

Наталія Мирончук,
доктор педагогічних наук,
професор кафедри професійно-педагогічної,
спеціальної освіти, андрагогіки та управління
Житомирського державного університету
імені Івана Франка
ORCID ID: 0000-0002-1360-6381
mironchuknm@gmail.com

ОРГАНІЗАЦІЯ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ В УНІВЕРСИТЕТАХ ТРЕТЬОГО ВІКУ В ПОЛЬЩІ

Освіта дорослих є одним з пріоритетних напрямів у контексті впровадження концепції навчання впродовж життя. Університет третього віку є освітньою інституцією, яка допомагає дорослим подолати життєві виклики та реалізує їх освітні, культурні, інтеграційні потреби в післяпрофесійний період. У статті наголошено, що ці освітні інституції відіграють важливу роль у забезпеченні інтелектуальної та фізичної активності літніх людей, підтримки їх соціальних зв'язків та міжособистісного спілкування.

Охарактеризовано організаційно-змістові основи діяльності університетів третього віку (мета, напрями діяльності, види та особливості планування занять, форми організації навчання). Для аналізу обрано тринадцять освітніх закладів. Проаналізовано зміст освітньої пропозиції університетів третього віку в Польщі за програмами навчання 2022–2024 навчальних років. Узагальнено напрями навчання: вивчення та вдосконалення іноземних мов; інформаційні технології (базовий / поглиблений рівні); мистецтвознавство; релігієзнавство; історія та культура Польщі; фізкультурно-оздоровчий та рекреаційно-туристичний. Визначено особливості тематики навчальних занять зі студентами: різноплановість; урахування вікових інтересів і потреб дорослих студентів; висвітлення особливостей розвитку людини в пізній дорослості (пам'ять, мислення тощо); охоплення аспектів збереження здоров'я. З'ясовано актуальні форми (лекції, практичні заняття, семінари, майстер-класи, бесіди, екскурсії до музеїв, зустрічі, відвідування виставок, академічний театр, пленери, участь у науково-практичних конференціях, пізнавальні прогулянки, природно-рекреаційні подорожі) та методи (лекція, бесіда, доповідь, обговорення, дискусія, тренінгові вправи (стимуляція пам'яті, розвиток мислення), практичні вправи (гімнастика, йога та інші) роботи зі студентами.

Ключові слова: університети третього віку, Польща, дорослі студенти, освіта впродовж життя, освітній процес, форми і методи роботи, освітня, соціально-інтеграційна та культурна функції.

Natalia Mironczuk. Organizacja procesu edukacyjnego w uniwersytetach trzeciego wieku w Polsce

Edukacja dorosłych jest jednym z priorytetowych kierunków w kontekście wdrażania koncepcji uczenia się przez całe życie. Uniwersytet Trzeciego Wieku jest instytucją edukacyjną pomagającą dorosłym w pokonywaniu wyzwań życiowych oraz realizującą ich potrzeby edukacyjne, kulturalne i integracyjne w okresie pozawodowym. W artykule podkreślono, że wymienione instytucje edukacyjne pełnią ważną rolę w zapewnieniu aktywności intelektualnej i fizycznej osobom starszym, wspieraniu ich więzi społecznych i komunikacji międzyludzkiej. Scharakteryzowano podstawy organizacyjne i merytoryczne działalności uniwersytetów trzeciego wieku (cel, kierunki działania, rodzaje i specyfikę planowania lekcji, formy organizacji edukacji). Do analizy wybrano trzynaście placówek oświatowych. Przeanalizowano zawartość oferty edukacyjnej uniwersytetów trzeciego

wieku w Polsce według programów studiów na lata akademickie 2022-2024. Podsumowano obszary studiów: nauka i doskonalenie języków obcych; technologie informacyjne (poziom podstawowy/zaawansowany); historia sztuki; religioznawstwo; historia i kultura Polski; kultura fizyczna i zdrowie oraz rekreacja i turystyka. Określono specyficzne cechy tematów zajęć edukacyjnych z uczniami: różnorodność; uwzględnienie zainteresowań wiekowych i potrzeb dorosłych uczniów; uwypatnienie cech rozwoju człowieka w późnej dorosłości (pamięć, myślenie itp.); obejmujące aspekty ochrony zdrowia. Odpowiednie formy (wykłady, zajęcia praktyczne, seminaria, kursy mistrzowskie, pogadanki, wycieczki do muzeów, spotkania, zwiedzanie wystaw, teatr akademicki, plenery, udział w konferencjach naukowych i praktycznych, spacerów poznawczych, wycieczki przyrodniczo-rekreacyjne) i metody (wykład, rozmowa, relacja, dyskusja, ćwiczenia szkoleniowe (stymulacja pamięci, rozwój myślenia), ćwiczenia praktyczne (gimnastyka, joga itp.) pracy z uczniami.

Słowa kluczowe: uniwersytety trzeciego wieku, Polska, studenci dorośli, kształcenie ustawiczne, proces edukacyjny, formy i metody pracy, funkcje edukacyjne, integracyjne i kulturalne.

Natalia Myronchuk. Organization of the educational process in universities of the third age in Poland

Adult education is one of the priority directions in the context of implementing the concept of lifelong learning. The University of the Third Age is an educational institution that helps adults overcome life challenges and realizes their educational, cultural, integration needs in the post-professional period. The article emphasizes that these educational institutions play an important role in ensuring the intellectual and physical activity of the elderly, supporting their social ties and interpersonal communication. The organizational and content bases of the activities of universities of the third age are characterized (goal, directions of activity, types and peculiarities of lesson planning, forms of education). Thirteen educational institutions were selected for analysis. The content of the educational offer of universities of the third age in Poland according to the study programs of 2022-2024 academic years has been analysed. The areas of study are summarized: study and improvement of foreign languages; information technologies (basic/advanced levels); art history; religious studies; history and culture of Poland; physical culture and health and recreation and tourism. Specific features of the subjects of educational classes with students have been determined: diversity; taking into account the age interests and needs of adult students; highlighting the features of human development in late adulthood (memory, thinking, etc.); covering aspects of health preservation. Relevant forms (lectures, practical classes, seminars, master classes, talks, excursions to museums, meetings, visits to exhibitions, academic theatre, plain airs, participation in scientific and practical conferences, cognitive walks, nature and recreational trips) and methods (lecture, conversation, report, discussion, debate, training exercises (stimulation of memory, development of thinking), practical exercises (gymnastics, yoga, etc.)) of working with students.

