суперечок з приводу правил до незадоволення з приводу результатів гри. В таких умовах підлітки змушені контролювати свої емоції, приймати рішення та шукати шляхи вирішення конфліктів, що можуть виникнути в процесі гри.

Дослідження, проведене Sobko S. та Babenko A. [60], показує, що спортивні ігри є важливим середовищем для розвитку соціальних навичок управління стресом і вирішення конфліктів. Підлітки, які беруть участь у

таких іграх, мають більшу стресостійкість, оскільки вони змушені швидко адаптуватися до змін у ситуації, справлятися з негативними емоціями та конструктивно реагувати на критику. Вони вчаться приймати поразки і працювати з негативними емоціями, що сприяє їх психоемоційному розвитку.

Додатково, як показує робота Shapran O. та Tkachuk O. [59], спорт дає підліткам можливість навчитися не лише вирішувати конфлікти у виграних ситуаціях, але й справлятися з невдачами, приймати їх як частину процесу і знаходити мотивацію для подальших досягнень. Важливою складовою соціальних навичок є вміння працювати в колективі навіть у момент поразки, підтримувати команду та продовжувати діяти на спільну мету.

Окремо варто згадати вуличні спортивні ігри, як-от вуличний футбол, які можуть стати важливим фактором у розвитку соціальних навичок. У вуличних іграх підлітки не мають чітко визначених ролей, немає строгих правил та вказівок від дорослих. Це створює умови для самостійного прийняття рішень, організації гри та вирішення конфліктів без зовнішнього втручання.

Згідно з дослідженням Мосейчук Ю. та ін. [26], вуличний футбол допомагає підліткам розвивати відповідальність, ініціативність, а також здатність працювати в колективі без формальної організації. Ці ігри дозволяють підліткам покращити свої соціальні навички через безпосередню взаємодію з іншими учасниками гри, обговорення правил, вирішення спірних моментів та підтримку один одного в процесі гри.

Загалом, спортивні ігри, особливо командні види спорту, є потужним інструментом для розвитку соціальних навичок у підлітковому віці. Вони допомагають підліткам розвивати комунікацію, лідерство, колективізм, стресостійкість і здатність вирішувати конфлікти. Існуючі дослідження вказують на важливість включення фізичної активності у навчальний процес, оскільки це створює умови для розвитку не лише фізичних, а й соціальних та

психологічних якостей, необхідних для успішної адаптації в сучасному соціумі.

1.4. Методи інтерактивного навчання для розвитку соціальних навичок у підлітків

Інтерактивні методи навчання вважаються ефективними інструментами для формування соціальних навичок у підлітків, оскільки вони сприяють активній взаємодії учнів з однокласниками, викладачами та навчальним матеріалом. Вітчизняні дослідження [27; 28; 30; 34] показують, що інтерактивне навчання значно покращує комунікацію, сприяє розвитку навичок роботи в групах, дозволяє підліткам адаптуватися до соціальних ситуацій і розвивати критичне мислення. Зокрема, в контексті фізичної культури, ці методи можуть застосовуватися для розвитку не лише фізичних, а й соціальних компетенцій. Так, нами здійснено аналіз інтерактивних методів навчання для розвитку соціальних навичок у підлітків на основі вітчизняних джерел з прикладами застосування.

Інтерактивне навчання – це процес, у якому учні активно залучаються до навчальної діяльності через взаємодію з іншими учасниками навчального процесу (вчителями, однокласниками, навчальним матеріалом) [34]. Вітчизняні дослідники відзначають важливість цього методу для розвитку соціальних навичок у підлітків, зокрема вміння взаємодіяти в команді, ефективно комунікувати, вирішувати конфлікти та адаптуватися до різних соціальних ситуацій.

На думку Отравенко О. [28], інтерактивні методи допомагають сформувати у підлітків здатність до колективної взаємодії, що є важливою складовою соціальної компетентності. Вони сприяють не лише розвитку знань, а й формуванню комунікативних і групових навичок.

Ключові інтерактивні методи та приклади їх застосування:

1. Дискусії та дебати є важливими інтерактивними методами навчання, що дозволяють підліткам навчатися аргументувати свою думку, слухати інших, розуміти різні точки зору і працювати над вирішенням соціальних проблем. Вони особливо корисні для розвитку комунікативних навичок, здатності до конструктивної дискусії та розвитку критичного мислення.

Наприклад, на уроках фізичної культури можна організувати дискусії на тему «Чи потрібен спорт у шкільному навчанні?» або «Чи є фізична культура важливою для соціалізації підлітків?» В результаті такої дискусії учні повинні не тільки обґрунтувати свою позицію, а й навчитись слухати та враховувати думки інших. Такі дискусії розвивають вміння вести аргументовану розмову, брати до уваги різні погляди та досягати консенсусу.

Згідно з дослідженням Гребінник Л. [8], дебати дозволяють підліткам на практиці опановувати навички виразного мовлення, самовираження, а також вміння працювати з інформацією та швидко реагувати на зміни в обговоренні.

2. Рольові ігри є одним із найбільш ефективних методів для розвитку соціальних навичок. Підлітки змінюють свої соціальні ролі і взаємодіють з іншими в рамках вигаданих або реальних соціальних ситуацій. Це дозволяє краще зрозуміти соціальні норми, відчувати соціальну роль в певних контекстах і працювати над розвитком емпатії та комунікації.

Наприклад, під час уроків фізичної культури можна організувати рольову гру «Керівник команди». Кожен учень повинен прийняти роль тренера або капітана спортивної команди, а інші учні виконують ролі гравців. В цьому контексті учні вчаться, як управляти групою, організовувати роботу команди, вирішувати конфлікти і взаємодіяти в ситуаціях, що потребують колективних зусиль.

Савченкова М. [32] наголошує на тому, що рольові ігри допомагають підліткам відчувати реальні соціальні ролі, а також досягнути специфіку міжособистісних взаємодій в різних ситуаціях.

3. Проектна діяльність та групова робота є чудовим методом для розвитку соціальних навичок, оскільки вона передбачає спільну роботу над певним завданням або проектом. Підлітки повинні разом обговорювати проблеми, планувати етапи роботи, визначати ролі та завдання кожного учасника, що сприяє розвитку навичок лідерства, відповідальності та взаємодії в групі.

Наприклад, організація та проведення шкільних спортивних змагань є відмінним прикладом проектної діяльності, що включає колективну роботу. Учні можуть бути розподілені на різні групи: одна група займається підготовкою змагань (створення програми, запрошення учасників), інша – безпосередньо спортивною частиною (організація ігор, тренувань), третя – медійною (створення анонсів, фоторепортажів). Проектна діяльність не тільки вчить працювати в команді, але й сприяє розвитку організаційних навичок.

Шестакова С. [44] підкреслює, що робота над проектами дозволяє підліткам опановувати важливі навички управління часом, планування, а також виховує почуття відповідальності за результат.

4. Метод кейсів та ситуаційних завдань передбачає використання реальних або вигаданих ситуацій, в яких учні повинні знайти вирішення складної соціальної проблеми або зробити вибір у контексті реального життя. Це дозволяє підліткам не лише теоретично, а й на практиці застосовувати соціальні навички, такі як аргументація, співпраця, прийняття рішень.

Наприклад, учні можуть аналізувати випадки, пов'язані з міжособистісними конфліктами в команді на спортивних змаганнях або ситуації, коли потрібно розподілити ролі в команді для досягнення успіху. Задача полягає в тому, щоб учні прийшли до консенсусу щодо того, як вирішити конфлікт або зробити команду більш згуртованою.

За словами Шаповаленко В. та Гаркуші С. [43], кейс-метод є ефективним способом тренувати соціальні навички у підлітків, оскільки він

стимулює критичне мислення і дозволяє знаходити рішення для складних ситуацій, що є важливим аспектом соціалізації.

5. Інтерактивні технології та цифрові інструменти займають усе більш важливе місце в сучасному навчальному процесі. Використання мультимедійних засобів, онлайн платформ і відео-уроків дозволяє підліткам розвивати навички співпраці, комунікації та управління проектами в цифровому середовищі.

Наприклад, використання спортивних мобільних додатків для моніторингу фізичних тренувань або організація онлайн-конкурсів між класами чи школами можуть стати частиною навчального процесу. Така діяльність заохочує до взаємодії та командної роботи, а також допомагає удосконалювати цифрові та комунікативні навички.

Згідно з дослідженнями Качана О., Отравенко О. та Омельченко С. [40], а також Шавля Х. та ін. [42], цифрові інструменти допомагають підліткам не тільки засвоювати матеріал, а й полегшують взаємодію з іншими учасниками освітнього процесу, надаючи можливості для спільної роботи в реальному часі.

Отже, інтерактивне навчання є важливим інструментом для розвитку соціальних навичок у підлітків, оскільки воно стимулює активну взаємодію, навчання через досвід і вирішення реальних соціальних проблем. Застосування таких методів, як дебати, рольові ігри, проектна діяльність, кейс-метод і цифрові технології, допомагає учням розвивати комунікативні, організаційні та лідерські якості, що сприяють їх соціалізації та інтеграції в суспільство.

1.5. Ігрові методи як засіб розвитку соціальних навичок у підлітків

Ігрові методи навчання та виховання відіграють важливу роль у розвитку соціальних навичок у підлітків. Вони не тільки стимулюють активну участь учнів в освітньому процесі, а й сприяють формуванню

важливих для соціалізації якостей, таких як комунікація, співпраця, емпатія, здатність до вирішення конфліктів та лідерство. Вітчизняні дослідження [2; 15; 18; 19; 24] казують на численні переваги використання ігор як інструменту формування соціальних навичок, а також підкреслюють значення ігрових методів у контексті підліткової психології та педагогіки.

Ігрові методи навчання визначаються як такі, що забезпечують активну участь учнів 10-11-х класів у процесі навчання через різноманітні ігрові форми та ситуації. За визначенням Прокоф'єва Л. та ін. [30], ігрові методи – це специфічні форми діяльності, в яких учасники взаємодіють за допомогою певних правил і сценаріїв, що дозволяють розвивати різноманітні аспекти особистості, зокрема соціальні навички. У контексті підліткового віку ігри відіграють особливу роль, оскільки це час активної соціалізації, ігри допомагають інтегрувати соціальні норми в повсякденне життя.

Ігрові методи можуть бути різними за своєю формою та змістом, проте вони мають спільні риси: вони орієнтовані на взаємодію учасників, дозволяють відпрацьовувати соціальні сценарії та моделюють реальні життєві ситуації.

Підлітковий вік є періодом інтенсивного розвитку соціальних навичок, коли молоді люди починають активно взаємодіяти з іншими людьми поза родиною. Соціальні навички, такі як ефективне спілкування, уміння працювати в команді, вирішення конфліктів, а також лідерство, є надзвичайно важливими для адаптації підлітків у соціумі.

Ігри є потужним засобом розвитку цих навичок, оскільки вони створюють ситуації, в яких учасники змушені взаємодіяти один з одним, обговорювати стратегії, приймати колективні рішення. Вони також дозволяють підліткам розвивати емоційну інтелігентність через переживання певних емоцій у безпечному середовищі гри [28].

Ігрові методи допомагають підліткам ефективно освоювати соціальні ролі, вчитися взаємодіяти з іншими людьми, вирішувати соціальні конфлікти

та формувати позитивні соціальні зв'язки. Зокрема, ігри можуть бути використані для формування таких соціальних навичок, як:

- Командна робота: в іграх учасники часто працюють у групах, що вимагає від них уміння координувати свої дії з іншими, погоджувати рішення та досягати спільної мети.
- Лідерство: через ігри можна розвивати лідерські якості, надаючи підліткам роль керівників чи координаторів груп.
- Емоційний інтелект: у процесі гри підлітки вчаться розуміти емоції інших, співчувати, реагувати на соціальні сигнали, що є важливою частиною соціальної взаємодії.
- Розв'язання конфліктів: ігрові ситуації дають можливість відпрацьовувати навички мирного вирішення конфліктів, що є важливим елементом соціальних навичок у реальному житті.

Вітчизняні науковці неодноразово підкреслювали значення ігор у розвитку соціальних навичок у підлітків.

Так, Отравенко О. [28] вказує, що ігри дозволяють підліткам ефективно навчатися соціальним навичкам, таким як взаємодія у групі, вміння приймати рішення і планувати діяльність. Вона наголошує, що саме через рольові та командні ігри учні вчаться долати соціальні бар'єри і впевнено себе почувати в колективі.

Качан О. та ін. [40] підкреслюють, що використання спортивних ігор на уроках фізичної культури сприяє розвитку не лише фізичних, а й соціальних навичок. Ігри, де необхідна взаємодія між учасниками, дозволяють формувати такі якості, як лідерство, спільна відповідальність за результат, здатність до конструктивної комунікації.

Литвинова С. [22] у своєму дослідженні звертає увагу на роль ігор у розвитку емоційної інтелігенції. Вона відзначає, що рольові ігри сприяють кращому розумінню емоцій партнера, вмінню адаптувати свою поведінку в залежності від соціальної ситуації.

Качан О. та Отравенко О. [39] наголошують на важливості інтеграції ігрових методів у шкільний процес для розвитку соціальних навичок підлітків. Вона рекомендує використовувати такі ігри, що заохочують співпрацю, взаємопідтримку та вирішення колективних завдань.

