

МІЖДИСЦИПЛІНАРНІ СТРАТЕГІЇ ІНТЕГРАЦІЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ОСВІТНІЙ ПРОСТІР НОВОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ШКОЛИ

Лещенко Г. А.

*доктор педагогічних наук,
професор кафедри спортивних ігор та масових видів спорту
Центральноукраїнський державний університет
імені Володимира Винниченка
м. Кропивницький, Україна*

У сучасних умовах реформування української освіти фізична культура розглядається не лише як навчальний предмет, спрямований на розвиток рухових якостей, а як багатофункціональний компонент освітнього процесу, що сприяє формуванню життєвих компетентностей, соціальної активності, екологічної свідомості та культури здоров'я. Концепція Нової української школи визначає серед ключових орієнтирів компетентнісний і міждисциплінарний підходи, які мають забезпечити цілісність знань, розвиток критичного мислення та здатність застосовувати навчальний матеріал у реальних життєвих ситуаціях [7].

Міждисциплінарність у контексті фізичної культури відповідає вимогам Державного стандарту базової та профільної середньої освіти і означає інтеграцію знань, методів і засобів із різних галузей науки та практики для формування системного бачення фізичної активності, здоров'я і гармонійного розвитку особистості [3].

Урок фізичної культури стає простором, де поєднуються природничі, математичні, інформаційні, медичні та соціогуманітарні знання. Такий підхід формує у школярів не лише рухові навички, а й уміння аналізувати, спостерігати, робити висновки, оцінювати власні результати й коригувати поведінку [6].

Прикладом інтеграції фізичної культури з біологією є вивчення фізіологічних процесів, що відбуваються під час рухової діяльності. Учні досліджують, як змінюється частота серцевих скорочень після виконання вправ різної інтенсивності, вимірюють пульс до і після навантаження, порівнюють отримані показники, аналізують адаптацію організму до фізичних зусиль. Такі спостереження допомагають засвоїти поняття «аеробне» та «анаеробне» навантаження, зрозуміти

принципи енергозабезпечення м'язової діяльності, навчитися контролювати власний стан [4].

У поєднанні з математикою фізична культура розкриває учням прикладне значення обчислень. Наприклад, під час занять з легкої атлетики або фітнесу учні обчислюють швидкість бігу, середній темп виконання вправ, індекс маси тіла, відсоток приросту результатів. За допомогою простих формул вони можуть самостійно аналізувати ефективність тренувань, будувати графіки прогресу, виконувати статистичну обробку результатів тестування. Такі дії сприяють розвитку аналітичного мислення та математичної грамотності [5].

Зв'язок із інформатикою та STEM-освітою реалізується через використання цифрових технологій [1]. Учні застосовують фітнес-браслети, смарт-годинники, мобільні додатки для моніторингу фізичної активності (Mi Fit, Google Fit, Strava, Samsung Health тощо). Зібрані дані аналізуються на уроках інформатики: будуються діаграми активності, обчислюються середні показники, порівнюються індивідуальні досягнення. Така робота має міжпредметний характер, розвиває цифрову компетентність, вміння працювати з інформацією та інтерпретувати дані.

Інтеграція з фізикою може бути реалізована через вивчення механіки рухів. Під час занять зі стрибків, метання або гри у волейбол учні досліджують траєкторії польоту м'яча, силу удару, вплив кута кидка на дальність польоту. Такі досліді розвивають пізнавальний інтерес, формують розуміння закономірностей руху в природі, а також підвищують усвідомленість виконання вправ [2].

Поєднання фізичної культури з медициною та валеологією сприяє формуванню відповідального ставлення до власного здоров'я [8]. На уроках можна розглядати питання профілактики травматизму, самоконтролю під час тренування, гігієни тіла, харчування спортсменів. Використовуючи матеріали уроків біології та «Основ здоров'я», учні складають власні програми підтримання фізичної форми, визначають оптимальний режим дня, вивчають принципи енергетичного балансу.

Важливу роль відіграє й психологічна інтеграція, адже фізична культура сприяє розвитку емоційного інтелекту, саморегуляції, навичок командної взаємодії. Наприклад, у командних іграх учні вчаться співпрацювати, брати на себе лідерські функції, долати конфліктні ситуації, оцінювати власну поведінку в колективі. Вчитель може залучати елементи арттерапії або психологічних тренінгів для формування позитивного ставлення до рухової активності.