Key words: universities of the third age, Poland, adult students, lifelong education, educational process, forms and methods of work, educational, social integration and cultural functions.

Постановка проблеми. Освіта дорослих є одним пріоритетних напрямів у контексті упровадження концепції навчання упродовж життя. До спільноти осіб, які навчаються в університетах третього віку, умовно відносять осіб у стадії пізньої дорослості, які переходять або перейшли у післяпрофесійний етап життя і мають бажання підвищувати свій освітній, професійний та культурний рівень. Пізня дорослість є викликом не лише сьогодення, але й майбутнього. Для особи цього етапу життя постає низка викликів: вихід з професійної ролі, зменшення комунікативної взаємодії, зниження інтенсивності соціальних контактів, поява більшої кількості часу для роздумів, діалогу з собою і світом, самотність, втрата сенсу життя та ін. Такі зміни життя людина може сприйняти з сумом або ж критично осмислити нові можливості, які з'являються в неї для нових форм активності.

Університети третього віку покликані вирішувати проблеми задоволення пізнавальних потреб, набуття нових компетентностей, перенавчання, послаблення відчуття самотності та

реалізації потреби комунікації й соціальних контактів для осіб у період пізньої дорослості. У Польщі університети третього віку відіграють важливу роль у забезпеченні інтелектуальної та фізичної активності літніх людей, підтримки їх соціальних зв'язків та міжособистісного спілкування.

Аналіз основних досліджень і публікацій із зазначеної проблеми. Теоретичні аспекти освіти дорослих знайшли своє відображення в працях О. Дубасенюк, В. Кременя, Л. Лук'янової, Н. Ничкало, Л. Сігаєвої та ін. Питання неформальної освіти дорослих у Польщі досліджувала О. Самойленко, діяльність університетів третього віку в Польщі – Н. Базиляк, М. Гавран, В. Гришко.

Н. Базиляк аналізує світовий досвід діяльності університетів третього віку з надання освітніх послуг громадянам у загальному контексті, звертаючись до моделей освітньої діяльності різних країн – Франції, Англії, Австрії, Канади, а також Польщі [1].

В. Гришко окреслює хронологію появи і розвитку університетів третього віку в Польщі, називає їх типи та надає характеристику діяльності окремих з цих типів. Зокрема, керуючись даними Національної федерації асоціацій технологічного університету, вона вказує, що 13 % університетів працюють у структурах закладів вищої освіти, 15 % – в органах місцевого самоврядування, 65 % закладів мають організаційно-правову форму асоціації чи фонду [2, с. 150].

Відповідно до аналітичного звіту «Університети третього віку в 2021–2022 навчальному році» (Uniwersytety trzeciego wieku w roku akademickim 2021/2022) [20], в аналізований період функціонувало мінімум 552 заклади такого типу, які відрізняються за організаційно-правовою формою, однак більшість з них (288 закладів) – це асоціації.

Дослідниця В. Гришко, аналізуючи статистичний звіт 2012 року щодо університетів третього віку в Польщі, називає причини зростання кількості цих закладів: збільшення кількості пенсіонерів у Польщі, системна підтримка університетів третього віку, або поява нового покоління пенсіонерів, які мають інші вимоги і потреби, спосіб життя і проведення вільного часу, оскільки більшу частину професійного життя прожили в капіталістичних умовах [2, с. 149].

Водночас існує низка факторів, які перешкоджають діяльності таких закладів. Найбільш вагомими є: недостатність коштів (65,8 %), низькі доходи студентів для оплати навчання (48,9 %), пандемія COVID-19, через яку в 2019–2020, а також 2020–2021 навчальних роках університети третього віку призупинили свою діяльність та скасовували навчальні заняття і культурно-мистецькі заходи [20, с. 10].

Як свідчать проаналізовані матеріали, освітні, активізаційні та інтеграційні заходи, організовані університетами третього віку для студентів, включають лекції та семінари, регулярні заняття, культурні й мистецькі заходи та соціальні заходи для тих, хто таких потребує. Разом з тим, у цих публікаціях менше приділено увагу змісту освітніх програм, за якими навчають дорослих студентів.

Відповідно **метою статті** визначаємо проаналізувати зміст освітньої пропозиції університетів третього віку в Польщі, з'ясувати актуальні форми і методи роботи з дорослими студентами.

Виклад основного матеріалу. Організаційно-змістові основи діяльності університетів третього віку (мета, завдання, напрями, шляхи реалізації) чітко визначено у статуті *Національної федерації асоціацій університетів третього віку* [7], яка об'єднує 60 асоціацій та університетів третього віку Польщі. Мета діяльності цього об'єднання визначена такими положеннями:

- об'єднання асоціацій, освітніх організацій, які здійснюють статутну діяльність у сфері освіти, для активізації людей похилого віку, надання їм організаційної, правової, матеріально-технічної та фінансової підтримки;
- представництво університетів третього віку на національному та міжнародному формі, перед громадським сектором, іншими середовищами;

- відстоювання інтересів у справах, ініціювання та надання висновків щодо проєктів нормативно-правових актів на місцевому, регіональному та національному рівнях;
- розвиток співпраці, зміцнення почуття ідентичності спільноти університетів третього віку;
- забезпечення високого рівня освітньої діяльності членів федерації у співпраці з університетами, академічною спільнотою, науково-дослідними установами, науковими працівниками та навчальними підрозділами;
- діяльність із захисту здоров'я та полегшення доступу до медичної допомоги для людей похилого віку;
- створення умов для ефективної співпраці поколінь та ін.