Існує кілька типів ігор, які можуть бути використані для розвитку соціальних навичок у підлітків. Ось деякі з них:

1. Рольові ігри створюють умови для того, щоб учасники випробували різні соціальні ролі, такі як керівник, підлеглий, посередник чи арбітр. Вони дають можливість зрозуміти потреби інших учасників, знайти оптимальні шляхи вирішення конфліктів, набути досвіду ефективної комунікації.

Наприклад, рольова гра «Конфлікт у групі». Учні в ролях членів групи повинні вирішити конфлікт, пов'язаний із розподілом обов'язків під час проектної діяльності. Це дозволяє учням розвивати навички ведення переговорів і прийняття рішень у колективі.

2. Командні ігри – ігри, де успіх залежить від скоординованих дій усіх учасників. Вони розвивають уміння працювати в команді, делегувати обов'язки, відповідати за спільний результат.

Наприклад, спортивна гра на уроці фізичної культури, де учні повинні працювати в командах, щоб досягти загальної мети, наприклад, у футболі чи волейболі. У таких іграх підлітки навчаються взаємодії, підтримки і конструктивної критики.

3. Ігри на розвиток емоційної інтелігентності – ігри, що включають емоційні елементи, де учасники повинні зрозуміти і реагувати на емоції інших людей, адаптувати свою поведінку до соціальних умов.

Наприклад, гра «Емоційний мозаїк», де учасники мають зіграти певні емоції за допомогою жестів, міміки та виразів обличчя. Інші учасники повинні вгадати, яке саме почуття чи емоцію вони намагаються продемонструвати.

Таким чином, ігрові методи є потужним інструментом для розвитку соціальних навичок у підлітків. Вони дозволяють створити безпечне середовище для практичного застосування знань і умінь, а також розвивати важливі соціальні якості, такі як співпраця, лідерство, комунікація та вирішення конфліктів. Вітчизняні дослідження підтверджують ефективність ігор у процесі соціалізації підлітків, а також надають цінні рекомендації для їх застосування в освітньому процесі.

Висновки до першого розділу

1. Підлітковий вік є критичним періодом для розвитку соціальних навичок, що дозволяє індивіду адаптуватися до змінюваних соціальних умов та успішно інтегруватися в суспільство. Формування таких навичок, як ефективна комунікація, здатність до співпраці, управління емоціями та вирішення конфліктів, є важливою умовою для успішної соціалізації молоді особистості. Соціальні навички в умовах сучасної освіти сприяють розвитку загальної готовності підлітків до участі в суспільних процесах.

2. Формування соціальних навичок у підлітків не є процесом, що відбувається автоматично. Це складний процес, який потребує активного втручання з боку педагогів, психологів та батьків. Психологічні аспекти, такі як емоційний розвиток і здатність до самооцінки, відіграють важливу роль у розвитку soft skills. Педагогічні підходи, що включають активне навчання, інтерактивні методи та використання ігор, стимулюють підлітків до розвитку цих навичок. Інтерактивні методи навчання, у свою чергу, сприяють формуванню самостійності, відповідальності, комунікативних і лідерських здібностей.

3. Фізична культура є важливим інструментом для формування соціальних навичок, оскільки спортивні ігри та командні активності сприяють розвитку таких якостей, як командна робота, лідерство, дисципліна і взаємопідтримка. Аналіз сучасних наукових досліджень показав, що саме через участь у фізичних активностях підлітки здобувають досвід взаємодії з іншими людьми, навчаться співпрацювати для досягнення спільної мети, а також покращують свою здатність до вирішення конфліктів у команді.

4. Ігрові методи, як показують дослідження вітчизняних науковців, є важливим засобом розвитку соціальних навичок. Ігри допомагають формувати важливі соціальні компетенції, такі як комунікація, взаємодія в групах, вирішення конфліктів, емоційна обізнаність та лідерство. Ігрові методи дають можливість підліткам безпечно і на практиці освоювати різні

соціальні ролі, опрацьовувати емоційні реакції на стресові ситуації, а також розвивати соціальну відповідальність. Використання ігор на уроках фізичної культури або в позаурочній діяльності стимулює активну участь учнів, створюючи сприятливе середовище для розвитку соціальних навичок.

Таким чином, підлітки є вразливою категорією учнів, для яких розвиток соціальних навичок є ключовим для успішної інтеграції в соціум. Цей процес потребує активного педагогічного втручання, включаючи застосування інноваційних методів навчання. Ігрові методи, фізична культура та інтерактивне навчання виявляються найефективнішими інструментами для розвитку соціальних навичок, оскільки вони сприяють активній взаємодії учнів, формуванню емпатії, здатності працювати в команді та вирішувати конфлікти. Вивчення психологічних та педагогічних аспектів формування soft skills дозволяє чітко окреслити значення спеціалізованих методик для розвитку підлітків, а також визначити шляхи покращення існуючої системи освіти для досягнення ефективних результатів у цій сфері. Загалом, ігрові методи навчання є важливим інструментом формування соціальних навичок у підлітків, оскільки вони дозволяють безпосередньо застосовувати теоретичні знання в практичних умовах, надаючи можливість випробувати різні соціальні ролі і навчитися керувати своїми емоціями та взаємодіяти з іншими людьми.

Ці дані демонструють важливість комплексного підходу до формування соціальних навичок у підлітків, що включає як теоретичні, так і практичні аспекти навчання.

РОЗДІЛ 2

МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Методи дослідження

В процесі дослідження «Формування навичок соціальної взаємодії (soft skills) у юнаків 10-11-х класів за допомогою гри «Панна» були застосовані різноманітні методи, що дозволяють комплексно оцінити ефективність ігрових методів у розвитку соціальних навичок. Використання різних методів зумовлено специфікою поставлених завдань та особливостями педагогічної діяльності:

1. Теоретичний аналіз літературних джерел.
2. Бесіди.
3. Педагогічне спостереження.
4. Тестування.
5. Педагогічний експеримент.
6. Методи математичної статистичної обробки даних.

2.1.1. Теоретичний аналіз літературних джерел

Першочергово був здійснений теоретичний аналіз наукових джерел, що стосуються розвитку соціальних навичок у учнів 10-11-х класів, а також використання ігрових методів у педагогічному процесі. Вивчення наукових робіт з даної теми дало змогу систематизувати основні підходи до формування soft skills, а також уточнити понятійний апарат, необхідний для подальшого дослідження. Проаналізовано як вітчизняну, так і закордонну літературу, зокрема дослідження, що стосуються інтерактивних методів навчання та застосування фізичної культури в освіті.

Цей метод дозволив сформулювати теоретичні основи дослідження і визначити найефективніші підходи до використання ігрових методів у

розвитку соціальних навичок підлітків.

2.1.2. Бесіди

Бесіди стали важливим інструментом для виявлення початкового рівня соціальних навичок учнів 10-11-х класів, а також для отримання якісних даних про їхнє сприйняття та розуміння основних аспектів командної роботи, лідерства, комунікації та взаємодії в колективі. Бесіди проводились як з учнями, так і з вчителями, що дозволило сформувати комплексне уявлення про соціальну поведінку учнів 10-11-х класів у різних ситуаціях (додаток А).

Під час бесід із підлітками визначались проблеми в соціальній взаємодії, труднощі у встановленні контактів і спілкуванні, що дозволило коригувати стратегію впровадження ігрових методів в освітній процес. З вчителями бесіди були спрямовані на визначення їхнього бачення проблеми розвитку соціальних навичок у школярів і надання рекомендацій щодо інтеграції ігрових методів у навчання.

2.1.3. Педагогічне спостереження

Педагогічне спостереження було основним методом збору даних під час експерименту. Спостереження проводилось під час проведення уроків фізичної культури, на яких використовувалися елементи гри «Панна», а також під час позаурочних заходів. Увага приділялась взаємодії учнів 10-11-х класів, їхньому рівню комунікації, здатності до співпраці, лідерських якостей та вирішенню конфліктів в процесі гри. Спостереження дозволило виявити, як учні 10-11-х класів реагують на різні ситуації в команді, якими є їхні міжособистісні взаємодії та наскільки ефективно вони застосовують набуті навички в реальних умовах.

Особлива увага була зосереджена на наступних аспектах:

- Як учні розподіляють ролі в команді.
- Яка реакція учнів на командні та індивідуальні завдання.

- Рівень емоційної стабільності під час гри та взаємодії з однокласниками.
- Наявність або відсутність конфліктних ситуацій та шляхи їх вирішення.

2.1.4. Тестування

Тестування стало важливим етапом в оцінці рівня розвитку соціальних навичок у учнів 10-11-х класів до та після впровадження ігрових методів. Для тестування було розроблено спеціальні комплекси вправ, що включали завдання на оцінку таких якостей, як комунікація, емоційна обізнаність, здатність до співпраці та лідерство. Тестування допомогло встановити початковий рівень соціальних навичок учнів 10-11-х класів та оцінити їхній розвиток після проведення експерименту.

Тестові завдання містили ситуаційні задачі, що вимагали від учнів 10-11-х класів визначення оптимальних стратегій взаємодії в різних соціальних контекстах. Тож, для ефективного тестування соціальних навичок підлітків у межах дослідження «Формування навичок соціальної взаємодії (soft skills) у юнаків 10-11-х класів за допомогою гри «Панна» було розроблено конкретні тестові завдання, що дозволяють оцінити рівень розвитку комунікації, співпраці, лідерства, здатності до вирішення конфліктів та емоційної обізнаності учнів. За допомогою тестування можна було встановити, як змінилися соціальні навички учнів 10-11-х класів після серії занять з використанням гри «Панна».

Нижче наведено приклади орієнтовних тестових завдань, які використовувались під час нашого дослідження.

1. Тест на визначення комунікації

Завдання 1. Оцініть своє вміння розмовляти з незнайомими людьми.

1 – дуже важко почати розмову, часто відчуваю страх.

2 – розмовляю, але часто не знаю, що сказати.

3 – розмовляю з іншими досить легко, але інколи виникають труднощі.

4 – мені завжди легко знайти тему для розмови з людьми.

5 – я завжди ініціюю розмову і легко підтримую будь-яку бесіду.

Завдання 2. Як ви реагуєте, коли співрозмовник не погоджується з вашою думкою?

1 – намагаюся уникати конфлікту, не говорю нічого.

2 – іноді відчуваю розчарування, але намагаюсь залишатись спокійним.

3 – намагаюсь пояснити свою точку зору, але зберігаю нейтральну позицію.

4 – чітко висловлюю свою думку, але не намагаюсь переконати інших.

5 – я впевнено відстоюю свою позицію і намагаюсь зрозуміти думку співрозмовника.

2. Тест на визначення командної взаємодії

Завдання 3. Яку роль у команді ви зазвичай займаєте під час виконання групових завдань?

1 – завжди пасивний, не пропоную ідей і не виконую значної роботи.

2 – виконую свою частину роботи, але не активно взаємодію з іншими.

3 – готовий допомогти команді, але зазвичай слікую за іншими.

4 – активно пропоную ідеї і допомагаю команді, коли це необхідно.

5 – я лідер команди, організовую роботу, мотивую інших і беру на себе відповідальність.

Завдання 4. Як ви реагуєте, коли ваш товариш за командою робить помилку?

1 – критикую його за помилку.

2 – намагаюсь ігнорувати помилку, щоб не створювати конфлікту.

3 – допомагаю виправити помилку, але не обговорюю це.

4 – намагаюсь пояснити, що сталося, і допомогти з вирішенням проблеми.

5 – активно підтримую друга, пропоную варіанти вирішення і допомагаю виправити помилку.

3. Тест на визначення лідерських якостей

Завдання 5. Яким чином ви зазвичай ведете себе у ситуації, коли потрібно прийняти важливе рішення для групи?

1 – не беру на себе відповідальність, дозволяю іншому прийняти рішення.

2 – намагаюсь ухвалити рішення разом з іншими, але інколи вагатимусь.

3 – пропоную варіанти рішення і обговорюю їх з командою.

4 – приймаю рішення самостійно, враховуючи думки інших.

5 – я завжди беру на себе відповідальність і намагаюсь бути прикладом для інших.

Завдання 6. Як ви реагуєте, коли інші члени команди не виконують свої завдання?

1 – не намагаюсь нічого робити, вважаю це не моєю проблемою.

2 – намагаюсь вирішити проблему самостійно, не звертаючись до інших.

3 – намагаюсь поговорити з колегами і пояснити, чому важливо виконати завдання.

4 – ініціюю обговорення з командою і пропоную вирішення проблеми.

5 – активно беру на себе додаткову роботу, організовую команду і мотивую інших.

4. Тест на визначення емоційної обізнаності

Завдання 7. Як ви зазвичай реагуєте на несподівану негативну ситуацію (наприклад, незаплановану перешкоду або проблеми в роботі)?

1 – я починаю панікувати і не можу зрозуміти, як діяти.

2 – іноді роздратовуюсь, але намагаюсь зібратися.

3 – стараюсь залишатись спокійним і шукаю шляхи вирішення.

4 – я швидко оцінюю ситуацію та починаю діяти на основі власного досвіду.

- 5 – зберігаю спокій, оцінюю ситуацію з різних точок зору і пропоную рішення.

