

НАПРЯМ 2. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА В УМОВАХ МОДЕРНІЗАЦІЇ ОСВІТИ: ВИКЛИКИ, ТЕНДЕНЦІЇ ТА ПЕРСПЕКТИВИ

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-568-9-38>

ЄВРОПЕЙСЬКІ МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В ПРАКТИЦІ НОВОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ШКОЛИ

Величко А. А.

*асистент кафедри теорії методики фізичної культури
та здоров'язбереження
ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет»
м. Дніпро, Україна*

Сучасна система освіти України переживає глибокі трансформаційні процеси, спрямовані на оновлення змісту, форм і методів навчання відповідно до європейських стандартів. Концепція Нової української школи (НУШ) передбачає переорієнтацію освітнього процесу на особистісно-орієнтований, компетентнісний та діяльнісний підходи. Одним із ключових компонентів цієї системи є фізичне виховання, адже воно формує не лише фізичну підготовленість, а й ціннісне ставлення до здоров'я, здатність до саморозвитку, командної роботи, самодисципліни та саморегуляції.

Вивчення проблеми адаптації європейських методик фізичного виховання до українського освітнього простору знайшло своє відображення у численних наукових працях як вітчизняних, так і зарубіжних дослідників. Зокрема, Є. Баженков [1], Н. Денисенко [2], Л. Северіна [6] та О. Согоконь [7] наголошують, що ефективність сучасного фізичного виховання залежить від його спрямованості на розвиток особистісних компетентностей, формування мотивації до рухової активності й залучення інноваційних технологій. Науковці підкреслюють, що реформування фізичної культури в Україні повинно спиратися на інтеграцію педагогічних, психологічних і технологічних підходів, що відповідає європейським моделям розвитку освіти [3; 5].

У міжнародному контексті дослідження, представлені у працях Європейського дослідницького центру [4], Koekoek & van Hilvoorde [9] та Zhou & Wang [10], підтверджують, що фізичне виховання має розглядатися як складова цілісного розвитку особистості, а не лише як

засіб фізичної підготовки. Цифровізація освітнього процесу сприяє індивідуалізації навчання, підвищує інтерес школярів до фізичної активності та стимулює формування навичок саморегуляції [9; 10].

Вагомий внесок у розробку стратегій модернізації фізичного виховання зроблено європейськими освітніми організаціями, зокрема мережею Eurydice, яка наголошує на важливості інтеграції інноваційних технологій, створення безпечного освітнього простору та посилення міжпредметних зв'язків у навчальному процесі [8]. Такі підходи корелюють із положеннями державних документів, спрямованих на розвиток фізичної культури в Україні [3; 5].

Узагальнення наукових позицій вітчизняних і зарубіжних учених дозволяє зробити висновок, що європейські методики фізичного виховання є не лише системою практичних прийомів і технологій, а цілісною освітньою філософією, спрямованою на формування особистості, здатної до самовдосконалення, співпраці й свідомого збереження власного здоров'я.

Проблема вдосконалення фізичного виховання школярів в Україні безпосередньо пов'язана з інтеграцією європейських методик, які базуються на демократичних принципах, гуманістичних цінностях та інноваційних технологіях. Європейський освітній простір характеризується прагненням до поєднання традиційної фізичної підготовки з сучасними засобами мотивації та моніторингу результатів, що сприяє розвитку відповідальності учнів за власний фізичний стан.

Досвід країн Європейського Союзу демонструє, що ефективність фізичного виховання значною мірою залежить від створення комфортного освітнього середовища, де фізична активність розглядається не як змагання, а як форма самореалізації й задоволення. У школах Фінляндії, Данії, Нідерландів та Німеччини широко застосовуються інтерактивні методики, проєктні форми навчання, командні ігри, орієнтовані на розвиток соціальної компетентності. Вчитель при цьому виконує роль фасилітатора, наставника, партнера, який підтримує інтерес і створює атмосферу співпраці.

Важливим компонентом є використання цифрових технологій. У багатьох європейських школах впроваджуються фітнес-трекери, мобільні застосунки для контролю фізичної активності (MyFitnessPal, Strava, Nike Training Club), а також мультимедійні платформи для візуалізації техніки виконання вправ. Ці інструменти сприяють індивідуалізації навчання, дозволяють відстежувати динаміку результатів, формують у дітей усвідомлене ставлення до фізичної активності.

Інтеграція подібних підходів у практику НУШ має значний потенціал. Згідно з новим Державним стандартом базової середньої освіти, фізична культура повинна формувати в учнів ключові компетентності

– соціальну, здоров'язбережувальну, емоційно-етичну. Європейські методики гармонійно вписуються в ці цілі, адже вони спрямовані на всебічний розвиток особистості через рухову діяльність.

Результати педагогічного дослідження, проведеного у закладі загальної середньої освіти, підтвердили ефективність інтеграції елементів європейських інноваційних методик у практику фізичного виховання. Дослідно-експериментальна робота була спрямована на вивчення впливу сучасних технологічних засобів і мультимедійних ресурсів на підвищення зацікавленості школярів у руховій діяльності. Як приклад, на уроках фізичної культури застосовувалися інтерактивні дошки для демонстрації техніки виконання вправ, відеоінструкції з базових рухів та елементів спортивних ігор, а також мобільні додатки типу *MyFitnessPal* і *Nike Training Club*, що допомагали учням контролювати рівень активності та результати виконання вправ. Використання фітнес-браслетів дозволяло фіксувати пульс, кількість кроків і загальну тривалість рухової діяльності, що створювало додаткову мотивацію до самовдосконалення.