Свою діяльність Федерація університетів третього віку реалізує за такими напрямками: наука, освіта, виховання; культура, мистецтво, охорона культурних цінностей; екологія та охорона природної спадщини; охорона і зміцнення здоров'я, фізична культура, спорт, туризм і відпочинок; громадський порядок і безпека та протидія соціальним патологіям; європейська інтеграція та розвиток міжнародних контактів і співробітництва; сприяння та організація волонтерської й благодійної діяльності; соціальна допомога, протидія маргіналізації та ізоляції; правова допомога; заохочення і захист справ споживачів; поширення і захист свободи, прав людини та громадянських свобод, діяльність на підтримку розвитку демократії; сучасні технології (комп'ютери, Інтернет, електронне навчання тощо); соціальна інтеграція, включно з інтеграцією поколінь; регіональний і місцевий розвиток; реклама та інформація [11].

Реалізація визначених Федерацією університетів третього віку цілей і напрямів діяльності відбувається такими шляхами:

- освітня та навчальна діяльність, включаючи використання сучасних технологій (наприклад, електронне навчання);
- організація конгресів, форумів, конференцій, дебатів;
- організація лекцій, семінарів, тренінгів, зустрічей, конкурсів, виставок, концертів, фестивалів;
- інформаційно-пропагандистська та видавнича діяльність;
- дослідницька діяльність;
- консультативна діяльність, особливо у сфері цивільних та правових справ;
- ведення інтернет-порталів;
- організація інтеграційних та активізаційних зустрічей і заходів, обміну досвідом та ін.[11].

Члени Федерації мають власні статuti, де визначені організаційні основи їх діяльності.

Розглянемо особливості організації навчання дорослих учнів в окремих університетах третього віку в Польщі.

Мета університетів третього віку в Польщі – інтелектуальний розвиток суб'єктів навчання, турбота про їх фізичний стан, створення дружнього простору для активного проведення вільного часу. Навчання дорослих учнів спрямоване на їх розвиток, освіту, стимулювання активності до процесу пізнання.

Слухачами університету є особи віком від 55 років, до роботи з якими залучені науково-педагогічні працівники, докторанти, учасники студентських наукових клубів, гуртків, студій, представники різних установ.

Для аналізу змісту та форм навчання було обрано програми навчання 2022–2023 та 2023–2024 навчальних років. Навчання в університетах третього віку організоване семестрами – літнім та зимовим. Осінній семестр триває орієнтовно з жовтня по січень, літній – з лютого по червень.

Серед найбільш поширених форм організації навчання – лекції, практичні заняття, зустрічі, відвідування виставок, академічний театр, пленери, участь у науково-практичних конференціях. З метою інтеграції людей старшого університети також організують поїздки,

танцювальні вечірки, пікніки, кінопоходи. За програмами навчання пропонуються основні та додаткові заняття.

Особливістю лекцій є їх відкритість, доступність для усіх бажаючих, не обов'язково лише для студентів університетів третього віку. Після прослуховування лекції пропонується її обговорення та відповіді на запитання.

Організація практичних занять має планований характер, такі заняття проводяться регулярно й циклічно, не менше трьох занять у навчальному циклі. Особливістю цієї форми навчання є взаємодія зі слухачами – вона вимагає активної участі слухачів. Часто використовуваною формою навчання в університетах третього віку є культурно-мистецькі заходи, які можуть відбуватися одноразово або багато разів упродовж навчального циклу з метою інтеграції дорослих студентів між собою та за межами університету шляхом участі у різних видах зустрічей, свят, шоу.

Розглянемо програми навчання в окремих закладах.

Метою діяльності *Ягеллонського університету третього віку* [4] є поширення безперервної освіти серед професійно неактивних людей через: систематичне поглиблення знань і вмінь з різних галузей науки; поширення санітарної профілактики; надання можливості людям активно проводити вільний час; розвиток фізичної підготовки слухачів університету; підтримка діяльності гуртків за інтересами, якими керують самі студенти або спеціалісти різного профілю [12].

Навчання в університеті триває три роки. На навчання приймають осіб, які мають вік від 60 років. Участь у програмах навчання є добровільною, і слухачі можуть за бажанням залишити навчання. Під час прийому на навчання пріоритет мають особи, які навчалися на попередніх курсах, однак після трьох років навчання слухачів повторно на навчальні курси не приймають.

У навчальному році студенти обирають один із чотирьох основних напрямів навчання: мистецтвознавство; релігієзнавство; історія та культура Кракова; Китай: історія, культура, суспільство. Після вивчення одного з напрямів на другий рік обирається інший напрям навчання. Освітня пропозиція змінюється й адаптується відповідно до запитів та очікувань студентів, а також організаційних можливостей підрозділу.

Основною формою занять є лекції, які проводяться один раз у тиждень.

Пропонуються така тематика лекцій за основними напрямками: «Довкілля. Чи можна жити безпечно з пластиком? Вплив одноразового пластику на довкілля та здоров'я людини», «Значення ліпнини в мистецтві країн Рейху в сучасну епоху», «Літературне життя в Кракові після 1989 року, або звідки взявся «краківський пивний реалізм»», «Тибет – візит на дах світу» та інші.

Водночас студенти університету можуть взяти участь у семінарах, майстер-класах, бесідах, екскурсіях до музеїв, пізнавальних прогулянках, природно-рекреаційних подорожах. Освітня пропозиція закладу, крім основних і додаткових курсів, включає курси з іноземної мови, навчання в комп'ютерних класах, онлайн-практикуми, семінари з вивчення смартфонів, програми для покращення фізичної форми, тематичні практикуми. Практикується також проведення навчальних занять на робочих місцях: у музеях, історичних церквах та галереях, обсерваторіях, ботанічному саду тощо.

