



КАФЕДРАЛЬНИЙ ОСВІТНЬО-СПОРТИВНИЙ ПРОЄКТ «СТАРТИ НАДІЇ: ВИПРОБУВАННЯ ПЕРШОКУРСНИКІВ»

База реалізації проєкту: кафедра теорії та методики фізичної культури Луцького педагогічного інституту; спортивний клуб «Олімп»; центральний стадіон м. Луцька «Авангард».

Учасники проєкту: здобувачі освіти І курсу всіх спеціальностей Луцького педагогічного інституту.

Термін реалізації проєкту: вересень 2026 року.

1. Мета проєкту

Популяризація фізичної культури і спорту серед студентської молоді, залучення першокурсників до систематичної рухової активності, визначення рівня їхньої фізичної підготовленості, розвиток командної взаємодії та сприяння адаптації здобувачів першого курсу до студентського середовища засобами фізичної культури.

Проєкт спрямований на створення умов для самореалізації здобувачів освіти у спортивній діяльності, формування позитивного ставлення до здорового й активного способу життя та підтримання традицій спортивного життя Луцького педагогічного інституту.



2. Основні завдання проєкту:

1. Залучити першокурсників усіх спеціальностей до активної участі у фізкультурно-спортивному житті інституту.
2. Створити умови для визначення та демонстрації рівня фізичної підготовленості здобувачів освіти.
3. Популяризувати легкоатлетичні види рухової активності серед студентської молоді.
4. Розвивати швидкісні, швидкісно-силові та координаційні здібності учасників.
5. Формувати навички командної взаємодії, взаємопідтримки та відповідальності за спільний результат.
6. Сприяти соціальній адаптації першокурсників та налагодженню взаємодії всередині академічних груп.
7. Виявляти студентів, які мають спортивні здібності та потенціал для подальшої участі у спортивних заходах і збірних командах інституту.
8. Формувати позитивну мотивацію до систематичних занять фізичною культурою і спортом.



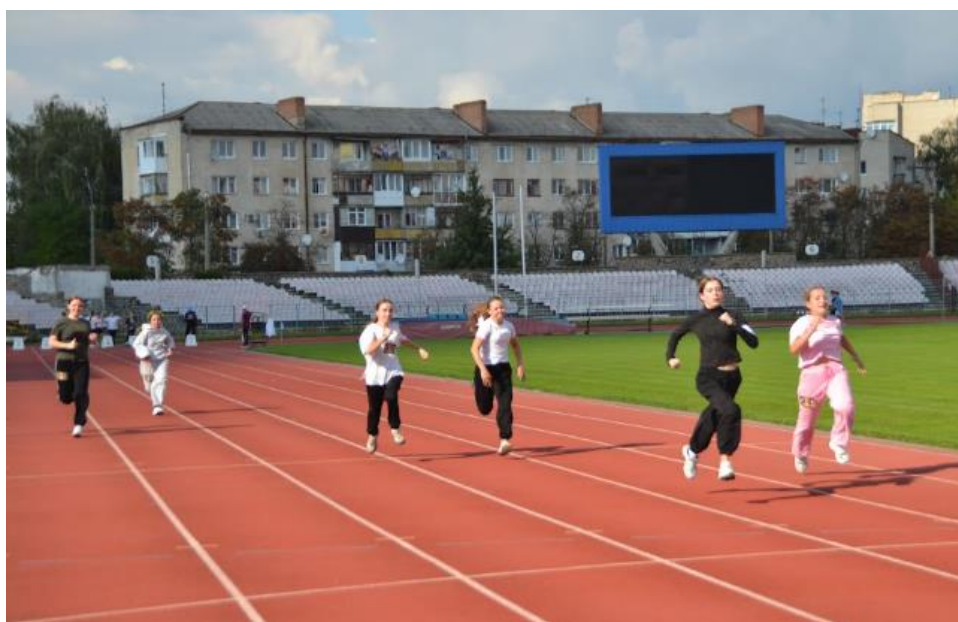
3. Зміст проєкту

Центральною подією проєкту є традиційні легкоатлетичні змагання «Старти надії», приурочені до Дня фізичної культури і спорту.

Програмою передбачено проведення особистих і командних випробувань із легкої атлетики:

1. біг на 100 метрів;
2. чотириетапна естафета;
3. метання м'яча;
4. стрибок у довжину.

Участь у різних видах програми дає можливість здобувачам освіти продемонструвати швидкість, спритність, силу, координацію рухів і командну взаємодію.





4. Етапи реалізації проєкту

1. Організаційно-підготовчий етап. Формування програми змагань, визначення учасників, підготовка спортивної бази та необхідного інвентарю, організація суддівства, проведення інструктажу учасників щодо правил та безпеки.

Очікуваний результат: сформовано склад учасників, підготовлено програму та забезпечено організаційні умови проведення змагань.