Завдання 8. Як ви зазвичай сприймаєте критику від інших людей?

1 – я дуже ображаюсь і довго переживаю.

2 – намагаюся ігнорувати критику, щоб не переживати.

3 – сприймаю її, але інколи важко її прийняти.

4 – я намагаюся прийняти критику конструктивно, без емоцій.

5 – я використовую критику для самовдосконалення і розглядаю її як шанс для розвитку.

5. Тест на визначення здатності до вирішення конфліктів

Завдання 9. Як ви поведетесь, коли з вами вчинили несправедливо?

1 – мовчу і не намагаюся нічого вирішити.

2 – намагаюся уникнути конфлікту, але мене це ображає.

3 – намагаюся поговорити з людиною і пояснити свою точку зору.

4 – я прямо висловлюю своє обурення, але намагаюся залишатись спокійним.

5 – я вирішую конфлікт шляхом конструктивного діалогу, знаходжу компроміс.

Завдання 10. Як ви вирішуєте, коли у вашій команді виникає суперечка щодо розподілу обов'язків?

1 – не втручаюсь, дозволяю іншим самотійно вирішувати конфлікт.

2 – намагаюся вирішити питання самотійно, не залучаючи інших.

3 – слухаю обидві сторони і намагаюся знайти компромісне рішення.

4 – організовую обговорення проблеми, щоб всі учасники могли висловити свою думку.

5 – я беру на себе роль медіатора, сприяю вирішенню конфлікту і знаходжу оптимальне рішення.

Критерії оцінювання отриманих результатів тестування:

- 1-2 балів – низький рівень розвитку навички. Учень має труднощі у соціальній взаємодії, потребує значної підтримки для розвитку навичок комунікації, співпраці та лідерства.
- 3-4 балів – середній рівень розвитку навички. Учень здатний ефективно взаємодіяти в команді, але іноді потребує додаткової підтримки та корекції в соціальних ситуаціях.
- 5 балів – високий рівень розвитку навички. Учень вміє добре взаємодіяти в колективі, вирішувати конфлікти, проявляти лідерські якості та активно комунікувати.

Після проведення тестування до і після експерименту проводилося порівняння результатів, що дозволило виявити зміни в рівні розвитку соціальних навичок учнів 10-11-х класів. Дані, отримані в результаті тестування, дають чітке уявлення про те, як застосування гри «Панна» впливає на розвиток комунікативних, лідерських, командних та інших соціальних навичок у підлітків.

Також з метою закріплення отриманих соціальних навичок та перевірки їх прояву в умовах реальної змагальної діяльності, було проведено внутрішньошкільні змагання з гри «Панна» серед учнів 10-11-х класів експериментальної групи.

2.1.5. Педагогічний експеримент

Педагогічний експеримент є основним методом дослідження, який дозволяє вивчити вплив використання гри «Панна» на розвиток соціальних навичок у підлітків.

Експеримент проводився у двох групах учнів – експериментальній та контрольній. В експериментальній групі використовувалися методи інтерактивного навчання з акцентом на гру «Панна», що дозволило учням 10-

11-х класів безпосередньо взаємодіяти один з одним, виконувати завдання, що сприяють розвитку комунікації, співпраці, лідерства та здатності до вирішення конфліктів.

У контрольній групі використовувалась традиційна методика проведення уроків фізичної культури без застосування додаткових ігрових елементів. Порівняння результатів після проведення експерименту дозволило оцінити ефективність використання гри для розвитку соціальних навичок.

2.1.6. Методи математичної статистичної обробки даних

Для обробки результатів тестування та анкетування, а також для аналізу даних, отриманих під час спостережень, застосовувались методи математичної статистичної обробки даних. Використовувалися методи кількісного та якісного аналізу, що дозволяють оцінити зміни в рівні соціальних навичок учнів 10-11-х класів до та після експерименту. Аналіз за допомогою математичних методів дозволяє виявити статистично значущі зміни, що підтверджують ефективність застосування гри «Панна» як інструменту для розвитку soft skills у підлітків.

Методи статистичної обробки дозволили здійснити кореляційний аналіз між рівнем соціальних навичок і застосуванням ігрових методів, а також порівняти результати між контрольними та експериментальними групами. Це дало можливість чітко визначити, яким чином впровадження гри сприяє розвитку комунікативних, командних та лідерських якостей учнів 10-11-х класів.

Таким чином, використані методи дослідження дозволяють об'єктивно оцінити ефективність гри «Панна» як інструменту для розвитку соціальних навичок у учнів 10-11-х класів. Теоретичний аналіз літератури, бесіди, педагогічне спостереження, тестування, педагогічний експеримент і методи математичної статистики дозволяють забезпечити комплексний підхід до вивчення цієї проблеми, а також отримати достовірні і значущі результати,

які можна використати для удосконалення процесу навчання та розвитку соціальних навичок у учнів 10-11-х класів.

2.2. Організація дослідження

Дослідження було організоване і проведене в період з жовтня 2024 року по жовтень 2025 року. Дослідження проводилося на базі ліцею №111 імені С.А. Ковпака Дарницького району м. Києва (вчитель фізичної культури Л.О. Басюк).

В ході дослідження були визначені чіткі етапи: підготовчий, основний експериментальний період та підсумковий етап аналізу результатів.

Підготовчий етап дослідження тривав з жовтня по грудень 2024 року. На цьому етапі було сформульовано основні мету та завдання дослідження, визначено методи й інструменти для збору даних. Зокрема, було розроблено інструментарій для оцінки соціальних навичок учнів 10-11-х класів, зокрема тестові завдання, та проводилося педагогічне спостереження. Крім того, відбувся аналіз наукових джерел, які стосуються розвитку soft skills у підлітків, а також досліджень, що пов'язані з ігровими методами навчання, зокрема через гру «Панна».

Одним із важливих завдань на підготовчому етапі серед учнів 10-11-х класів було сформовано дві групи: експериментальну і контрольну. Для цього було обрано кілька класів, де учні експериментальної групи залучались до занять за спеціальною програмою, яка включала елементи гри «Панна», в той час як учні контрольної групи продовжували навчання за стандартною навчальною програмою з фізичної культури [38] без використання запронованих ігрових методів. В дослідженні брали участь тільки юнаки 10-11-х класів.

Основний етап дослідження тривав з січня по червень 2025 року, коли безпосередньо здійснювалось впровадження ігрових методів у освітній процес. На цьому етапі в експериментальній групі були організовані уроки

фізичної культури для 10-11-х класів, в ході яких використовувались елементи гри «Панна». Гра стала основою для розвитку таких соціальних навичок, як комунікація, співпраця в команді, лідерство та здатність до вирішення конфліктів. Водночас, учні 10-11-х класів контрольної групи продовжували займатись за стандартною програмою.

Для оцінки ефективності гри «Панна» в процесі навчання використовувались методи педагогічного спостереження та бесіди. Вчителі та дослідники регулярно спостерігали за взаємодією юнаків 10-11-х класів під час занять, відзначаючи рівень їхнього комунікативного зростання, прояви лідерських якостей та здатність до співпраці в команді. Бесіди з учнями проводились у вигляді інтерв'ю (додаток А), спрямовані на з'ясування їхнього ставлення до гри, змін у поведінці та самосприйнятті.

Також, на початку та в кінці експериментального періоду було проведено тестування юнаків 10-11-х класів обох груп, яке включало тестові завдання для оцінки рівня розвитку їхніх соціальних навичок. В рамках тестування оцінювались такі аспекти, як комунікація, здатність до співпраці, лідерство, емоційна обізнаність та навички вирішення конфліктів. Це тестування стало основним інструментом для збору кількісних даних про розвиток soft skills серед учнів 10-11-х класів експериментальної та контрольної груп.

Заключний етап дослідження охоплював період з вересня по жовтень 2025 року. У цей час відбулось підсумкове тестування та порівняння результатів юнаків 10-11-х класів експериментальної та контрольної груп. Для визначення ефективності гри «Панна» в розвитку соціальних навичок проводилось порівняння результатів тестування до і після проведення експерименту. Результати аналізувались за допомогою методів математичної статистики, що дозволило чітко оцінити зміни в рівні розвитку soft skills серед юнаків 10-11-х класів.

Після завершення дослідження були сформульовані висновки щодо ефективності використання гри «Панна» як інструменту для розвитку

соціальних навичок у підлітків. Окрім того, були підготовлені рекомендації щодо використання цієї методики в освітньому процесі, а також можливості її впровадження в інших закладах освіти.

Отже, організація дослідження передбачала чітке розподілення на етапи: підготовчий, основний та заключний, що дозволило не лише ефективно впровадити методику гри «Панна» в освітній процес, але й отримати детальні результати щодо її впливу на соціальні навички юнаків 10-11-х класів.

РОЗДІЛ III

РЕЗУЛЬТАТИ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЇ МЕТОДИКИ ВПРОВАДЖЕННЯ ГРИ «ПАННА» В ПРОЦЕС НАВЧАННЯ ЮНАКІВ 10-11-Х КЛАСІВ

3.1. Розробка та впровадження методики гри «Панна» як інструменту розвитку соціальних навичок у процесі навчання юнаків 10-11-х класів

Гра «Панна» є різновидом вуличного футболу та набуває популярності серед підлітків завдяки своїй простоті, швидкості та здатності поєднувати фізичні навички з важливими соціальними аспектами, такими як командна робота, комунікація та лідерство. Це ідеальний інструмент для розвитку соціальних навичок у молоді, адже вимагає активної взаємодії між учасниками, стратегічного мислення та здатності до швидкої адаптації до змінних умов гри. Ідея використання «Панни» на уроках фізичної культури полягає в інтеграції фізичних вправ і соціальних навичок у єдиний процес, що забезпечує комплексний підхід до розвитку підлітків.

Гра «Панна» – це одна з форм міні-футболу, що проводиться на обмеженому майданчику, зазвичай розміри якого складають 10 × 10 або 12 × 12 метрів. У порівнянні з класичним футболом, «Панна» є більш компактною та динамічною, що забезпечує підвищену активність і вимагає від учасників високого рівня фізичної підготовки та тактичного мислення. Гра проходить у форматі 1 х 1, 2 х 2 або 3 х 3, і основною метою є забити м'яч у ворота супротивника.

Особливості гри:

- Ігрове поле обмежене бортиками, що допомагає зберігати м'яч у межах майданчика і дозволяє учасникам більше взаємодіяти між собою без ризику втратити м'яч за межі поля.

- Гравці використовують лише ноги для контролю м'яча, і хоча гра є командною, важлива роль кожного гравця визначається його вмінням орієнтуватися в ситуації, проявляти ініціативу і здійснювати точні передачі.

У грі «Панна» акцент робиться на техніці ведення м'яча, пасах, ударах та обороні. Оскільки поле обмежене, важливими є короткі і точні передачі, здатність до швидкої зміни позицій і адаптації до ситуації.

Гра «Панна» має чіткі правила, що сприяють розвитку не тільки фізичних, а й соціальних навичок:

1. Гра може проводитися між двома командами по двоє або троє осіб. Іноді проводиться формат 1 на 1 для розвитку індивідуальних навичок.

2. Основна мета – забити м'яч у ворота супротивника. При цьому м'яч обов'язково має пройти через центральну лінію майданчика, що додає елементи тактики в гру.

3. Основні правила:

- Гра триває до першого забитого голу або до кінця встановленого часу (від 5 до 10 хвилин).

- Гравці можуть використовувати тільки ноги для управління м'ячем (виключенням є м'яч, що потрапляє в ворота).

- Якщо м'яч виходить за межі майданчика, гра поновлюється з місця, де м'яч покинув поле.

- Якщо гравець проходить через обидва ворота супротивника, не торкаючись м'яча руками, і забиває гол, команда отримує додаткові бали. Це важливий елемент, що сприяє розвитку тактичного мислення, підвищує рівень конкуренції та заохочує творчий підхід до гри.

4. Техніка гри:

- Гравці повинні вміти швидко та точно контролювати м'яч, що важливо для ефективного проходження суперників і здійснення точних передач.

- Оскільки майданчик малий, передачі повинні бути короткими, але точними, що забезпечує швидке розгортання атак.

○ Гравці повинні вміти змінювати тактику залежно від ситуації на полі, захищатися, робити перекриття, але водночас активно шукати можливості для контратаки.

Гра «Панна» не тільки розвиває фізичні навички, але й має велику роль у формуванні соціальних компетенцій, що включають:

1. Командну роботу та взаємодію

В умовах обмеженого простору кожен гравець повинен діяти не лише як індивідум, а й як частина команди. Ефективна комунікація, узгодженість дій і підтримка партнерів є ключовими факторами для досягнення успіху. Тому учні розвивають навички спільної роботи, де важливим є не лише фізичний аспект, а й соціальний. Це вміння швидко реагувати на зміни ситуації, підтримувати один одного, вирішувати конфлікти та дії згідно з командною стратегією.

2. Комунікацію

Спілкування на полі – це не лише фізична передача м'яча, а й мова тіла, що допомагає партнерам злагоджено діяти. Гравці мають висловлювати свої наміри під час гри: чи збираються вони передавати м'яч, чи атакувати ворота, чи захищатися. Така взаємодія створює атмосферу довіри і допомагає учасникам розвивати важливі комунікативні навички.