Факультативні семінари проводяться кожні два тижні. Пропонується така тематика семінарів з різних галузей знань: з театрознавства («Маска в театрі. Старший у сучасному театрі»), астрономії («Гравітаційні хвилі – нове вікно у Всесвіт, варте Нобелівської премії»), музикознавства («Музика кіно. Композитори кіномузики з усього світу – Говард Шор»), природознавства («Гриби – лише аромат чи антиоксидантні властивості?»), політології («Причетність наддержав до революцій, переворотів і переворотів у ХХ столітті (Югославія 2000, Грузія 2003, Україна 2004, Киргизстан 2005)») та інші.

До змісту програми навчання осіннього семестру *Університету третього віку в Університеті комісії народної освіти в Кракові* [17] включено такі форми роботи і теми:

- лекції: «Вплив правильного харчування на здоров'я та розумова працездатність літніх людей – факти, міфи, практичні поради»; «Вибрані стани, що загрожують життю та здоров'ю людей похилого віку: діагностика, перша допомога, лікування, профілактика»; «Подбаймо про наш слух» (лекція співробітників компанії слухових апаратів Ampfilion); «Психологія старшого віку»; «Музика та емоції»; «Забруднення навколишнього середовища та екосистеми і здоров'я людини»; «Санктуарії та центри паломництва в Польщі: минуле і сьогодення»; «Цистерціанці: походження, значення, цивілізаційні досягнення, цистерціанське мистецтво»;
- майстер-класи, лекції: «Розфарбуйте барвисто...хто, як не ти!»;
- різдвяні майстер-класи, зустрічі;
- вправи для стимуляції пам'яті;
- участь у 6-му Малопольському конгресі Срібної економіки в Кракові – «Кінотеатр Київ»;
- участь у Національній науково-практичній конференції в рамках підбиття підсумків проєкту «Деінституціоналізація соціальних послуг для людей похилого віку – «Без нас нічого»».

Програма занять літнього семестру пропонує такі форми роботи та тематику навчання:

- лекції науково-педагогічних працівників: «Харчування людей похилого віку», «Культурний туризм», «Мінерали та дорогоцінні камені», «Буддизм як туристична привабливість»; «Соціогеоморфологія, або як змінилися стосунки «річка-людина»»; «Найкрасивіші пам'ятники Бельгії»;
- практичні заняття з англійської мови: «Загальна англійська: привітання та опис себе», «Загальна англійська: базова граматики», «Я турист – що мені робити в іншій країні?», «Допоможіть мені, будь ласка!»: розмова про здоров'я», «Це смачно!»: як розмовляти в ресторані?»;
- виставка «Ідеальне місто – Будинок утопії в Кракові»;
- пленери з живопису та художньої освіти;
- зустрічі з членами клубів, гуртків, представниками установ: Наукового клубу спеціальної педагогіки УКНО в Кракові (розмова: «Надаючи допомогу та навчаючись, ми змінюємо світ на краще: діяльність наукового клубу спеціальної освіти в академічній спільноті»); студентського наукового гуртка літературознавців (лекція «Атмосфера Кракова в сучасних ЗМІ»), представниками управління поліції (бесіда «Профілактика безпеки старших»), наукового клубу анімації та волонтерства (заняття «Кухні світу»); спільна зустріч представників Варшавського банківського інституту та Науково-академічної комп'ютерної мережі в рамках проєкту «Безпека в кіберпросторі» (лекція: «Безпека літніх людей в Інтернеті»).

Нижньосілезький університет третього віку [13], який функціонує при Університеті Нижньої Сілезії DSW, пропонує навчальні заняття з англійської мови, іспанської мови, заняття з тренування творчого мислення, гімнастику через танець, скандинавську ходу та активний відпочинок на природі. Розклад сталий з понеділка по п'ятницю. Є можливість обрати один або кілька предметів, заняття з якого/яких проводяться 1 раз у тиждень. Усього пропонується десять навчальних занять з кожного предмету. Додатково також можна відвідувати заняття за інтересами: театральну, туристичну або культурну секцію.

Гданський університет третього віку [3] пропонує слухачам лекції, семінари та додаткові заняття. Навчання відбувається циклічно: організовуються лекції та доповіді щовівторка та щосереди. Слухачам пропонуються навчальні заняття з іноземних мов (англійської, німецької, французької та ін.), світових релігій та історії Гданська, практикуми (мистецькі майстерні, філософсько-літературні розвідки, кінозустрічі, заняття з мистецтва з елементами культурного туризму тощо), заняття з тренування пам'яті, розумової гімнастики, творчого мислення, танцювальної терапії, психологічні заняття (психологія «щастя» з елементами спілкування, щоб було бажання хотіти), активні заняття (різні види гімнастики, релаксаційна йога, медичний цигун, практика усвідомленого дихання, скандинавська ходьба

та ін.), танці, заняття в комп'ютерних класах, семінари (палаці, садиби та їх мешканці; майстер-класи з чеської культури та мови), творчі майстерні (майстер-класи з позитивної психології, робота з тілом і голосом, ритміка з хореографією, творче письмо, дієтичні майстер-класи та ін.).

Люблінський університет третього віку [6] організовує заняття упродовж двох семестрів у формі лекцій і практичних занять для різних груп за інтересами. Щотижневі лекції розподілені за циклами: лекції з гуманітарних знань, з природничо-географічних знань, з питань здоров'я та техніки. Також організовуються заняття для груп за інтересами (з психології, мистецтвознавства, садівництва, іноземних мов, душпастирського служіння), активні заняття (гімнастика, танці, йога, басейн, аквааеробіка, піші прогулянки), святкові зустрічі, волонтерство. В університеті популяризується наука та наукова діяльність шляхом організації наукових конференцій, симпозіумів, у яких беруть участь літні люди.

У Любліні діє також *Університет третього віку* при *Університеті підприємництва та адміністрації* [19]. Університет має свій статут [10], у якому викладено організаційні основи діяльності освітньої установи, цілі та завдання діяльності.

Навчання здійснюється у формі лекцій та практичних занять, проводяться також майстер-класи, відбувається перегляд фільмів, вистави.