2. Мотиваційний етап. Ознайомлення першокурсників із традиціями спортивного життя інституту, популяризація рухової активності та мотивація здобувачів до участі у фізкультурно-спортивних заходах.

Очікуваний результат: підвищено зацікавленість першокурсників у фізичній культурі та спортивному житті інституту.

3. Практичний етап. Проведення легкоатлетичних випробувань із бігу на 100 метрів, естафетного бігу, метання м'яча та стрибків у довжину.

Очікуваний результат: учасники виконали передбачені програмою спортивні випробування та продемонстрували індивідуальні й командні результати.

4. Командно-комунікативний етап. Залучення академічних груп до підтримки учасників, розвиток командної взаємодії під час естафети та інших складових спортивного заходу.

Очікуваний результат: посилено командну згуртованість, взаємопідтримку та комунікацію між здобувачами освіти.

5. Підсумковий етап. Визначення переможців та призерів в окремих видах програми, нагородження медалями й дипломами, підбиття підсумків проєкту.

Очікуваний результат: визначено кращі спортивні результати, відзначено учасників і сформовано позитивну мотивацію до подальшої фізкультурно-спортивної діяльності.

5. Форми та методи реалізації проєкту

У межах проєкту використовуються:

1. легкоатлетичні випробування;
2. індивідуальні спортивні змагання;
3. командні естафети;
4. спостереження за виконанням рухових завдань;
5. фіксація та порівняння спортивних результатів;
6. командна взаємодія та взаємопідтримка;
7. мотиваційне заохочення учасників;
8. нагородження переможців і призерів.

6. Практична значущість проєкту

Реалізація проєкту дає можливість залучити першокурсників до активного студентського життя вже на початку навчання, створити умови для їхньої взаємодії поза аудиторією та сформуванню позитивний досвід участі у фізкультурно-спортивних заходах.

Отримані під час спортивних випробувань результати можуть використовуватися для визначення загального рівня фізичної підготовленості студентської молоді, виявлення спортивно обдарованих здобувачів освіти та планування подальших фізкультурно-оздоровчих і спортивних заходів інституту.

7. Виховний та адаптаційний потенціал проєкту

Особливого значення проєкт набуває для здобувачів першого курсу, які перебувають на етапі адаптації до нового освітнього та соціального середовища.

Спільна участь у спортивних випробуваннях сприяє:

1. знайомству та налагодженню комунікації між першокурсниками;
2. згуртуванню академічних груп;
3. розвитку взаємопідтримки та командної відповідальності;
4. формуванню культури чесного суперництва;
5. створенню позитивного емоційного середовища;
6. формуванню відчуття належності до студентської спільноти Луцького педагогічного інституту.

8. Очікувані результати реалізації проєкту

У результаті реалізації проєкту передбачається:

1. залучення першокурсників усіх спеціальностей до фізкультурно-спортивної діяльності;
2. визначення індивідуальних і командних результатів у передбачених програмою легкоатлетичних видах;
3. підвищення мотивації студентської молоді до рухової активності;
4. виявлення здобувачів із високим рівнем фізичної підготовленості та спортивним потенціалом;
5. розвиток командної взаємодії та згуртованості академічних груп;
6. полегшення соціальної адаптації здобувачів першого курсу;
7. популяризація традицій фізичної культури і спорту в інституті;
8. створення позитивного емоційного досвіду участі першокурсників у загальноінститутському заході.

9. Показники результативності реалізації проєкту (KPI)

	Показник результативності	Очікуваний результат
1	Представництво спеціальностей інституту	участь першокурсників усіх спеціальностей
2	Проведення спортивних випробувань	проведено 4 види легкоатлетичної програми
3	Залучення до індивідуальної спортивної діяльності	участь здобувачів у бігу, метанні м'яча та стрибках у довжину
4	Залучення до командної діяльності	проведено чотириетапну естафету
5	Визначення спортивних результатів	визначено переможців і призерів у видах програми
6	Відзначення учасників	переможців нагороджено медалями та дипломами
7	Адаптаційний і командотворчий результат	створено умови для взаємодії та згуртування першокурсників
8	Продовження спортивної активності	виявлено здобувачів, потенційно зацікавлених у подальшій участі у спортивному житті інституту

10. Підсумок проєкту

«Старти надії» поєднують фізкультурно-спортивну, виховну, адаптаційну та командотворчу складові. Проєкт створює для першокурсників можливість випробувати власні сили, продемонструвати фізичні здібності, відчувати підтримку одногрупників та долучитися до традицій студентського життя Луцького педагогічного інституту.

Змагальний формат, командна підтримка та спільні позитивні емоції сприяють формуванню активної студентської спільноти, у якій фізична культура розглядається не лише як складова фізичного розвитку, а й як засіб комунікації, згуртування та всебічного розвитку особистості.