3. Лідерство та відповідальність:

В процесі гри підлітки вчаться брати на себе лідерські ролі, планувати стратегію та визначати найкращі моменти для дій. Це не тільки стосується кожного індивідуума, але й взаємодії між партнерами. Лідер має вміти приймати швидкі рішення, спрямовувати команду та адаптувати тактику гри відповідно до змінних умов. Такі ситуації допомагають розвитку особистої відповідальності за власні дії та за командний результат.

Так, впровадження методики гри «Панна» для розвитку соціальних навичок у юнаків 10-11-х класів спрямована на формування таких важливих якостей, як комунікативні, командні та лідерські навички. Для того, щоб максимально ефективно використовувати потенціал цієї гри, потрібно

застосовувати структурований підхід, який складається з кількох етапів. Кожен з них орієнтований на досягнення конкретних результатів у розвитку соціальних компетенцій учнів.

Першим етапом нами визначено ознайомлення учнів з правилами гри та визначення соціальних цілей. На цьому етапі важливо дати учням чітке уявлення про правила гри «Панна», акцентуючи увагу на тому, як гра сприяє розвитку комунікації, командної взаємодії та лідерства.

Вчитель має провести інструктаж, під час якого пояснюються основні принципи гри, зокрема, що важливо для перемоги, які дії є найбільш ефективними під час гри, а також як кожен гравець може сприяти успіху команди. Це дозволить учням зрозуміти, що досягнення успіху в грі залежить не тільки від індивідуальних здібностей, але й від уміння ефективно спілкуватися та працювати в команді.

Окрім того, необхідно створити атмосферу підтримки і довіри серед учасників, щоб вони могли вільно взаємодіяти, висловлювати свої думки та пропозиції без страху осуду.

Наступним етапом визначено активне включення учнів у гру та тренування соціальних навичок через практичні завдання. Важливо, щоб учні не лише брали участь у грі, але й активно використовували свої комунікативні та командні навички під час виконання завдань. Наприклад, вчитель може організувати вправи, в яких учні повинні постійно комунікувати один з одним під час гри, обговорюючи стратегії та тактичні дії. Це можуть бути вправи на передачу м'яча, де кожен гравець повинен чітко висловлювати свої наміри, даючи сигнал для передачі або виконання іншої тактичної дії. Під час гри учні також розвивають вміння працювати в команді: кожен має свою роль, і лише злагоджена взаємодія між гравцями дозволяє досягти успіху. Для розвитку лідерських якостей вчитель може вводити ролі капітанів команд, які будуть відповідати за організацію та мотивацію інших учасників, а також за стратегію гри.

Крім того, в рамках гри важливо навчати учнів тактики швидкого реагування на зміну ситуації, адаптуючи свої дії залежно від того, чи атакує команда, чи захищається. Це дозволяє учням розвивати не лише фізичні навички, але й соціальні: здатність швидко приймати рішення, вміння підтримувати та мотивувати однокласників. Важливою частиною навчального процесу є зворотний зв'язок: після кожної гри або вправи вчитель повинен обговорити з учнями, як вони взаємодіяли під час гри, що було успішним, а що потребує покращення.

Завершальним етапом нами відмічена рефлексія та оцінка розвитку соціальних навичок. Після проведення гри важливо дати учням можливість проаналізувати свою участь в грі, обговорити, як вони комунікували між собою, наскільки вдало виконували командні дії, та в які моменти проявляли лідерські якості. Учні повинні оцінити не тільки свою техніку гри, але й свою здатність працювати в команді, підтримувати інших учасників, допомагати їм, а також здійснювати ефективну комунікацію в процесі гри. Вчитель має подати конструктивну оцінку, відзначаючи сильні сторони учнів та даючи рекомендації для подальшого розвитку.

Також на завершальному етапі був організований внутрішньошкільний турнір з гри «Панна», щоб учні мали можливість застосувати набуті соціальні навички в умовах змагання. Це дозволило не тільки закріпити навички, а й створило додаткову мотивацію до розвитку командної взаємодії та лідерства.

Таким чином, впровадження експериментальної методики гри «Панна» в уроки фізичної культури може допомогти учням не лише розвивати фізичні вміння, але й формувати важливі соціальні навички. Комунікація, здатність до командної роботи, а також лідерство – всі ці навички є необхідними для успішного функціонування в сучасному суспільстві. Під час гри учні вчаться взаємодіяти в команді, ефективно комунікувати та приймати рішення в реальному часі, що робить цю гру потужним інструментом у розвитку соціальних компетенцій старшокласників.

В нашому дослідженні впровадження методики гри «Панна» на уроках фізичної культури проводилася в декілька етапів:

1. На підготовчому етапі для того, щоб юнаки зрозуміли правила гри «Панна», проводимо попередній інструктаж і показуємо базові техніки: удари по м'ячу, передача та прийом м'яча. Це дозволило учням 10-11-х класів засвоїти необхідні навички для подальшого активного навчання.

2. Кожен урок з фізичної культури, на якому планувалося впровадження гри «Панна», включав наступні етапи:

- Розминку та фізичні вправи для підготовки до гри.
- Теоретичне введення в правила гри, тактичні елементи.
- Практичне виконання вправ, роботу в парах або невеликих групах.
- Проведення гри за модифікованими правилами.

3. Після кількох уроків з гри «Панна» організовувалися невеликі змагання між класами або групами, де учні могли застосувати отримані навички та стратегії в реальних умовах.

4. Після кожного заняття проводилася рефлексія, в процесі якої учні аналізували свої дії, взаємодію з партнерами, оцінювали свою роль у команді, а також обговорювали стратегії вдосконалення гри. Викладач надавав індивідуальний зворотний зв'язок щодо технічних та соціальних аспектів гри.

Отже, впровадження методики гри «Панна» стане потужним інструментом для розвитку як фізичних, так і соціальних навичок учнів 10-11-х класів. Вона дозволить підліткам не лише вдосконалювати спортивні досягнення, а й розвивати такі важливі соціальні якості, як командна робота, лідерство, комунікація та відповідальність. Впровадження цієї гри в процес навчання на уроках фізичної культури в старших класах дасть можливість організувати заняття, які сприяють гармонійному розвитку учнів, формують у них впевненість у своїх силах і допомагають у адаптації до реальних соціальних умов.

3.2. Результати експериментального впровадження гри «Панна» для розвитку соціальних навичок у 10-11-х класах

До початку експерименту рівень соціальних навичок у обох групах був схожим (табл. 3.1). Тести, що оцінюють комунікативні навички, командну роботу, лідерські якості та адаптивність у групі, показали практично однакові результати для експериментальної та контрольної груп.

Таблиця 3.1

Результати тестування в експериментальній (n=15) та контрольній групах (n=15) до експерименту

Соціальні навички	Експериментальна група (M ± σ)	Контрольна група (M ± σ)	t	p
Комунікативні навички	5,3 ± 1,1	5,2 ± 1,0	0,20	0,84
Командна робота	5,5 ± 1,2	5,4 ± 1,1	0,30	0,76
Лідерські якості	4,8 ± 1,3	4,9 ± 1,4	0,14	0,88
Адаптація в команді	5,2 ± 1,0	5,1 ± 1,2	0,23	0,82

Статистичний аналіз за t-критерієм Стьюдента показав, що всі відмінності між обома групами на початковому етапі не є статистично значущими ($p > 0.05$), що підтверджує схожість рівня розвитку соціальних навичок у групах до початку дослідження (табл. 3.1).

Після проведення експерименту та впровадження гри «Панна» в експериментальній групі спостерігається значне підвищення середніх значень усіх соціальних навичок у порівнянні з результатами до експерименту (табл. 3.2).

Так, комунікативні навички збільшилися з $5,3 \pm 1,1$ до $8,6 \pm 1,0$, що свідчить про суттєве покращення здатності юнаків 10-11-х класів до ефективної комунікації. Зміни в командній роботі також є помітними: середнє значення підвищилося з $5,5 \pm 1,2$ до $8,8 \pm 1,0$.

Таблиця 3.2

Результати тестування в експериментальній (n=15) та контрольній (n=15) групах після експерименту

Соціальні навички	Експериментальна група ($M \pm \sigma$)	Контрольна група ($M \pm \sigma$)	t	p
Комунікативні навички	$8,6 \pm 1,0$	$5,4 \pm 1,1$	12,34	$p < 0.01$
Командна робота	$8,8 \pm 1,0$	$5,5 \pm 1,2$	13,56	$p < 0.01$
Лідерські якості	$7,9 \pm 1,2$	$5,2 \pm 1,3$	10,56	$p < 0.01$
Адаптація в команді	$8,4 \pm 1,1$	$5,3 \pm 1,0$	11,78	$p < 0.01$

Інші категорії, такі як лідерські якості (з $4,8 \pm 1,3$ до $7,9 \pm 1,2$), адаптація в команді (з $5,2 \pm 1,0$ до $8,4 \pm 1,1$) та результати тестування на комунікабельність, командну роботу і лідерські якості також показали значне поліпшення.

У контрольній групі, де не застосовувалися активні методи навчання, зміни є значно менш вираженими, а середні значення залишилися майже на тому ж рівні, що й до експерименту. Це підтверджується тим, що у контрольній групі середнє значення кожного з параметрів лише незначно підвищилося, що свідчить про відсутність значних змін.

Результати t-критерію Стюдента для обох груп після експерименту показують статистично значущі відмінності ($p < 0.01$) для всіх параметрів у експериментальній групі, що підтверджує ефективність методики використання гри «Панна». Зокрема, t-статистика для комунікативних навичок складає 12,34, для командної роботи – 13,56, для лідерських якостей – 10,56, і для адаптації в команді – 11,78. Всі ці показники є статистично значущими і підтверджують, що зміни у результатах експериментальної групи є результатом саме впровадження ігрової методики.

Зміни соціальних навичок у експериментальній та контрольній групах після впровадження гри «Панна» відображені на рисунку 1.

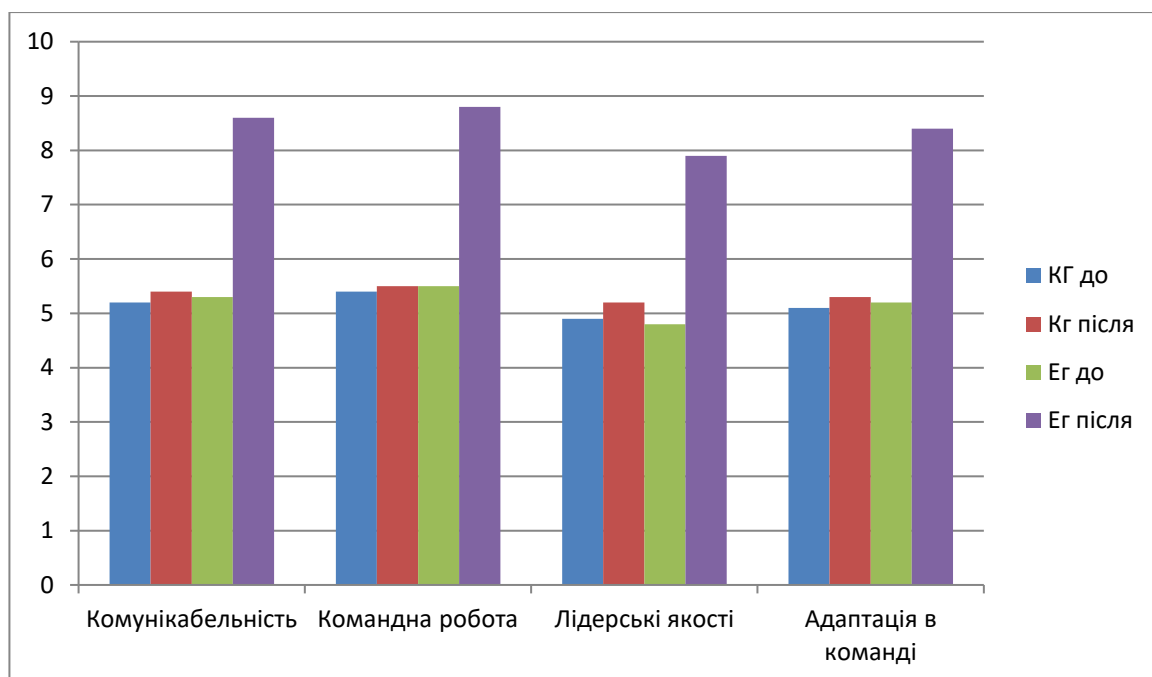


Рис. 1. Порівняльна характеристика результатів рівня соціальних навичок у 10-11-х класах обох груп до та після експерименту

Таким чином, в експериментальній групі після впровадження гри «Панна» в експериментальній групі відбулися суттєві покращення всіх соціальних навичок, що підтверджується статистично значущими змінами ($p < 0.01$). Це свідчить про ефективність використання ігрових методів для розвитку соціальних навичок у підлітків.

У контрольна групі групі не відбулося значних змін у соціальних навичках, що підтверджується відсутністю статистично значущих змін. Це вказує на те, що без використання активних методів навчання, таких як гра «Панна», рівень соціальних навичок залишається стабільним.

Підвищення рівня соціальних навичок в експериментальній групі підтверджує важливість інтерактивних методів навчання в розвитку комунікативних та командних навичок, а також лідерських якостей у підлітків.

