Journal of the Mykhailo Dragomanov Ukrainian State University. Series 15, (3K(188)), 234–237). https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.03k(188).53 [in Ukrainian]

3. Omelchuk, O., Bilyk, V., & Vasylenko, K. (2025). Mizhdystsyplinarnyi pidkhid do vyvchennia rukhovoi diialnosti: anatomiia, fiziolohiia ta biokhimiia u sportyvnomu trenuvanni [An interdisciplinary approach to the study of motor activity: anatomy, physiology and biochemistry in sports training]. *Scientific Journal of the Mykhailo Dragomanov Ukrainian State University. Series 15* (5K(191)), 136–140. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.05k(191).29 [in Ukrainian]

4. Omelchuk, O., Bilyk, V., Pryimakov, O., Vasylenko, K., & Knysh, S. (2025). Dystsypliny medyko-biolohichnoho spriamuvannia yak osnova profesiinoi pidhotovky fakhivtsiv fizychnoi kultury ta sportu: metodychni aspekty intehratsii anatomii, fiziolohii, biomekhaniky, biokhimii ta vikovoi morfofunktsionalnoi pidhotovky [Medical-biological disciplines as the basis of professional training of physical culture and sports specialists: methodological aspects of the integration of anatomy, physiology, biomechanics, biochemistry and age-related morphofunctional training]. *Scientific Journal of the Mykhailo Dragomanov Ukrainian State University. Series 15*, (6(193)), 90–94. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.06(193).19 [in Ukrainian]

5. Omelchuk, O., Slobozhaninov, A. A., & Liakhova, I. M. (2022). Formuvannia zdorov'iazberezhuvalnykh kompetentnostei studentiv zasobamy infokomunikatsiinykh tekhnolohii [Formation of students' health-preserving competencies by means of infocommunication technologies]. *Scientific Journal of the Ukrainian State University named after Mykhailo Drahomanov. Series 15*, *6*(151), 105–109. [in Ukrainian]

6. Romaniuk, A., Shevchuk, T., Aponchuk, L., Maistruk, M., & Kryvov'iaz, S. (2025). Anatomichna osvita u reabilitatsiinykh naukakh: suchasni vyklyky i shliakhy vdoskonalennia [Anatomical education in rehabilitation sciences: modern challenges and ways of improvement]. *Physical Culture and Sport: Scientific Perspective*, *(2)*, 241–252. [in Ukrainian]

7. Azer, S. A. & Azer, S. (2016). 3D anatomy models and impact on learning: A review of the quality of the literature. *Health Professions Education*, *2 (2)*, 80-98. https://doi.org/10.1016/j.hpe.2016.05.002

8. Barrie, M., Socha, J., Mansour, L., & Patterson, E. (2019). Mixed reality in medical education: A narrative literature review. *Proceedings of the International Symposium on Human Factors and Ergonomics in Health Care*, *8(1),* 28–32. https://doi.org/10.1177/2327857919081006

9. Duarte, M. L., Santos, L. R., Guimarães Júnior, J. B., & Peccin, M. S. (2020). Learning anatomy by virtual reality and augmented reality: A scope review. *Morphologie, 104*(347), 254–266. https://doi.org/10.1016/j.morpho.2020.08.004

10. Fleming, C., Sadaghiani, M. S., Stellon, M. A., & Javan, R. (2020). Effectiveness of three-dimensionally printed models in anatomy education for medical students and resident physicians: Systematic review and meta-analysis. *Journal of the American College of Radiology, 17(10),* 1220–1229. https://doi.org/10.1016/j.jacr.2020.05.030

11. Henssen, D., Karstens, J., De Jong, G., Duits, J. D., Boer, L., Brink, M., Maal, T., & Peters-Bax, L. (2025). Implementing 3D printing and extended reality in anatomy education: Organization, evolution, and assessment of an innovative teaching program in an undergraduate medical school in the Netherlands. *Annals of Anatomy - Anatomischer Anzeiger*, *257*. 152354. https://doi.org/10.1016/j.aanat.2024.152354

12. Salimi, S., Asgari, Z., Mohammadnejad, A., Teimazi, A., & Bakhtiari, M. (2024). Efficacy of virtual reality and augmented reality in anatomy education: A systematic review and meta-analysis. *Anatomical sciences education*, *17*(9), 1668–1685. https://doi.org/10.1002/ase.2501