Заняття організовані з понеділка по середу, а також у п'ятницю. До програми занять слухачів включено лекції з питань екології, як змінюється світ, про здорове харчування, мистецтво висловлювати свою думку тощо. Проводяться заняття з фітнесу в фітнес-клубі, вивчається англійська та іспанська мови, навчають працювати з комп'ютером. Проводяться майстер-класи сухої пастилі, практичні заняття з макіяжу. Щосереді увечері відбуваються культурні майстерні, де пропонується перегляд фільму.

Метою *Казімежовського університету третього віку* [5] в Бидгощі є популяризація природничих і гуманітарних знань, а також реалізація ідеї активного життя в пізньому дорослому віці. Студенти мають змогу реалізувати себе в освітній, соціальній, культурній та рекреаційній площинах, відвідуючи навчальні заняття та беручи активну участь у позааудиторній діяльності. Освітня пропозиція університету представлена заняттями з інформатики, педагогіки, психології, біології, культури і мистецтва, історії та спорту, які пропонують факультети інформатики, фізичної культури, мови.

Використовуються такі форми організації навчання, як аудиторні лекції, тематичні семінари, заняття в секціях (музичної експресії, використання комп'ютера, вивчення іноземних мов, хору, музики).

Програмою навчання запропоновано таку тематику лекцій: «Микола Коперник – людина епохи Відродження», «Споживач на роздоріжжі, або жменька юридичних порад з-під прилавка...», «Цифровий пенсіонер – ігри третього віку», «Матеріальна культура на польських землях у XV ст. – одяг, зброя та предмети побуту», «Срібна економіка – додана вартість політики для старших», «Проблеми з наркотиками – що це таке, як вони виникають і як вони впливають на наше лікування?» та ін.

Додаткові заняття проводяться у таких секціях: туристично-регіональна (клубні засідання, закордонні поїздки), пішохідні прогулянки (прогулянки Бидгощем у супроводі гіда), спорт (скандинавська ходьба, гімнастика, тай-чи), екології та здоров'я, літературна, мистецька, оригамі, кабаре, вокальна група, майстер-класи з малювання.

Університет третього віку при *Гуманітарно-економічному університеті в Лодзі* [14] є освітньо-культурним закладом для людей пенсійного віку, метою діяльності якого є активізація, інтеграція та психофізичний розвиток через освітню, культурну та фізичну діяльність.

Як і в інших закладах цього типу, основними формами занять є лекції, практичні заняття, гуртки за інтересами. Проводяться також майстер-класи, екскурсії, заняття в музеї.

Програма навчання розробляється для кожного семестру. Для прикладу, закладом запропоновано такі напрями навчальних занять для одного семестру: концерти класичної

музики; конференції «Я дбаю про своє здоров'я»; мистецтво та технології; кіносекція; культура Лодзі; музичні знання; живопис і мода в дев'ятнадцятому столітті.

Як додаткові заняття, заклад пропонує: вивчення італійської мови, заняття з арт-терапії, використання смартфона, творчого письма, шахів, гімнастики, заняття для здорового хребта.

Університет третього віку при Університеті Ігнатіанум у Кракові [16] у своїй діяльності пропагує цінності «людина-релігія-культура-суспільство», де пріоритетним є цінність «бути» над цінністю «мати». Відповідно в змісті програми навчання відображено тематику, яка корелює з визначеними цінностями. Навчання в університеті передбачає участь студентів у лекціях, вільно обраних конференціях, культурно-мистецьких заходах.

Під час зимового семестру студенти мають можливість отримати знання з таких тем: «Релігійне виховання маленької дитини на прикладі Катехизи Доброго Пастиря – можливості підтримки релігійного розвитку дитини вдома»; «Людина на службі у людини – волонтерство як простір підтримки та самореалізації (в будь-якому віці)»; «Дилеми гуманітарної допомоги та інтервенції в сучасному світі»; «Пенсіонери, яким загрожує цифрова залежність онуків»; «Культурний код – звідки беруться стереотипи»; «Чи варто нам боятися штучного інтелекту? Ключ до розуміння музичної експресії»; «Медіація як альтернативний спосіб вирішення конфліктів» та ін.

Для літнього семестру закладом запропоновано заняття з таких тем: «Взаємні права та обов'язки дитини і батьків», «Чим ми завдячуємо поколінню Z?», «Квартира – це не лише чотири стіни. Як хотіли б жити поляки?», «Мистецтво як особливість людської природи у поглядах Єжи Ветулані», «Про самооцінку в двох словах» та ін.

Студенти закладу мають можливість отримати освітні послуги різними способами: відвідувати лише лекції або одночасно з лекціями розширювати свою культурну та релігійну освіченість через додаткові заняття.

Університет третього віку при Вроцлавському університеті [18] є одним із найважливіших центрів освіти дорослих у Польщі. Студенти університету мають змогу доповнити та оновити свої знання, а також задовольнити різноманітні освітні потреби завдяки широкій тематиці пропонуваніх мультидисциплінарних лекцій (з філософії, фізики, релігієзнавства, медицини, мистецтва, психології, класичної філології). Окреслимо тематику лекцій: «Поезія в житті літньої людини», «Здоров'я і я», «Освітня діяльність у пізньому дорослому віці», «Психологія пізньої дорослості», «Психологічний потенціал здоров'я та щастя людини», «Права людини», «Будова Всесвіту» та інші.

Під час участі в семінарах дорослі студенти розширюють знання з андрагогіки, соціології, методології наукових досліджень, набувають практичних умінь з журналістики, використання комп'ютера, малювання, акторської майстерності, тренування пам'яті.

Додатково вивчаються іноземні мови та пропонується відвідування різних секцій за інтересами, зокрема, майстер-класів з театралізації, співу, обслуговування комп'ютера, самопізнання, тренування пам'яті та інших, занять з йоги, гімнастики, релаксаційних танців та ін.