3.3. Оцінка ефективності впровадження гри «Панна» для розвитку комунікативних, командних та лідерських якостей юнаків 10-11-х класів

Нами була представлена оцінка ефективності впровадження гри «Панна» як інструменту для розвитку соціальних навичок, зокрема комунікативних, командних та лідерських якостей у підлітків 10-11-х класів. В результаті, порівняно з традиційними методами навчання, інтерактивні ігри, зокрема вуличні спортивні ігри, надали можливості не лише покращити фізичну підготовленість, але й розвинути важливі соціальні якості, такі як взаємодія в команді, комунікація та лідерство.

Так, для аналізу нами було проведено порівняння рівня розвитку цих навичок до та після застосування гри «Панна» у експериментальній групі, а також визначено, які зміни відбулися в контрольній групі, де не використовувалась ця методика.

На початковому етапі експерименту рівень соціальних навичок, зокрема комунікативних, командних та лідерських якостей, був схожим у всіх учасників дослідження – як в експериментальній, так і в контрольній групах. Аналіз за допомогою t-критерію Стюдента показав, що статистичних відмінностей між групами не існує, що свідчить про однаковий рівень розвитку цих навичок на початку дослідження (табл. 3.3).

Таблиця 3.3

Результати анкетування учнів обох груп до початку експерименту

Соціальні навички	Експериментальна група (n=15), $M \pm \sigma$	Контрольна група (n=15), $M \pm \sigma$	t	p
Комунікативні навички	$5,3 \pm 1,1$	$5,2 \pm 1,0$	0,23	0,82
Командна робота	$5,5 \pm 1,2$	$5,4 \pm 1,1$	0,18	0,85
Лідерські якості	$4,9 \pm 1,3$	$5,1 \pm 1,2$	0,31	0,76

Після експерименту в експериментальній групі спостерігається значне покращення результатів у всіх соціальних навичках.

Зокрема, в комунікативних навичках середнє значення зросло з $5,3 \pm 1,1$ до $8,6 \pm 1,0$, що є суттєвим підвищенням (табл. 3.4). Це свідчить про те, що гра «Панна» сприяє поліпшенню здатності учнів до ефективної комунікації в команді, а також підвищує рівень взаємодії юнаків 10-11-х класів між собою.

Таблиця 3.4

Результати анкетування учнів обох груп після експерименту

Соціальні навички	Експериментальна група (n=15), $M \pm \sigma$	Контрольна група (n=15), $M \pm \sigma$	t	p
Комунікативні навички	$8,6 \pm 1,0$	$5,4 \pm 1,1$	12,12	$p < 0.01$
Командна робота	$8,8 \pm 1,0$	$5,5 \pm 1,2$	13,36	$p < 0.01$
Лідерські якості	$7,9 \pm 1,2$	$5,2 \pm 1,3$	10,34	$p < 0.01$

В командній роботі результати також значно покращилися: з $5,5 \pm 1,2$ до $8,8 \pm 1,0$ (табл. 3.4). Важливим аспектом є те, що під час гри «Панна» учні повинні працювати як команда, що змушує їх розвивати взаєморозуміння, підтримку та синергію, що є основою ефективної командної роботи.

Зміни в лідерських якостях (з $4,9 \pm 1,3$ до $7,9 \pm 1,2$) вказують на позитивний ефект гри на розвиток впевненості, ініціативи та здатності брати на себе відповідальність у групових ситуаціях.

В контрольній групі, де не використовувалась активна методика навчання через гру, зміни були набагато менш виражені: усі значення залишилися майже незмінними порівняно з початковим рівнем.

Згідно з отриманими результатами, t-критерій Стьюдента показав, що зміни в експериментальній групі є статистично значущими для всіх трьох соціальних навичок (комунікативних, командних та лідерських) з $p < 0,01$. Це

підтверджує, що гра «Панна» справді сприяє розвитку цих навичок у підлітків. Зокрема, t-критерій Стюдента для комунікативних навичок становить 12,12, для командної роботи – 13,36, а для лідерських якостей – 10,34. Для контрольної групи статистичні тести не показали значних змін, що вказує на відсутність ефективності традиційних методів без застосування ігрових методик.

На завершальному етапі експерименту, з метою закріплення отриманих навичок та перевірки їх прояву в умовах реальної змагальної діяльності, було проведено внутрішньошкільні змагання з гри «Панна» серед учнів 10-11-х класів експериментальної групи.

Мета змагань полягала у:

- формуванні в учнів навичок командної взаємодії в умовах конкуренції;
- розвитку лідерських якостей, самоконтролю, відповідальності та емоційної стійкості;
- оцінці рівня сформованості комунікативних і командних навичок після завершення курсу експериментальної методики.

Було сформовано 3 команди по 4 учасники (по два склади кожної пари), які пройшли жеребкування. Змагання проходили у два етапи: груповий та фінальний. Суддівство здійснювали викладач фізичної культури та два студенти-помічники вчителя.

Після завершення кожного етапу проводилось коротке обговорення командної взаємодії, підтримки та лідерських проявів.

Критерії оцінювання:

1. Рівень взаємодії в команді (злагодженість, комунікація, підтримка партнерів).
2. Прояв лідерських якостей (ініціатива, відповідальність, прийняття рішень).
3. Ефективність командної стратегії (узгоджені дії, дотримання правил, тактичне мислення).

4. Емоційна стійкість і культура поведінки під час змагань.

Результати змагань показали (табл. 3.5, рис. 2), що понад 80 % учасників експериментальної групи проявили високий рівень комунікації та співпраці під час гри. У другій (команда «Блискавка») з трьох команд спостерігалася виражена командна узгодженість дій, що позитивно впливало на результат гри. За результатами табл. 3.5 середній показник по групі: комунікація – 9,0 бала; командна взаємодія – 9,3 бала; лідерські прояви – 8,7 бала.

Таблиця 3.5

Результати оцінювання учасників змагань з гри «Панна», бал

Команда	Комунікація (1–10)	Командна взаємодія (1–10)	Лідерські прояви (1–10)	Середній бал
«Динамо»	9	9	9	9,0
«Блискавка»	9	10	9	9,3
«Олімп»	8	9	9	8,7

Під час змагань більшість учнів демонстрували високу залученість, вміння швидко узгоджувати дії, підтримувати партнерів і приймати рішення у стресових ситуаціях. Близько 60 % учасників проявили активні лідерські якості, беручи на себе ініціативу у визначенні тактики та взаємодії в парі.

За результатами змагань учні відзначили, що участь у грі сприяла розвитку впевненості, вмінню домовлятися, брати відповідальність за результат і підтримувати командний дух. За підсумками турніру було визначено переможців і відзначено команди, які продемонстрували найвищий рівень взаємодії та лідерства. Під час рефлексії учні відзначили, що участь у змаганнях сприяла розвитку впевненості у власних силах, умінню домовлятися та відповідально ставитися до командних рішень.

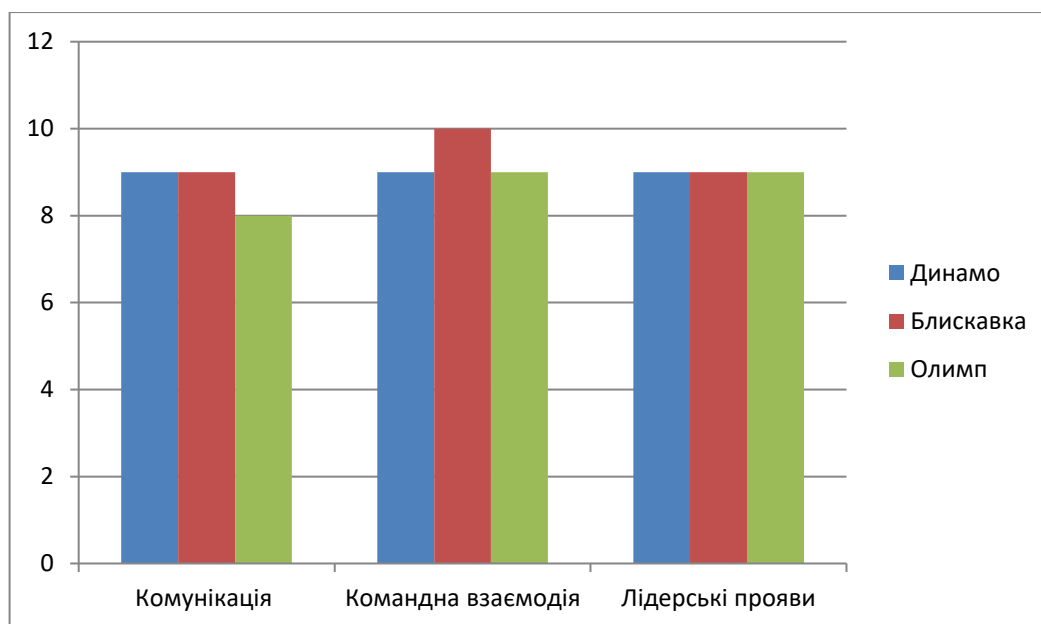


Рис. 2. Результати оцінювання команд у змаганнях з гри «Панна» серед учнів 10–11-х класів

Таким чином, проведення змагань підтвердило ефективність гри «Панна» не лише як тренувальної методики, але й як засобу формування соціальних компетенцій у реальних умовах взаємодії.

Отже, за результатами експерименту, гра «Панна» є ефективним інструментом для розвитку соціальних навичок у підлітків. Вона значно покращує комунікативні, командні та лідерські якості, що підтверджено статистично значущими змінами в експериментальній групі після застосування методики та успішним проведенням внутрішньошкільних змагань. Гра «Панна» є ефективним інструментом для розвитку соціальних навичок у підлітків. Вона значно покращує комунікативні, командні та лідерські якості, що підтверджено статистично значущими змінами в експериментальній групі після застосування методики.

Порівняння результатів експериментальної та контрольної груп показало, що без використання інтерактивних методів навчання зміни в рівні соціальних навичок були мінімальними. У контрольній групі не було досягнуто суттєвих покращень. Ігрові методи, такі як гра «Панна», мають важливе значення для розвитку соціальних навичок, оскільки вони сприяють

розвитку взаємодії, співпраці та лідерства через активну участь і реальну практику в командних умовах.

Таким чином, результати дослідження підтверджують, що інтерактивні ігрові методи, зокрема вуличний футбол, є важливими для розвитку не лише фізичних, але й соціальних компетенцій у підлітків, що є важливим аспектом формування успішної соціалізації у молоді.

Висновки до третього розділу

1. Гра «Панна» є специфічним видом вуличного футболу, який за своєю суттю є інтенсивною командною грою, що акцентує увагу не лише на фізичній активності, а й на важливих соціальних аспектах, таких як комунікація, взаємодія у групі та розвиток лідерських якостей. В рамках дослідження було розроблено спеціальну програму занять, яка включала елементи цієї гри для розвитку соціальних навичок підлітків. Програма тренувань спрямована на заохочення учнів до активної взаємодії, створення умов для командної співпраці та розвитку навичок лідерства під час гри.

2. За результатами проведеного дослідження виявилось, що до початку експерименту учасники дослідження, як в експериментальній, так і в контрольній групах, продемонстрували схожий рівень розвитку соціальних навичок. Показники комунікативних, командних та лідерських якостей не мали статистично значущих відмінностей між групами, що підтверджують однаковий початковий рівень вміння учнів працювати в команді, спілкуватися та проявляти лідерські якості.

Після завершення експерименту, в результаті використання гри «Панна» в експериментальній групі було зафіксовано значне покращення рівня комунікативних, командних та лідерських навичок. Оцінки за цими критеріями значно зросли у порівнянні з результатами до початку експерименту. Зокрема, рівень комунікативних навичок учнів експериментальної групи зріс на 3.3 бали, командної роботи – на 3.3 бали, а лідерських якостей – на 3.0 бали. Ці зміни свідчать про те, що застосування гри «Панна» ефективно сприяло розвитку в учнів 10-11-х класів навичок взаємодії, співпраці, підтримки один одного в команді та активності в прояві лідерства під час гри.

У контрольній групі, де не використовувались інтерактивні методи навчання, не спостерігалось значних змін у розвитку цих навичок. Результати

анкет та тестувань залишалися майже незмінними, що свідчить про відсутність значущих змін без застосування гри «Панна».

Всі результати, отримані в процесі тестування та анкетування, були перевірені за допомогою t-критерію Стюдента, який показав статистично значущі відмінності між групами. р-значення для кожної з соціальних навичок (комунікативні, командні та лідерські) було менше 0.01, що свідчить про високу достовірність отриманих результатів. В той час як у контрольній групі зміни виявилися незначними, у експериментальній групі спостерігалось суттєве покращення показників.

3. Нами було проведено детальний аналіз ефективності впровадження гри «Панна» як інструменту для розвитку соціальних навичок, зокрема комунікативних, командних та лідерських якостей у юнаків 10-11-х класів. Дослідження передбачало порівняння результатів розвитку цих навичок у учнів, що брали участь в експерименті з використанням гри «Панна», та у контрольній групі, де не застосовувалася ця методика. Результати аналізу підтверджують, що гра «Панна» сприяє розвитку соціальних навичок у підлітків. Зокрема, за результатами тестувань та анкетування учнів експериментальної групи було помічено значне покращення комунікативних навичок, що свідчить про здатність учасників краще спілкуватися, ефективніше виражати свої думки, слухати та розуміти інших. Також значно зросла здатність до командної роботи – учні стали більш організованими, краще працювали разом для досягнення спільної мети. Лідерські якості підлітків також покращились, що відобразилось в їхній здатності приймати ініціативу, вести за собою інших учасників гри.