13. Santos, V. A., Barreira, M. P., & Saad, K. R. (2022). Technological resources for teaching and learning about human anatomy in the medical course: Systematic review of literature. *Anatomical sciences education*, *15*(2), 403–419. https://doi.org/10.1002/ase.2142

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.08(195).22

Петечук В.В.
Аспірант
Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди, м. Харків

ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В НУШ. ВИКОРИСТАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ

Дана стаття досліджує інтеграцію здоров'язбережувальних технологій у контексті реформи "Нова українська школа" (НУШ), зосереджуючись на уроках фізичної культури. Підкреслюється важливість фізичного виховання для розвитку життєвих компетенцій учнів та його роль у формуванні здорового способу життя. Стаття розглядає ключові аспекти НУШ, такі як зміна ролі вчителя, зміст освіти та навчальне середовище, та їхній вплив на організацію уроків фізичної культури. Особлива увага приділяється використанню сучасних технологій, таких як фітнес-трекери, мобільні додатки та інтерактивні мультимедійні ресурси, для підвищення ефективності навчання та мотивації учнів. Наголошується на необхідності збалансованого підходу до інтеграції технологій, який поєднує інновації з педагогічними принципами та найкращими практиками.

Ключові слова: *НУШ, здоров'язбережувальні технології, учні, технології*

Petechuk V.V. FEATURES OF PHYSICAL EDUCATION IN NUSH. USE OF HEALTH-SAVING TECHNOLOGIES

This article explores the integration of health-saving technologies in the context of the New Ukrainian School (NUS) reform, focusing on physical education lessons. It emphasizes the importance of physical education for the development of students' life competencies and its role in shaping a healthy lifestyle. The article examines key aspects of the NUS, such as the changing role of the teacher, the content of education and the learning environment, and their impact on the organization of physical education lessons. Particular attention is paid to the use of modern technologies, such as fitness trackers, mobile

applications and interactive multimedia resources, to improve the effectiveness of learning and motivation of students. The need for a balanced approach to technology integration that combines innovation with pedagogical principles and best practices is emphasized.
***Keywords**: NUS, health-saving technologies, students, technologies*

Постановка проблеми. У контексті сучасних викликів, пов'язаних зі зниженням фізичної активності та погіршенням здоров'я підростаючого покоління, питання ефективної інтеграції інноваційних підходів у фізичне виховання набуває особливої актуальності. Це вимагає не лише перегляду традиційних методик, а й пошуку нових шляхів для підвищення мотивації учнів та формування усвідомленого ставлення до власного здоров'я.

Мета статті. Метою даної статті є дослідження та аналіз процесів інтеграції здоров'язбережувальних технологій в систему фізичного виховання в умовах реформи "Нова українська школа", а також визначення їх впливу на підвищення ефективності навчального процесу та формування здорового способу життя учнів.

Вступ. Нова українська школа - ключова реформа Міністерства освіти і науки. Головна мета НУШ - створити школу, в якій буде приємно навчатися і яка даватиме учням не лише знання, як це відбувається зараз, а й вміння застосовувати їх у повсякденному житті.

Фізичне виховання є надзвичайно важливою частиною культури. Вона пов'язана з системою фізичного виховання. Сьогодні фізичне виховання є одним з основних засобів розвитку необхідних компетенцій людини для динамічного поєднання знань, умінь і практичних навичок, які допомагають учням реалізувати себе в дорослому житті.

Результати дослідження та їх обговорення. Згідно з концепцією, це школа без нудьги, вимоглива і творча водночас, де панують допитливість і наполегливість, де цінують інтереси і потреби дитини. Шкільний урок більше нагадує цікаву гру, ніж навчання. Одне з головних завдань Нової української школи - щоденне використання отриманих знань у реальному житті. Перш за все, змінилися методи навчання.

Змінилася роль вчителя, і нова роль - це партнерство та наставництво. Підтримка дітей та розвиток їхнього критичного самостійного мислення, самоповаги та впевненості в собі.