Такі прийоми сприяли не лише урізноманітненню занять, а й підвищенню рівня самоконтролю, відповідальності та інтересу до власного фізичного розвитку. Учні активно брали участь в обговореннях, аналізували власні показники, порівнювали результати з попередніми досягненнями.

Узагальнені результати дослідження засвідчили позитивну динаміку у ставленні школярів до занять фізичною культурою, підвищення рівня мотивації та рухової активності, а також покращення фізичної підготовленості. Це підтверджує ефективність поєднання європейських методик і сучасних цифрових інструментів у практиці Нової української школи.

Важливим чинником успішності інтеграції є готовність педагогів до використання новітніх технологій. На жаль, більшість учителів фізичної культури не мають достатнього рівня цифрової грамотності, що ускладнює запровадження європейських підходів. У цьому контексті значення набуває підвищення кваліфікації педагогів, участь у міжнародних проєктах, тренінгах, обмінах досвідом.

Поступово формується нове розуміння уроку фізичної культури як середовища співпраці, де учень не є пасивним виконавцем, а стає активним суб'єктом навчання. Відбувається переорієнтація з кількісних показників на якісні – розвиток комунікаційних умінь, відповідальності, емоційного інтелекту. Такі підходи зближують українську школу з європейськими моделями освіти, в яких фізичне виховання розглядається у контексті формування здорової нації.

Попри позитивні тенденції, залишається низка проблем: нестача спортивного обладнання, обмежена кількість сучасних майданчиків, перевантаження навчальних програм, відсутність мотивації вчителів до інноваційної діяльності. Вирішення цих питань потребує системної державної підтримки, оновлення стандартів, розвитку партнерства між закладами освіти, місцевими громадами та міжнародними організаціями.

Синергія українського та європейського досвіду відкриває перспективи для створення нової парадигми фізичного виховання, заснованої на принципах інклюзивності, технологічності та гуманістичної педагогіки. Саме така модель здатна забезпечити сталий розвиток системи освіти і формування покоління громадян, які усвідомлюють цінність здоров'я та фізичної активності як ресурсу успіху і добробуту.

Інтеграція європейських методик фізичного виховання у практику Нової української школи є важливим напрямом модернізації освітнього процесу. Європейський досвід доводить, що поєднання інноваційних технологій, компетентнісного підходу та орієнтації на розвиток особистості учня забезпечує значно вищу результативність фізичного виховання. В українських реаліях впровадження таких методик дозволяє формувати позитивну мотивацію до занять, підвищувати рівень фізичної активності школярів, зміцнювати їх психоемоційний стан та розвивати соціальні компетентності.

Ефективність цих підходів підтверджена практичними дослідженнями, що засвідчили підвищення якості уроків фізичної культури та інтересу учнів до них. Разом із тим, процес інтеграції потребує цілеспрямованої підготовки педагогічних кадрів, методичного супроводу, належного матеріально-технічного забезпечення.

Європейські методики мають стати не запозиченим шаблоном, а інструментом для розвитку національної системи фізичного виховання, яка зберігатиме власну ідентичність, але спиратиметься на кращі світові стандарти. Саме така інтеграція сприятиме не лише підвищенню ефективності уроків, а й формуванню в учнів стійкої потреби у здоровому способі життя – основи успішної та відповідальної особистості громадянина сучасної України.

Література

1. Баженков Є. Нова фізична культура для НУШ: як змінюються уроки. URL: <https://osvita.ua/school/83843/> (дата звернення: 10.11.2025).
2. Денисенко Н. Особистісно-зорієнтоване фізичне виховання в НУШ. Луцьк : Луцький педагогічний коледж, б.р.

3. Державний стандарт базової та повної загальної середньої освіти : Наказ МОН України від 16.11.2021 № 1398. URL: https://osvita.ua/legislation/Ser_osv/76886/ (дата звернення: 10.11.2025).
4. Promoting Physical Activity in the Education Sector. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2022. № 21. URL: <https://www.mdpi.com/1660-4601/19/21/14067> (дата звернення: 10.11.2025).
5. Про схвалення Концепції розвитку фізичної культури та спорту в Україні на період до 2025 року : Розпорядження Кабінету Міністрів України від 17.10.2018 № 807-р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/go/v0452322-22> (дата звернення: 10.11.2025).
6. Северіна Л. Є. Фізична культура в контексті концепції нової української школи. Луцьк : Луцький педагогічний коледж, б.р.
7. Согоконь О. А. Досвід застосування інновацій європейських країн у підготовці фахівців фізичної культури України. Полтава : ПНПУ імені В. Г. Короленка, б.р.
8. Фізичне виховання та спорт у шкільній освіті Європи : монографія. URL: <https://eurydice.eacea.ec.europa.eu/publications/physical-education-and-sport-school-europe> (дата звернення: 10.11.2025).
9. Koekoek J., van Hilvoorde I. *Digital Technology in Physical Education: Global Perspectives*. London : Routledge, 2018. 264 p.
10. Zhou Y., Wang L. Correlates of physical activity of students in secondary school physical education. *BioMed Research International*. 2019. ID 4563484.