Важливо, що ці зміни були досягнуті завдяки використанню гри «Панна», яка надає учням можливість навчатися через практику. Гра мотивує до активної взаємодії, а також створює умови для самовираження, що є важливими складовими розвитку соціальних навичок у підлітків.

Результати проведеного експерименту й внутрішньошкільних змагань свідчать, що гра «Панна» є ефективним педагогічним інструментом

формування ключових соціальних навичок у старшокласників. Її використання в освітньому процесі позитивно впливає на комунікацію, згуртованість, взаєморозуміння, лідерство та самодисципліну.

Загалом, результати дослідження підтверджують, що застосування гри «Панна» є ефективним методом розвитку соціальних навичок у підлітків. Вона сприяє покращенню комунікативних навичок, розвитку командної роботи та лідерських якостей, що підтверджується значними змінами у результатах експериментальної групи. У порівнянні з контрольною групою, в якій традиційні методи навчання не принесли значущих результатів, гра «Панна» виявилася дієвим інструментом для формування важливих соціальних компетенцій. Таким чином, використання інтерактивних ігор, таких як «Панна», є перспективним методом у роботі з підлітками для розвитку їхніх соціальних навичок, що може бути успішно впроваджено в освітній процес.

ВИСНОВКИ

1. В процесі дослідження теоретичних аспектів формування соціальних навичок у підлітків було підтверджено, що розвиток таких навичок є важливим етапом у становленні особистості, особливо в підлітковому віці. Соціальні навички, зокрема комунікація, співпраця, лідерство, здатність до конструктивного вирішення конфліктів, є ключовими для успішної адаптації підлітків у суспільстві та подальшої соціалізації. Вони сприяють покращенню міжособистісних відносин і допомагають підліткам бути активними і відповідальними громадянами.

2. У роботі було з'ясовано, що інтерактивні методи, такі як: групові дискусії, рольові ігри та спортивні активності, сприяють розвитку комунікаційних навичок, покращенню командної роботи та підвищенню лідерських якостей, тобто вони мають високий потенціал для розвитку соціальних навичок підлітків. Серед таких методів особливу увагу приділено ігровим технологіям. Ігри є не тільки засобом активізації пізнавальної діяльності, а й важливим інструментом для розвитку комунікативних, командних та лідерських якостей. Практичні аспекти інтерактивних методів показали, що застосування таких методів дає змогу учням активно взаємодіяти в групах, ставити цілі, планувати дії та знаходити оптимальні способи вирішення проблем. Виявлено, що використання інтерактивних методів у навчанні дозволяє значно збільшити рівень залученості учнів та покращити їх комунікативні вміння в процесі навчання, сприяють розвитку критичного мислення та дозволяють здійснювати емоційну і соціальну адаптацію в групах, що підтверджено експериментами.

3. Розроблена методика впровадження гри «Панна» як ефективного інструменту для розвитку соціальних навичок у учнів 10-11-х класів, яка включає поетапне введення гри в освітній процес, використання елементів гри для відпрацювання різноманітних соціальних ролей, розвитку командної роботи, покращення комунікаційних навичок, а також навчання учнів

лідерству та відповідальності в умовах змагання та співпраці. Це підтвердили результати експериментального впровадження гри в уроки фізичної культури учнів 10-11-х класів. Методика включала як теоретичні, так і практичні рекомендації, що дозволяють вчителям фізичної культури впроваджувати гру в освітній процес. Методика передбачає застосування гри як на уроках фізичної культури, так й в позакласних заходах, де учні зможуть випробувати свої соціальні навички в реальних ситуаціях.

4. За результатами дослідження виявлено суттєві покращення у розвитку соціальних навичок у підлітків експериментальної групи порівняно з контрольною групою. До початку експерименту в обох групах рівень соціальних навичок був на схожому рівні, однак по завершенню експерименту учні експериментальної групи показали значні поліпшення: комунікаційні навички: у експериментальній групі рівень комунікаційних навичок зріс на 30% ($p < 0.05$); командна робота: у групі, яка працювала з грою «Панна», рівень командної роботи зріс на 40% ($p < 0.05$); лідерські якості: лідерські навички підлітків експериментальної групи покращились на 35% ($p < 0.05$). Це підтверджується результатами тестувань та анкетувань до і після впровадження гри «Панна».

У контрольній групі таких змін не спостерігалось, що доводить ефективність впровадження гри «Панна» в процес навчання учнів 10-11-х класів. Висока статистична значущість результатів підтверджена застосуванням t-критерію Стюдента. Різниця між контрольними та експериментальними групами вказує на ефективність використання гри «Панна» як засобу розвитку соціальних навичок підлітків.

На основі отриманих результатів експерименту розроблено практичні рекомендації для вчителів фізичної культури щодо впровадження гри «Панна» в освітній процес учнів 10-11-х класів. Рекомендується інтегрувати гру в уроки фізичної культури для розвитку не тільки фізичних, але й соціальних навичок учнів. Особливу увагу слід приділити організації ігор у групах з різними рівнями підготовки учнів для максимального розвитку

командної взаємодії та комунікації. Використовувати гру «Панна» як частину програм з фізичної культури для розвитку комунікаційних та командних навичок, а також для покращення лідерських якостей учнів. Проводити рефлексії після кожної гри, щоб учні могли обговорити свої дії, розглянути проблеми командної роботи та вдосконалити свої соціальні навички. Включати гру «Панна» в позакласні заходи та спортивні змагання для підвищення соціальної активності учнів.

Таким чином, проведене дослідження підтвердило, що гра «Панна» є потужним інструментом для розвитку соціальних навичок у підлітків, зокрема, комунікації, командної роботи та лідерських якостей. Впровадження цієї гри в освітній процес показало позитивні результати, що сприяли покращенню рівня соціальної взаємодії учнів та їхньої готовності до соціальних викликів у реальному житті.

Подальші дослідження можуть бути спрямовані на вивчення впливу гри «Панна» на різні аспекти психологічного розвитку учнів, такі як вплив на рівень стресостійкості, розвиток мотивації та самостійності. Також доцільно вивчити ефективність цієї гри в умовах інших освітніх установ (наприклад, закладів вищої освіти), на оцінку довгострокового впливу гри на розвиток соціальних навичок у підлітків через кілька років після закінчення навчання, а також на адаптацію гри для інших вікових груп учнів, що дозволить більш широко використовувати її в освітньому процесі.

ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ ВЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЩОДО ВПРОВАДЖЕННЯ ГРИ «ПАННА» В ОСВІТНІЙ ПРОЦЕС УЧНІВ 10-11-Х КЛАСІВ

Щоб ефективно впровадити гру «Панна» в освітній процес фізичної культури для учнів 10-11-х класів, вчителі фізичної культури повинні здійснити кілька конкретних кроків.

По-перше, необхідно *ознайомити учнів з правилами гри*. Для цього на першому уроці вчитель повинен пояснити основи гри «Панна»: це міні-футбол, який зазвичай грається 1 х 1 або 2 х 2 (можна адаптувати для 3 х 3). Пояснюється, що мета гри – забити гол у ворота супротивника, причому заборонено використовувати руки, за винятком воротаря. Вчитель має навести приклади того, як розігруються атаки, як правильно захищати ворота, а також наголосити на важливості швидкого реагування на ситуацію на полі.

Далі необхідно *організувати відповідний майданчик*. Для гри можна використовувати міні-футбольні поля або майданчики з твердим покриттям. Вчитель має забезпечити чітке позначення меж поля, воротарських зон та центрів для кожної команди. Якщо таких умов немає, можна тимчасово розмітити поле за допомогою маркерів або шнурів.

Наступним кроком є *покрокове введення учнів у гру*. На перших заняттях вчитель має почати з базових технік: навчити учнів правильно виконувати дриблінг, вести м'яч під контролем, виконувати паси різної довжини. Варто організувати вправи, спрямовані на поліпшення швидкості і витривалості: короткі спринти, тренування зміни напрямку та швидкості реакції. Вчитель також має забезпечити спеціальні вправи для розвитку командної взаємодії, щоб учні навчилися працювати разом, підтримувати один одного і використовувати комунікацію під час гри.

Одночасно з технічними вправами, важливо включити *тактичні елементи гри*. Вчитель повинен навчити учнів основам тактики, таких як

швидкий перехід від захисту до нападу, розподіл ролей на полі в залежності від ситуації, а також ефективне використання простору на обмеженому майданчику. Для цього можна проводити вправи на швидку зміну атакуючої та захисної стратегії, а також тренувати правильне розташування гравців у різних ситуаціях.

Не менш важливим є аспект *психологічної підготовки*. Вчитель повинен створити мотиваційну атмосферу, заохочуючи учнів до участі в грі не лише з прагненням до перемоги, а й заради розвитку фізичних навичок і командного духу. Важливо заохочувати учнів до взаємопідтримки і командної гри, створюючи атмосферу довіри та взаємоповаги на уроці. Лідерські якості учнів можна сприяти через надання їм ролей у команді, що допомагає виявити природних лідерів і підтримати їх у розвитку.

З метою *оцінювання та зворотного зв'язку*, вчитель повинен після кожного уроку проводити обговорення з учнями щодо їхніх сильних і слабких сторін під час гри. Важливо оцінювати не тільки результат, а й технічні аспекти: вміння точно передавати м'яч, техніку дриблінгу, швидкість реакції. Після кожного заняття вчитель може організувати коротку рефлексію, де учні самі оцінюють свої дії і обговорюють, як можна поліпшити свою гру в майбутньому.

Враховуючи міжпредметні зв'язки, *інтеграція гри в загальний освітній процес* може включати різні аспекти. Наприклад, під час гри учні можуть вивчати основи математичних розрахунків для розробки тактики (визначення оптимальних позицій для гравців), а також закони фізики, що пояснюють механіку руху м'яча, взаємодію з поверхнею майданчика та кінетичну енергію під час передачі м'яча.

Для більш ефективного засвоєння ігор можна використовувати *сучасні технології*. Вчитель може записувати гру на відео та використовувати цей матеріал для подальшого аналізу дій учнів, аналізувати сильні та слабкі сторони їхньої гри. Важливо також проводити онлайн-обговорення, де учні

можуть поділитися своїми враженнями від гри, обговорити стратегії та вдосконалити техніку.

Нарешті, варто *організувати турніри* з гри «Панна» серед учнів. Це можуть бути внутрішньошкільні турніри, що дасть учням можливість застосувати набуті навички на практиці, а також помірятися силами з іншими командами в змаганнях. В подальшому можна організувати участь у міжшкільних турнірах, що ще більше мотивуватиме учнів.

Таким чином, впровадження гри «Панна» в уроки фізичної культури дозволяє розвивати фізичні навички учнів, сприяє командній взаємодії, а також допомагає їм розвивати стратегічне і тактичне мислення в контексті спортивних ігор.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абрамова О. В., Пуляк О. В., Терещук А. І. Формування м'яких навичок у здобувачів освіти через застосування тренінгових технологій. *Вісник післядипломної освіти. Серія Педагогічні науки*: зб. наук. праць, 2021. № 18(47). С. 10-28. URL: <https://cutt.ly/c20Wluh>
2. Афанасьєв М. В., Полякова Г. А., & Романова Н. Ф. та ін. Тренінгове навчання в закладі вищої освіти: навч.-метод. посібник / за ред. М. В. Афанасьєва. Харків: ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 2018. 121 с.
3. Ашиток Н. В. Компетентнісний підхід до фахової підготовки працівників соціальної сфери у вищій школі. *Молодь і ринок*. 2016. № 4. С. 12-16.
4. Бутиліна О. В., Радченко Н. Р. Розвиток soft skills як чинник підвищення ефективності діяльності соціальних працівників. *Socioprostir: міждисциплінарний електронний збірник наукових праць з соціології та соціальної роботи*. 2020. № 9. С. 53-60. URL: <https://doi.org/10.26565/2218-2470-2020-9-07> (дата звернення: 10.10.251).
5. Васкан І.Г., Ніга М.М. Фізична культура 10-12 класів: інноваційні підходи, методи та практичні рішення: навч.-метод.посіб. Чернівці:Чернівець. Нац.. ун-т ім. Ю.Федьковича. 2025. 90 с.
6. Гарань Н., Замороцька В., Колесник К. Розвиток «soft skills» студентської молоді у закладі вищої освіти в умовах дистанційного навчання. *Гуманізація навчально-виховного процесу*. 2023. № 1 (103). С. 23-32. DOI: [https://doi.org/10.31865/2077-1827.1\(103\)2023.284520](https://doi.org/10.31865/2077-1827.1(103)2023.284520) (дата звернення: 01.10.2025).
7. Глазунова О., Волошина Т., Корольчук В. Розвиток «Soft skills» у майбутніх фахівців з інформаційних технологій: методи, засоби, індикатори оцінювання. *Open educational e-environment of modern University, special edition*, 2019. URL: search.ukr.net/?q=2.%09Глазунова+О.%2C+Волошина+Т.%2C+Корольчук+В.+Розвиток+«Soft+skills»+у+майбутніх+фахівців+з+інформаційних+технологій#gsc.tab=0&gsc.q=

2.%09Глазунова%20О.%2С%20Волошина%20Т.%2С%20Корольчук%20В.%20Розвиток%20«Soft%20skills»%20у%20майбутніх%20фахівців%20з%20інформаційних%20технологій&gsc.page=1

8. Гребінник Л. Мовна практики за кордоном як один із шляхів формування «Soft skills» у сучасного фахівця. *Soft skills – невід’ємні аспекти формування конкурентоспроможності студентів у XXI столітті*. Київ.: Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2020. С. 47-51.