Відкритий університет третього віку при Університеті природничих наук [8] у Вроцлаві є закладом, який популяризує серед своїх студентів новітні досягнення в сфері «Людина і довкілля». У Положенні про Відкритий університет третього віку Вроцлавського університету [9] визначено сфери освітньої діяльності закладу:

- 1) інтелектуальна діяльність (лекції, семінари, курси, практичні заняття);
- 2) культурна діяльність (театральні заняття, майстер-класи з живопису і фотографії, курси аранжування квітів, догляд за садом, відвідування концертів, кіно, опери та театру);
- 3) фізична діяльність (реабілітаційна гімнастика, реабілітаційне плавання, аквааеробіка, здоров'я хребта, йога, тренажерний зал, бальні танці, туризм);
- 4) навчання в галузі іноземних мов (курси лекцій);
- 5) інформаційні технології.

Основною формою організації навчання є лекції, які проводять співробітники закладу, докторанти, а також слухачі курсів. Після кожної години лекції дорослим студентам надається додатковий час для запитань та обговорення викладених проблем. Щочетвергові лекції проводяться за такою тематикою: «Огляд ліків, або як провізор може допомогти пацієнту», «Потепління клімату – глобальна загроза», «Як епідемії сформували історію людства», «Хімія живить, лікує і зближує» та ін.

Практичні заняття для студентів згруповані у такі тематичні блоки:

- секція вивчення та вдосконалення іноземних мов (англійської, німецької, французької, італійської, іспанської);
- ІТ секція (базовий та поглиблений рівень);
- фізкультурно-оздоровча секція (реабілітаційна гімнастика: йога, пілатес; аквааеробіка, гімнастика «здорового хребта», тренажерний зал, йога, бальні танці, реабілітаційне плавання, скандинавська ходьба, туризм);
- культурно-освітня секція (відвідування кінотеатру, театру, опери, концертів, гурток живопису, художніх промислів);
- секція харчування та дієтології.

Університет також пропонує для студентів додаткові заняття за інтересами.

Університет третього віку при Варшавському університеті наук про життя [21] пропонує своїм слухачам вивчення іноземних мов від базового до просунутого рівнів, літературні майстерні, майстер-класи для покращення пам'яті, фізичну гімнастику, реабілітаційну гімнастику, танці, йогу, басейн, туристичні групи для організації походів, пікніків, поїздок автобусом, відпочинку в країні та за кордоном тощо.

Ідею безперервної освіти реалізує також *Університет третього віку Collegium Civitas* [15]. Заклад пропонує слухачам очні лекції та семінари, а також один раз у місяць – онлайн-лекцію з відомими лекторами. Окрім лекцій, слухачам запропоновано майстер-класи, поїздки, детальні тематичні лекції (танці в колі, клуб персонального розвитку, клуб хороших книг, міст – 60 та інші). Цікаво, що хоч освітня пропозиція адресована людям похилого віку, заклад також запрошує на навчання молодь, закликаючи її представників отримати всебічні знання.

Вартою уваги є також *організація позааудиторного життя слухачів університетів третього віку*. Такі студенти мають самоврядні органи – раду студентського самоврядування, проблемні комісії. Завданнями діяльності самоврядних органів є представництво думок, оцінок, пропозицій студентів університету і донесення їх до керівництва закладу, ініціювання додаткових форм діяльності, сприяння інтеграції студентів та організації їх самоосвіти, допомога в організації урочистостей, святкових заходів, інших форм дозвілля для студентів. Так у Казімежському університеті третього віку діяльність дорослих учнів організовують Рада студентського самоврядування, у Люблінському університеті третього віку – Рада студентського самоврядування та проблемні комісії.

Особливості організації освітнього процесу в університетах третього віку в Польщі узагальнено на рис. 1.



Рис. 1. Особливості організації освітнього процесу в університетах третього віку в Польщі
 Змістові характеристики освітніх програм для слухачів університетів третього віку в Польщі представлено в таблиці 1.

Таблиця 1

Змістові характеристики освітньої пропозиції університетів третього віку в Польщі

Напрями навчання	Предмети	Особливості тематики занять	Методи роботи
– вивчення та вдосконалення іноземних мов; – інформаційні технології (базовий/поглиблений рівні); – мистецтвознавство; – релігієзнавство; – історія та культура Польщі; – фізкультурно-оздоровчий та рекреаційно-туристичний та ін.	<i>Основні:</i> іноземна мова; інформатика; гімнастика; екологія; історія; живопис; астрономія; природознавство <i>Додаткові (заняття за інтересами):</i> іноземні мови; театральна студія; туристична секція; культурна секція; садівництво; душпастирське служіння; арт-терапія; психологія та ін.	– різнопланова; – пов’язана з віковими інтересами; – стосується особливостей розвитку людини в пізній дорослості (пам’ять, мислення, ін.); – охоплює аспекти збереження здоров’я	– лекція; – бесіда; – доповідь; – обговорення; – дискусія; – тренінгові вправи (стимуляція пам’яті, розвиток мислення); – практичні вправи (гімнастика, йога, ін.)
<i>Наукова діяльність:</i> участь у секціях, конференціях, симпозіумах			

Висновки. Узагальнюючи викладене, зазначимо, що університети третього віку у Польщі виконують важливу освітню, соціально-інтеграційну та культурну функції. Освітня пропозиція закладів представлена широким і багатим спектром курсів, різноманітним тематикі з урахуванням специфіки віку студентів. Студенти мають обов'язкові предмети, які обирають із запропонованих напрямів, та додаткові заняття на вибір, відвідують гуртки за інтересами.

Для проведення навчальних занять зі студентами університети третього віку використовують навчальні площі закладу освіти, а також інші навчальні середовища. Поширеною практикою в таких закладах є проведення навчальних занять у реальному середовищі (музеях, обсерваторіях, палацах, церквах тощо). Крім того, заклади адаптують навчання до зовнішніх умов (наприклад, під час пандемії навчання відбувалося в дистанційному форматі).