Одним із ефективних прикладів реалізації міждисциплінарного підходу може бути навчальний проєкт «Моє здоров'я в цифрових

показниках». Протягом місяця учні ведуть цифровий щоденник фізичної активності, фіксують кількість кроків, тривалість активності, пульс, сон. На уроках інформатики вони створюють таблиці та діаграми, на математиці аналізують середні значення, на біології пояснюють фізіологічні зміни, а на фізкультурі вдосконалюють індивідуальний тренувальний план. Підсумком є презентація результатів, що демонструє інтеграцію різних знань і навичок.

Міждисциплінарність проявляється також у проведенні позакласних заходів. Наприклад, спортивно-екологічна гра «Маршрут здоров'я» поєднує елементи краєзнавства, біології, географії та фізичної активності. Учні виконують завдання з орієнтування на місцевості, розпізнають рослини, долають природні перешкоди, визначають координати за допомогою GPS-додатків. Такі заходи сприяють формуванню ціннісного ставлення до природи, розвитку комунікативних умінь і здатності діяти в команді.

Важливим є використання цифрових і візуалізаційних засобів навчання – інтерактивних презентацій, відеоаналізу техніки виконання вправ, онлайн-тестів для самоконтролю. Вчитель може створювати цифрові портфоліо досягнень учнів, використовувати платформи Google Classroom чи Moodle для дистанційної взаємодії. Це підвищує індивідуалізацію навчання, формує в учнів навички самооцінювання й відповідальності за власний результат.

Таким чином, міждисциплінарні підходи забезпечують перехід від традиційного розуміння фізичного виховання до інтегрованої моделі розвитку особистості, у якій поєднуються фізичні, когнітивні, емоційні та соціальні аспекти. Застосування таких підходів у НУШ сприяє підвищенню мотивації до занять, формуванню стійких навичок здорового способу життя, розвитку дослідницької культури й відповідального ставлення до власного здоров'я. Перспективи подальших досліджень вбачаються у розробленні методичних моделей інтегрованих уроків фізичної культури, створенні цифрових освітніх ресурсів та вивченні ефективності їх застосування у профільній старшій школі.

Література

1. Гейтенко Г., Мельник А., Кондратюк І. Цифровізація навчального процесу з фізичної культури у НУШ. *Освіта і розвиток обдарованої особистості*. 2025. № 4. С. 42–49.
2. Денисенко І. Інтеграція фізики у фізичну культуру: досвід реалізації у старшій школі. *Наука і освіта*. 2024. № 7. С. 98–104.
3. Державний стандарт базової середньої освіти. Київ : МОН України, 2020.

4. Єременко В. Інтеграція біологічних знань у процес фізичного виховання школярів. *Педагогічна освіта і наука*. 2020. № 3. С. 77–82.
5. Кудряшов А., Артютін В. Цифрові технології у формуванні рухової активності школярів. *Інформаційні технології в освіті*. 2025. № 1. С. 33–40.
6. Лелека С. Міждисциплінарні підходи у фізичному вихованні старшокласників. *Фізичне виховання і спорт*. 2025. № 2. С. 15–21.
7. Савченко О. Компетентнісний підхід у НУШ: міждисциплінарні орієнтири. *Педагогічний вісник України*. 2021. № 1. С. 11–17.
8. Самохвалова О., Харченко В. Інноваційні методи формування здоров'язбережувальної компетентності школярів. *Педагогічні науки*. 2022. № 5. С. 54–61.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-568-9-42>

ІННОВАЦІЙНІ ПІДХОДИ ДО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В ЄВРОПЕЙСЬКІЙ ШКІЛЬНІЙ ОСВІТІ

Маркова О. В.

*кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри фізичної культури та медико-біологічних дисциплін
Центральноукраїнський державний університет
імені Володимира Винниченка
м. Кропивницький, Україна*

Фізичне виховання в системі шкільної освіти Європейського Союзу зазнає суттєвих трансформацій, відповідно до сучасних викликів і тенденцій сталого розвитку. Інновації в методах викладання, акцент на формування здорового способу життя та інтеграція цифрових технологій стають ключовими складовими ефективного освітнього процесу. Уроки фізичної культури прагнуть не лише забезпечити рухову активність учнів, а й сприяти комплексному розвитку їхніх як фізичних, так і соціальних компетенцій.

У вітчизняному науково-освітньому просторі питаннями змісту інноваційних підходів до організації фізичного виховання в європейських закладах освіти присвячено численні дослідження. Так, дослідниця К. Мацола презентує тенденції розвитку фізичного виховання, інтеграцію європейських моделей у практику дошкільної і шкільної