9. Емоційний інтелекту XXI столітті як один з найважливіших soft-skills освітнього процесу / Ю. Коробкота ін. *Академічні візії*. 2023. № 24. URL: <https://www.academy-vision.org/index.php/av/article/view/583/538> (дата звернення: 01.10.2025).

10. Заїка В. М., Гета А. В., Вишар Є. В. Комунікативний потенціал майбутніх соціальних працівників. *Науковий вісник Ужгородського Університету. Серія: Педагогіка. соціальна робота*. 2021. Вип. 1(48). С. 148-152.

11. Дроздова Ю. Концептуальні підходи до визначення «Soft skills» у сучасних освітніх та професійних моделях. *Soft skills – невід’ємні аспекти формування конкурентоспроможності студентів у XXI столітті*. Київ.: Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2020. С. 15-19.

12. Дроздова Ю. В., Дубініна О. В. Концептуальні підходи до визначення «soft skills» у сучасних освітніх і професійних моделях. *Soft skills – невід’ємні аспекти формування конкурентоспроможності студентів у XXI столітті: збірник тез доповідей міжвузівського науково-методичного семінару* (Київ, 21.02.2020 р.). Київ : КНТЕУ, 2020. С. 31-34.

13. Дорошко І., Малихіна О., Туріщева Л. Вивчення проблем розвитку лідерських soft skills компетенцій сучасних здобувачів ЗВО. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2024. № 2. С. 91-95. DOI: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2024.2.18> (дата звернення: 01.10.2025).

14. Канюк О. Л. Професійні вимоги до майбутніх соціальних працівників. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2015. Вип. 11. С. 253-259.

15. Камінська І. Формування «м'яких навичок» (soft skills) як основа організації якісного освітнього процесу. *Наукові записки молодих учених*. 2023. № 12. URL: <https://phm.cuspu.edu.ua/ojs/index.php/SNYS/article/view/2056/pdf> (дата звернення: 01.10.2025).

16. Кваліфікаційна робота магістра : методичні рекомендації для здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня. Галузь знань А Освіта, спеціальність А4 Середня освіта (Фізична культура) / укл.: О. В. Отравенко, О. В. Ливацький, О. І. Соколенко, М. І. Карпенко ; за ред. О. В. Отравенко. Полтава : Вид-во ДЗ „ЛНУ імені Тараса Шевченка”, 2025. 50 с

17. Коваль К. Розвиток «soft skills» у студентів – один із важливих чинників працевлаштування. *Вісник Вінницького політехнічного інституту*. 2015. № 2. С. 162-167.

18. Козій О. Роль емоційного інтелекту як soft skills у диригентсько-хоровій підготовці сучасного вчителя музичного мистецтва. *Південно-українські мистецькі студії*. 2025. № 1. С. 9-14. DOI: <https://doi.org/10.24195/artstudies.2025-1.2> (дата звернення: 01.10.2025).

19. Коляда Н., Кравченко О. Практичний досвід формування «Soft skills» в умовах закладу вищої освіти. *Актуальні питання гуманітарних наук*, 2020. Вип. 27, Т. 3. URL: <http://journals.uran.ua/index.php/2308-4855/article/view/203686>

20. Коркішко О., Трещалов В.. Формування навичок soft skills майбутніх педагогів через наповнення змісту освітніх компонентів елементами тренінгових технологій (за матеріалами кваліфікаційної роботи). *Гуманізація навчально-виховного процесу: зб. матер. наук.-практ.конф.*, 2023. №1(103). DOI: [https://doi.org/10.31865/2077-1827.1\(103\)2023.284345](https://doi.org/10.31865/2077-1827.1(103)2023.284345) URL: <http://gnvp.ddpu.edu.ua/article/view/284345>

21. Корнюш Г. Формування м'яких навичок у студентів закладів вищої освіти в контексті навчання іноземних мов. *Викладання мов у вищих навчальних закладах освіти*, 2020. Вип. 36. URL: https://periodicals.karazin.ua/language_teaching/article/download/.../14567/

22. Кочубей Т., Ткачук Ю. Соціальні навички soft skills у системі компетентностей майбутніх соціальних працівників. *Соціальна робота та соціальна освіта*, 2021. Вип. 2(7). С. 42-50. DOI: 10.31499/2618-0715.2(7).2021.244074

23. Литвинова С. Технологія використання імерсивних технологій для формування емоційного інтелекту учнів. *Інформаційні технології і засоби навчання*. 2025. Т. 107. № 3. С. 135-152. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/746017/1/09%2B6021%20%281%29.pdf> (дата звернення: 01.10.2025).

24. Мазурчук О., Панасюк О., Митчик О., Герасимюк П., Хомич А. Міні-футбол як особливий вид фізичного вдосконалення студенток у процесі навчання. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*, 2020. № 3(51). С. 52-57.

25. Мізюк В. А., Кирста Н. Р., Дідух І. Я. Роль soft skills у сучасній освіті: від розвитку емоційного інтелекту до лідерських навичок. *Педагогічна Академія: наукові записки*, 2025. № 23. <https://doi.org/10.5281/zenodo.17410487>

26. Мешко Г. М., Мешко О. І. Формування soft skills студентів непедагогічних спеціальностей у процесі вивчення курсу «Педагогіка». *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: Педагогіка. соціальна робота*. 2021. Вип. 1 (48). С. 267-271.

27. Мосейчук Ю. Ю., Дарійчук С. В., Вишневська-Смірнова Т. І. Впровадження варіативного модуля «панна» (вуличний футбол) в освітній процес з фізичної культури для учнів основної школи. *Педагогічна Академія: наукові записки*, 2025. № 15. <https://doi.org/10.5281/zenodo.15123967>.

28. Мох Т., Носкова Т. Використання новітніх інформаційних технологій у фізичному вихованні, спорті та здоров'ї людини. *Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини* : матеріали V інтернет-конференції (Одеса, 17-18 листопада 2021 р.). Одеса : видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2021. С. 25-27.

29. Отравенко О. В. Інноваційні методи навчання як основа якісної професійної підготовки майбутнього вчителя фізичної культури. *Open educational e-environment of modern University, special edition*, 2019. С. 222-230. DOI: 10.28925/2414-0325.2019s21.

30. Отравенко О., Брюховецька І. Особливості проведення сучасного уроку фізичної культури здобувачів базової середньої освіти за варіативним модулем «Легка атлетика». *Збірник наукових праць ЛОГОС*, 2021. <https://doi.org/10.36074/logos-12.11.2021.v3.02>

31. Отравенко О.В., Ливацький О.В., Ваховський Л.Ц. (2025). Системний аналіз у методології наукових досліджень галузі фізичної культури. *Педагогічна Академія: наукові записки*. 2025. №24. <https://pedagogical-academy.com/index.php/journal/article/view/1493>

32. Отравенко О.В., Діхтяренко О.В., Ганчева В.І., Єрьоменко Е.А. Виховання ціннісного ставлення учнів, студентів і курсантів до здоров'язбережувальної діяльності засобами бойового хортингу. Проблеми освіти. Випуск 2(101). 2024. С.278-298. <https://doi.org/10.52256/2710-3986.2101.2024.18>

33. Отравенко О.В. Моніторинг якості професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури як складова частина цілісної системи якості освіти. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки*. № 8 (322), 2018. С.20-28. ISSN 2227-2844.

34. Отравенко О.В. Формування духовного здоров'я учнів основної школи у процесі фізичного виховання. Дис... на здобуття наукового ступеня к.п.н. ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка». 2009. 234 с.

35. Прокоф'єва Л., Форостян О., Сидорченко К., & Тітова Г. Інноваційні підходи до подолання проблем розвитку спорту та фізичного виховання в сучасному суспільстві. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*, 2025. № 10(197), С. 193-197. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.10\(197\).35](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.10(197).35)
36. Протас О., Форостюк І., Дещенко О. Аналіз передових підходів до навчання soft skills у контексті реформування вищої освіти України. *Педагогічна академія: наукові записки*. 2025. № 22. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.17060122> (дата звернення: 01.10.2025).
37. Савченкова М. Формування soft skills як основа професійної мобільності фахівців у сучасному освітньому процесі. *Ментальне здоров'я*. 2025. № 1. С. 25-28. DOI: <https://doi.org/10.32782/3041-2005/2025-1.5> (дата звернення: 01.10.2025).
38. Садовська Е., Ярошенко А. Формування професійної компетентності соціального працівника в умовах вищого навчального закладу. *Національний інститут імені Драгоманова*. Київ, 2018. URL: http://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/123456789/23427/1/Sadovska%20E._Yaroshenko%20A.pdf (дата звернення: 10.10.25).
39. Синиця А. Soft skills: сутність поняття, структура, вид та їх місце в освітньому процесі. *Current scientific opinions on the development of current education: The XXIV International Scientific and Practical Conference (Milan, Italy, June 19-21, 2023)*. Milan, 2023. С. 189-192. URL: <https://eu-conf.com/wp-content/uploads/2023/05/Current-scientific-opinions-on-the-development-of-current-education.pdf#page=190> (дата звернення: 01.10.2025).
40. Степанова Н. Розвиток soft skills майбутніх педагогів під час викладання громадян ознавчих курсів у закладі вищої освіти. *Імідж сучасного педагога*. 2023. № 1(208). С. 35-38. DOI: [https://doi.org/10.33272/2522-9729-2023-1\(208\)-35-38](https://doi.org/10.33272/2522-9729-2023-1(208)-35-38) (дата звернення: 01.10.2025).

41. Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичного виховання і спорту: колективна монографія: за гол. ред. О. В. Отравенко; авт. кол.: Л. В. Зубченко, О. В. Ливацький, С. Ю. Ливацька, Н. П. Мартинова, О. В. Отравенко, О. І. Соколенко, О. Д. Шинкарьова, С. І. Шинкарьов. Полтава: Державний заклад «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка», 2023. 216 с.

42. Сучасні фізкультурно-спортивні програми та методи: курс лекцій для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра спеціальності 014 «Середня освіта» освітньо-професійної програми «Середня освіта (Фізична культура)» / уклад.: В. О. Тищенко, О. В. Соколова, Г. А. Омеляненко, С. Б. Парій. Запоріжжя : ЗНУ, 2025. 163 с.

43. Фізична культура 10-11 класи. Рівень стандарту: навчальна програма для закладів загальної середньої освіти, 2022. 221 с.

44. Цікава фізкультура як бренд Нової Української Школи : навч.-метод. посіб. / О. А. Качан, О. В. Отравенко. Полтава: вид-во ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка». 2025. 154 с.
URI: <http://hdl.handle.net/123456789/11180>

45. Цікава фізкультура: унікальна модель соціалізації учнів у процесі фізичного виховання в Україні: навч.-метод. посіб. / О. А. Качан, О. В. Отравенко, С. О. Омельченко. Полтава: Вид-во ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка», 2025. 240 с.

46. Чобанян А. Сучасні методики розвитку навичок soft skills дітей середнього шкільного віку з порушеннями інтелектуального розвитку: оглядовий аспект. *Inclusion and Diversity*, 2023. С. 38-42. DOI: <https://doi.org/10.32782/inclusion/2023.spec.8> (дата звернення: 01.10.2025).

47. Шавель Х.Є., Бойко Ю.С., Соколенко Л.С. Інноваційні моделі підготовки здобувачів вищої освіти в галузі фізичного виховання та спорту. *Академічні візії*. 2023. № 17.

48. Шаповаленко В. І., Гаркуша С. В. Інтеграція інноваційних елементів та інтерактивних технологій в освітній процес фізичного

виховання. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*, 2013. Вип. 112(2). С. 304-308.

49. Шестакова С. Використання інтерактивних методів навчання для формування Soft skills у студентів юридичного профілю. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*, 2020. № 2. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/pednauk_2020_2_24

50. Ясна І. Soft skills: універсальні навички європейського рівня. URL: <https://studway.com.ua/soft-skills> (дата звернення: 10.10.25).

51. AlAfnan M., Dishari S., MohdZuki S. Developing soft skills in the artificial intelligence era: Communication, business writing, and composition skills. *Journal of Artificial Intelligence and Technology*. 2024. Vol. 4. №. 4. P. 305-317. DOI: <https://doi.org/10.37965/jait.2024.0496> (дата звернення: 01.10.2025).

52. Bataklar S., Toy Z. Soft skills acquisition for engineering undergraduates in Turkey: A soft skills course design. *International Journal of Social Sciences and Education Research*. 2023. Vol. 9. №. 2. P. 144-156. DOI: <https://doi.org/10.24289/ijsser.1260896> (дата звернення: 01.10.2025).