Форми і методи навчання орієнтовані на інтереси і запити слухачів: лекції від провідних фахівців із різноманітних галузей науки, тематичні зустрічі на політичні, соціальні, медичні теми, мовні курси, заняття з комп'ютерної грамотності, основ літературної творчості, музики, танцю, хенд-мейду тощо. Учасники можуть обирати відповідно до своїх уподобань і практичні заняття: городництво, видавництво газети та інші. У багатьох університетах третього віку існують так звані групи взаємної допомоги, які передбачають передусім психологічну допомогу студентам, які втратили близьку людину, мають проблеми в родині або важко переживають адаптацію до нового для себе статусу – пенсіонера. Крім того, студентам пропонується курс першої домедичної допомоги, який згодом часто рятує життя їм чи їхнім рідним. На заняттях студенти не лише здобувають цікаву та цінну інформацію, але й розвивають пам'ять, моторику, виконують різноманітні вправи для збереження здоров'я. *Перспективами подальших розвідок* є порівняння вітчизняного і польського досвіду організації навчання в університетах третього віку.

Список використаних джерел та літератури

1. Базиляк Н. О. Світовий досвід формування державної гуманітарної політики з розвитку діяльності університетів третього віку щодо надання освітніх послуг громадянам. *Публічне управління та митне адміністрування*. 2022. № 1 (32). С. 5–9. DOI: <https://doi.org/10.32836/2310-9653-2022-1.1>
2. Grishko V. Działalność uniwersytetów trzeciego wieku w Polsce. *Adult Education: Theory, Experience, Prospects*. 2019. Vol. 1 (15). P. 146–155. DOI: [https://doi.org/10.35387/od.1\(15\).2019.146-155](https://doi.org/10.35387/od.1(15).2019.146-155)
3. Gdański Uniwersytet Trzeciego Wieku. Retrieved from: https://gutw.ug.edu.pl/?utm_source=grupa-studentnews&utm_medium=university-presentation (Дата звернення: 21.06.2024).
4. Jagielloński Uniwersytet Trzeciego Wieku. URL: <https://utw.uj.edu.pl/start> (Дата звернення: 21.08.2024).
5. Kazimierzowski Uniwersytet Trzeciego Wieku. URL: https://kutw.ukw.edu.pl/jednostka/kazimierzowski_uniwersytet?utm_source=grupa-studentnews&utm_medium=university-presentation (Дата звернення: 21.06.2024).
6. Lubelski Uniwersytet III Wieku. URL: https://www.umcs.pl/pl/lubelski-universytet-iii-wieku,2443.htm?utm_source=grupa-studentnews&utm_medium=university-presentation (Дата звернення: 21.06.2024).
7. Ogólnopolska Federacja Stowarzyszeń Uniwersytetów Trzeciego Wieku. URL: <https://federacjaupw.pl/czlonkowie/> (Дата звернення: 21.06.2024).
8. Otwarty Uniwersytet Trzeciego Wieku. URL: <http://otwarty.up.wroc.pl/index1.html>
9. Regulamin Otwartego Uniwersytetu Trzeciego Wieku UPWr. URL: <http://otwarty.up.wroc.pl/regulamin-otwartego-UTW.pdf> (Дата звернення: 21.06.2024).
10. Statut Centrum Edukacji Seniorów – Uniwersytetu Trzeciego Wieku. URL: <https://wsipa.pl/wp-content/uploads/2022/09/STATUT-DO-POBRANIA-1.pdf> (Дата звернення: 21.06.2024).
11. Statut Ogólnopolskiej Federacji Stowarzyszeń Uniwersytetów Trzeciego Wieku. URL: <https://federacjaupw.pl/statut/> (Дата звернення: 21.06.2024).
12. Uchwała nr 83/VI/2012 Senatu Uniwersytetu Jagiellońskiego z dnia 27 czerwca 2012. URL: https://utw.uj.edu.pl/documents/6082181/6105748/Regulamin_UTW.pdf (Дата звернення: 21.06.2024).

13. Uniwersytet Dolnośląski DSW. URL: https://www.dsw.edu.pl/studia-i-szkolenia/dolnoslaski-universytet-trzeciego-wieku?utm_source=grupa-studentnews&utm_medium=university-presentation (Дата звернення: 21.06.2024).
14. Uniwersytet Trzeciego Wieku Akademia Humanistyczno-Ekonomiczna w Łodzi. URL: <https://utw.ahe.lodz.pl/#115> (Дата звернення: 21.06.2024).
15. Uniwersytet Trzeciego Wieku Collegium Civitas. URL: https://www.civitas.edu.pl/pl/oferta-edukacyjna/universytet-trzeciego-wieku-collegium-civitas/czym-jest-utwcc?utm_source=grupa-studentnews&utm_medium=university-presentation (Дата звернення: 21.06.2024).
16. Uniwersytet Trzeciego Wieku. URL: https://www.ignatianum.edu.pl/universytet-trzeciego-wieku?utm_source=grupa-studentnews&utm_medium=university-presentation (Дата звернення: 21.06.2024).
17. Uniwersytet Trzeciego Wieku. URL: <https://utw.uken.krakow.pl/o-universytecie-2/> (Дата звернення: 21.06.2024).
18. Uniwersytet Trzeciego Wieku. URL: <https://uwr.edu.pl/universytet-trzeciego-wieku/> (Дата звернення: 21.06.2024).
19. Uniwersytet Trzeciego Wieku. URL: https://wsipa.pl/nasze-kierunki/universytet-trzeciego-wieku/?utm_source=grupa-studentnews&utm_medium=university-presentation (Дата звернення: 21.06.2024).
20. Uniwersytety trzeciego wieku w roku akademickim 2021/2022. Informacje statystyczne. Warszawa, Gdańsk 2023. 30 s. URL: <http://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/edukacja/> (Дата звернення: 21.05.2024).
21. Ursynowski Uniwersytet Trzeciego Wieku im. J.U. Niemcewicza przy SGGW. URL: <https://uczelnie.studentnews.pl/s/3619/75033-Uniwersytety-Trzeciego-Wieku/423-Szkola-Glowna-Gospodarstwa-Wiejskiego-w-Warszawie.htm> (Дата звернення: 21.06.2024).