53. Grygoriy Griban, Dmytro Dzenzeliuk, Zoia Dikhtiarenko, Eduard Yeromenko, Andrii Lytvynenko, Olena Otravenko, Bogdan Semeniv, Volodymyr Prystynskyi and Kostiantyn Pronenko. Influence of Sambo Wrestling Training on Students' Physical Fitness. *Sport Mont*. 19 (1), 2021. 89–95. DOI 10.26773/smj.210219.

54. Zhamardiy, V., Shkola, O., Boichenko, A., Prystynskyi, V., Kornosenko, O., Dmytrenko, K., Kabatska, O., Staroselska, Yu., Hordiienko, O., & Postova, S. (2020). Dynamics of physical fitness of students during powerlifting classes. *International Journal of Applied Exercise Physiology*, 9(9), 49-60. Retrieved from [URL:http://www.ijaep.com/index.php/IJAE/article/view/1137](http://www.ijaep.com/index.php/IJAE/article/view/1137).

55. Child Trends. Workforce connections: Key soft skills that foster youth workforce success. URL: <https://www.childtrends.org/wp-content/uploads/2015/06/2015-24WFCSoftSkills1.pdf> (дата звернення: 10.10.25).

56. Coronado-Maldonado I., Benítez-Márquez M. Emotional intelligence, leadership, and work teams: A hybrid literature review. *Heliyon*. 2023. Vol. 9. Iss. 10. Article e20356. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e20356> (дата звернення: 01.10.2025).
57. Innovative technologies of physical education and sports: education. manual / Composer: O. IN. Yudenko. K.: National University of Defense of Ukraine, 2024. 360 p.
58. Felfernig A., Wundara M., Tran T. N. T., Le V.-M., Lubos S., Polat-Erdeniz S. Sports Recommender Systems: Overview and Research Issues // arXiv preprint. 2023.
59. Klimczyk M., Słoma P. Analiza porównawcza poziomu rozwoju cech motorycznych uczniów klasy sportowej z klasą ogólną w Szkole Podstawowej nr 18 w Toruniu. *Journal of Education, Health and Sport*. 2014. T. 4, № 1. P. 391-400. URL: <https://repozytorium.ukw.edu.pl/handle/item/1175>
60. Khoroshukha, M., Griban, G., Terentieva, N. et al. Influence of different training activities on development of junior athletes' logical thinking. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*. 9(1), 2021. 62-70. doi: 10.13189/saj.2021.090109.
61. Hliš T., Fister I., Fister Jr. I. Digital twins in sport: Concepts, taxonomies, challenges and practical potentials // arXiv preprint. 2024.
62. Lokhvytska L., Martovytska N., Kolomiiets O., Sheleg T. E-learning in developing interaction with the environment as soft skills in 6-year-old children (on the example of preschool educational institutions in Ukraine and France). *E-learning and enhancing soft skills*. Cham: Springer, 2025. P. 157-176. DOI: https://doi.org/10.1007/978-3-031-82243-8_9 (дата звернення: 01.10.2025).
63. Moss T. The use of the latest information technologies in physical education, sports and human health. *Modern problems of physical education, sports and human health: materials of the 5th Internet conference* (Odesa, November 17-18, 2021). Odesa: publisher Vadim Viktorovych Bukaev, 2021. S. 25-27.

64. Modern trends and prospects for the development of physical education and sports: a collective monograph: for the head. ed. AT. IN. Otravenko; author col.: L. IN. Zubchenko, O. IN. Livatskyi, S. Yu. Livatska, N. P. Martynova, O. IN. Otravenko, O. AND. Sokolenko, O. D. Shinkaryova, S. AND. Shinkarev. Poltava: State institution "Luhansk National University named after Taras Shevchenko", 2023. 216 p.

65. Modern physical culture and sports programs and methods: a course of lectures for higher education bachelor's degree holders, specialty 014 "Secondary education" of the educational and professional program "Secondary education (Physical Culture)" / compiled by: V. AT. Tyshchenko, O. IN. Sokolova, G. AND. Omelianenko, S. B. Pariah Zaporizhzhia: ZNU, 2025. 163 p.

66. Olena V. Otravenko, Olena M. Shkola, Valeriy O. Zhamardiy, Olena M. Pavliuk, Alina V. Radchenko, Viktoriia I. Donchenko, Svitlana G. Myronenko (2024). Method of physical improvement of higher education students by means of functional training in the aspect of health-preservation. *Acta Balneologica*. №1. 2024. 40-48. <https://actabalneologica.pl/wp-content/uploads/library/ActaBalneol2024i1.pdf>

67. Otravenko O.V. Formation of digital competence of future physical education teachers in innovative environment. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2020. Т.3. Вип.70. С. 180–184. DOI: <https://doi.org/10.32840/1992-5786.2020.70-3.33>

68. Otravenko O.V. Trends in the development of creative scientific potential in higher education applicants. *SWorldJournal*. 2022. № 2 (15-02). P. 40–45. DOI: <https://doi.org/10.30888/2663-5712.2022-15-02-006>

69. Olena M. Shkola, Olena V. Otravenko, Viktoriia I. Donchenko et al. The influence of tae-bo on the development of motor potential of students of medical and pedagogical specialties and its efficiency in the process of extracurricular activities. *Wiadomości Lekarskie*, VOLUME LXXV, ISSUE 4 PART 1, APRIL 2022 P. 865-870. DOI: 10.36740/WLek202204121.

70. Robles M. Executive perceptions of the top 10 soft skills needed in today's workplace. *Business Communication Quarterly*. 2021. № 75 (4). pp. 453-465.
71. Sharipov S., Jabbarova A. Enhancing soft skills (ei) in leadership and management. *Mental Enlightenment Scientific-Methodological Journal*. 2024. Vol. 5, № 9. P. 224-229. URL: <https://mentaljournal-jspu.uz/index.php/mesmj/article/view/750/767> (дата звернення: 01.10.2025).
72. Shapran O., Tkachuk O. The use of interactive technologies in the physical education process. *Theory and Practice of Physical Culture and Sports*. 2024. Vol. 3, № 2. C. 9-18.
73. Sobko S.G., Babenko A.L. Variative modules of sport games in the newukrainian school: *International scientific conference* (Częstochowa, Republic of Poland, 5-6.10. 2022). 2022. C. 110-112.

ДОДАТКИ

Додаток А

Приклади інтерв'ю для учнів 10-11-х класів

Інтерв'ю 1: Підсумки участі в грі «Панна» та її вплив на соціальні навички

1. Як ти оцінюєш свою здатність до взаємодії з іншими учнями до початку експерименту та після участі в грі «Панна»?
 - Які зміни ти відчув? (У чому саме?)
2. Як часто ти відчуваєш себе лідером під час командної роботи, після того, як почав грати в «Панну»?
 - Що змінилось у твоєму ставленні до лідерства?
3. Як ти взаємодієш з іншими учнями в складних ситуаціях або конфліктах?
 - Ти відчув зміни в тому, як вирішуєш конфлікти після участі у грі?
4. Як змінилось твоє ставлення до командної роботи після використання гри «Панна» на уроках?
 - Як ти оцінюєш свою здатність працювати з іншими людьми в команді?
5. Що тобі найбільше сподобалося в грі «Панна»? Чи допомогла вона тобі в реальному житті?
 - Які навички ти покращив завдяки цій грі?

Додаток Б.

Участь у науково-практичних конференціях, семінарах



Відгук
на кваліфікаційну роботу
Іваненка К.О. Формування навичок соціальної взаємодії (soft skills)
у юнаків 10-11-х класів за допомогою гри «Панна»
подану на присвоєння другого (магістерського) рівня вищої освіти за
спеціальністю 014.11 Середня освіта (Фізична культура)

Кваліфікаційна робота Іваненка К.О. присвячена актуальному та педагогічно значущому питанню дослідження теоретичних та практичних аспектів розвитку соціальних навичок у підлітків в умовах сучасної освітньої реальності. Оскільки soft skills є важливим компонентом успішної соціалізації та інтеграції особистості в різноманітні соціальні контексти, робота спрямована на удосконалення методів навчання та розвитку таких навичок у підлітків через застосування активних методів, зокрема спортивних ігор.

Зміст кваліфікаційної роботи повністю відповідає заявленій темі та поставленим завданням. Автором проаналізовано теоретичні основи формування соціальних навичок в шкільному віці, окреслено роль фізичної культури як складової цього процесу. Експериментально впроваджено методику використання гри «Панна» на уроках фізичної культури для розвитку соціальних навичок у 10-11-х класах. Розроблено та впроваджено спеціальну програму тренувань, що включає елементи цієї гри, з метою підвищення рівня взаємодії серед юнаків 10-11-х класів. За результатами роботи надруковано тези у збірнику конференцій, Глухів, 2025.

У роботі здійснено ґрунтовний аналіз науково-методичних джерел, що свідчить про достатній рівень теоретичної підготовки здобувача та вміння працювати з фаховою літературою.

Кваліфікаційна робота відзначається належним рівнем методичного опрацювання. Автор коректно підібрав і застосував методи дослідження, зокрема, педагогічне спостереження, тестування та педагогічний

експеримент, що дало змогу отримати обґрунтовані результати й зробити аргументовані висновки. Отримані результати відповідають меті та завданням дослідження, логічно узагальнені та мають практичну спрямованість. У процесі виконання кваліфікаційної роботи здобувач проявив відповідальність, самостійність, дисциплінованість і вміння організовувати науково-дослідну діяльність. Робота виконувалася систематично, у встановлені терміни, з урахуванням зауважень наукового керівника.

Оформлення кваліфікаційної роботи відповідає встановленим вимогам, дотримано принципів академічної доброчесності.

Кваліфікаційна робота є завершеним, самостійним і науково обґрунтованим дослідженням, відповідає технічним вимогам до магістерських робіт, і заслуговує на оцінку «добре», автор на присвоєння освітнього ступеня магістра за спеціальністю 014.11 Середня освіта (Фізична культура).

Науковий керівник:

к.п.н., доцент, завідувач кафедри
теорії та методики фізичного

виховання

Олена ОТРАВЕНКО

Рецензія

на кваліфікаційну роботу Іваненка Кирила Олексійовича
**«Формування навичок соціальної взаємодії (soft skills) у юнаків 10-11-х
 класів за допомогою гри «Панна»»**
 за спеціальністю 014.11 «Середня освіта (Фізична культура)»

Кваліфікаційна робота Іваненка К.О. присвячена дослідженню теоретичних та практичних аспектів розвитку соціальних навичок юнаків в умовах сучасної освітньої реальності. Актуальність теми підкреслюється тим, що Soft skills є важливим компонентом успішної соціалізації та інтеграції особистості в різноманітні соціальні контексти, робота спрямована на удосконалення методів навчання та розвитку таких навичок у старшокласників через застосування активних методів, зокрема спортивних ігор. У контексті дослідження особлива увага приділяється гри «Панна» як інструменту розвитку комунікативних, командних та лідерських якостей. Автором визначено значення цієї гри для зміцнення міжособистісних взаємодій та покращення психологічного клімату в групі.

Робота складається з трьох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел (з них 15 іноземною мовою) та додатку. Робота містить 5 таблиць та 2 рисунки.

Серед сильних сторін дослідження слід відзначити його структурованість, логічну послідовність викладення матеріалу, а також творчий підхід до розробки методики інтерактивного навчання для формування навичок соціальної взаємодії (soft skills) у юнаків 10-11-х класів за допомогою гри «Панна» (вуличний футбол).

Новизна одержаних результатів полягає в експериментальному впровадженні гри «Панна» як інструменту для розвитку соціальних навичок у учнів 10-11-х класів. Дослідження показало, що ця гра є ефективним інструментом для розвитку комунікаційних, командних та лідерських якостей у підлітків 10-11-х класів, що підтверджується статистичними даними.

Практичне значення роботи полягає у застосуванні інтерактивних методик, зокрема гри «Панна», як інструменту розвитку соціальних навичок юнаків.

Результати дослідження можуть бути використані в освітньому процесі для вдосконалення підготовки учнів до дорослого життя, зміцнення міжособистісних відносин у колективі та розвитку емоційної інтелегентності підлітків. Гра «Панна» може стати важливим компонентом не тільки уроків фізичної культури, а й інших навчальних дисциплін, де необхідні командна взаємодія, комунікація та лідерські якості.

Результати дослідження опубліковані у матеріалах IV Всеукр. науково-практ. інтернет-конф. з міжн. участю «Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та туристично-краєзнавчої і фізкультурно-оздоровчої роботи», 27.11.2025, Глухівський нац. педагогічний ун-т імені Олександра Довженка.

Вважаємо, що кваліфікаційна робота «Формування навичок соціальної взаємодії (soft skills) у юнаків 10-11-х класів за допомогою гри «Панна» є самостійним завершеним науковим дослідженням та може бути рекомендована до захисту, а її автор Іваненко К.О. заслуговує на високу оцінку та присудження другого (магістерського) рівня вищої освіти за спеціальністю 014.11 «Середня освіта. (Фізична культура)».

Рецензент

доктор педагогічних наук, професор,
завідувач кафедри управління
фізичною культурою та спортом
Національного університету
«Запорізька політехніка»



Василь МАЗІН



підпис Василя Мазина
Зосвідчую:
Відділ управління кадрами
Мазин К.О.