References (translated & transliterated)

1. Bazyliak, N. O. (2022). Svitovyi dosvid formuvannia derzhavnoi humanitarnoi polityky z rozvytku diialnosti universytetiv tretoho viku shchodo nadannia osvithnikh posluh hromadianam [World experience in the formation of state humanitarian policy on the development of the activities of the third age universities regarding the provision of educational services to citizens]. *Publichne upravlinnia ta mytne administruvannia [Public administration and customs administration]*, 1 (32), 5–9. DOI: <https://doi.org/10.32836/2310-9653-2022-1.1> [In Ukrainian].
2. Grishko, V. (2019). Działalność uniwersytetów trzeciego wieku w Polsce [Activities of universities of the third age in Poland]. *Adult Education: Theory, Experience, Prospects*, 1 (15), 146–155. DOI: [https://doi.org/10.35387/od.1\(15\).2019.146-155](https://doi.org/10.35387/od.1(15).2019.146-155) [In Polish].
3. Gdański Uniwersytet Trzeciego Wieku [Gdansk University of the Third Age]. Retrieved from: https://gutw.ug.edu.pl/?utm_source=grupa-studentnews&utm_medium=university-presentation [In Polish].
4. Jagielloński Uniwersytet Trzeciego Wieku [Jagiellonian University of the Third Age]. Retrieved from: <https://utw.uj.edu.pl/start> [In Polish].
5. Kazimierzowski Uniwersytet Trzeciego Wieku [Kazimierzowski University of the Third Age]. Retrieved from: https://kutw.ukw.edu.pl/jednostka/kazimierzowski_universytet?utm_source=grupa-studentnews&utm_medium=university-presentation [In Polish].
6. Lubelski Uniwersytet III Wieku [Lublin University of the Third Age]. Retrieved from: https://www.umcs.pl/pl/lubelski-universytet-iii-wieku,2443.htm?utm_source=grupa-studentnews&utm_medium=university-presentation [In Polish].
7. Ogólnopolska Federacja Stowarzyszeń Uniwersytetów Trzeciego Wieku [National Federation of Associations of Universities of the Third Age]. Retrieved from: <https://federacjaupw.pl/czlonkowie/> [In Polish].
8. Otwarty Uniwersytet Trzeciego Wieku [Open University of the Third Age]. Retrieved from: <http://otwarty.up.wroc.pl/index1.html> [In Polish].
9. Regulamin Otwartego Uniwersytetu Trzeciego Wieku UPWr [Regulations of the Open University of the Third Age UPWr]. Retrieved from: <http://otwarty.up.wroc.pl/regulamin-otwartego-UTW.pdf> [In Polish].
10. Statut Centrum Edukacji Seniorów – Uniwersytetu Trzeciego Wieku [Statute of the Senior Education Center – University of the Third Age]. Retrieved from: <https://wsipa.pl/wp-content/uploads/2022/09/STATUT-DO-POBRANIA-1.pdf> [In Polish].
11. Statut Ogólnopolskiej Federacji Stowarzyszeń Uniwersytetów Trzeciego Wieku [Statute of the Polish Federation of Associations of Universities of the Third Age]. Retrieved from: <https://federacjaupw.pl/statut/> [In Polish].

12. Uchwała nr 83/VI/2012 Senatu Uniwersytetu Jagiellońskiego z dnia 27 czerwca 2012 [Resolution No. 83/VI/2012 of the Senate of the Jagiellonian University of 27 June 2012]. Retrieved from: https://utw.uj.edu.pl/documents/6082181/6105748/Regulamin_UTW.pdf [In Polish].
13. Uniwersytet Dolnośląski DSW [University of Lower Silesia DSW]. Retrieved from: https://www.dsw.edu.pl/studia-i-szkolenia/dolnoslaski-universytet-trzeciego-wieku?utm_source=grupa-studentnews&utm_medium=university-presentation [In Polish].
14. Uniwersytet Trzeciego Wieku Akademia Humanistyczno-Ekonomiczna w Łodzi [University of the Third Age, Academy of Humanities and Economics in Lodz]. Retrieved from: <https://utw.ahe.lodz.pl/#115> [In Polish].
15. Uniwersytet Trzeciego Wieku Collegium Civitas [University of the Third Age Collegium Civitas]. Retrieved from: https://www.civitas.edu.pl/pl/oferta-edukacyjna/universytet-trzeciego-wieku-collegium-civitas/czym-jest-utwcc?utm_source=grupa-studentnews&utm_medium=university-presentation [In Polish].
16. Uniwersytet Trzeciego Wieku [University of the Third Age]. Retrieved from: https://www.ignatianum.edu.pl/universytet-trzeciego-wieku?utm_source=grupa-studentnews&utm_medium=university-presentation [In Polish].
17. Uniwersytet Trzeciego Wieku [University of the Third Age]. Retrieved from: <https://utw.uken.krakow.pl/o-universytecie-2/> [In Polish].
18. Uniwersytet Trzeciego Wieku [University of the Third Age]. Retrieved from: <https://uwr.edu.pl/universytet-trzeciego-wieku/> [In Polish].
19. Uniwersytet Trzeciego Wieku [University of the Third Age]. Retrieved from: https://wspa.pl/nasze-kierunki/universytet-trzeciego-wieku/?utm_source=grupa-studentnews&utm_medium=university-presentation [In Polish].
20. Uniwersytety trzeciego wieku w roku akademickim 2021/2022. Informacje statystyczne [Universities of the Third Age in the academic year 2021/2022. Statistical information]. Warszawa, Gdańsk 2023, 30. Retrieved from: <http://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/edukacja/> [In Polish].
21. Ursynowski Uniwersytet Trzeciego Wieku im. J.U. Niemcewicza przy SGGW [Ursynów University of the Third Age named after J.U. Niemcewicz at the Warsaw University of Life Sciences (SGGW)]. Retrieved from: <https://uczelnie.studentnews.pl/s/3619/75033-Uniwersytety-Trzeciego-Wieku/423-Szkola-Glowna-Gospodarstwa-Wiejskiego-w-Warszawie.htm> [In Polish].

Статтю отримано 01.07.2024 року.

Прийнято до друку 02.08.2024 року.