Змінився зміст освіти. Необхідні знання збережені, але навчання переорієнтоване на розвиток навичок і відповідає віковим особливостям дітей, їхнім інтересам і потребам. Формуються компетенції, необхідні для вирішення життєвих проблем. Значна частина освітнього процесу інтегрується.

Змінюється навчальне середовище. Клас перетворюється на простір для самореалізації дітей. Нова українська школа - це школа нових можливостей, територія позитиву та порозуміння.

Змінилася філософія освіти. Сьогодні наша мета - не дати учням багато знань, а навчити їх застосовувати їх на практиці.[2]

Організація навчального процесу з фізичної культури. Основною формою організації навчального процесу з фізичної культури в закладі загальної середньої освіти є урок. Основними вимогами до сучасного уроку фізичної культури є

- забезпечення оптимізації освітнього процесу з використанням елементів інноваційних методів навчання та реалізацією міжпредметних зв'язків;
- забезпечення освітньої, виховної, оздоровчої та розвивальної спрямованості освітнього процесу
- формування у студентів умінь і навичок самостійних занять фізичними вправами
- забезпечення диференційованого підходу до організації навчального процесу з урахуванням стану здоров'я, рівня фізичного розвитку, фізичної підготовленості та статі студентів, з урахуванням їхніх мотивів та інтересів до занять фізичними вправами;
- використання вчителем різноманітних організаційних форм, засобів, методів і прийомів навчання;
- формування в учнів рухових навичок, умінь і фізичних якостей, необхідних для успішної участі в обороні держави, збереження власного життя під час надзвичайних ситуацій;
- забезпечення наскрізного розвитку фізичних якостей, систематично використовуючи доступні засоби і методи;
- досягнення оптимальної рухової активності всіх учнів під час кожного уроку з урахуванням стану їхнього здоров'я.

Підвищення рівня фізичної підготовленості учнів є провідним завданням учителя на шляху реалізації програми. Ефективна методика розвитку фізичних якостей передбачає врахування вікових і статевих особливостей, психологічних, фізіологічних і біомеханічних передумов диференційованого і комплексного прояву фізичних якостей, підбір фізичних вправ, раціональне регулювання навантаження і відпочинку під час уроку.

Залежно від індивідуальних завдань учнівпротягом навчального року може проводитися додаткове оцінювання фізичноїпідготовленості, як комплексної, так і окремих якостей.

Відповідно до Інструкції про розподіл учнів на групи для проведення уроків фізичної культури, учні поділяються на основну, підготовчу та спеціальну медичні групи.

Для основної медичної групи фізичне виховання здійснюється в повному обсязі відповідно до навчальної програми, з урахуванням індивідуальних особливостей розвитку дитини.

Учні, які за станом здоров'я віднесені до підготовчої медичної групи, відвідують обов'язкові заняття з фізичної культури та опановують навчальний матеріал відповідно до вимог цієї навчальної програми. Участь у змаганнях здійснюється за умови додаткового дозволу лікаря.

Учні, віднесені за станом здоров'я до спеціальної медичної групи, відвідують обов'язкові уроки фізичної культури, але виконують корекційні вправи та вправи для загального фізичного розвитку, які їм не протипоказані.

Учні, незалежно від рівня фізичного розвитку та медичної групи, а також тимчасово звільнені від фізичних навантажень, зобов'язані відвідувати уроки фізичної культури. Допустиме навантаження для учнів, які за станом здоров'я віднесені до підготовчої та спеціальної медичних груп, визначає вчитель фізичної культури[4]

Використання здоров'язбережувальних технологій

Незважаючи на значний прогрес у модернізації засобів і методів фізичного виховання в навчальних закладах, показники здоров'я підростаючого покоління в багатьох країнах залишаються низькими, спостерігається низька мотивація студентів до фізичної активності. В останні десятиліття в навчальних закладах активно розвивається інноваційний напрям модернізації навчального процесу з фізичного виховання молоді. Одним з них є так звана модернізація фізичного виховання.

Здоров'язберігаючі технології акцентують увагу на зовнішньому факторі (створення сприятливих умов для збереження здоров'я студентів, оволодіння різноманітними прийомами та способами його збереження). Здоров'язбережувальні технології акцентують увагу на внутрішньому факторі (створення умов для розвитку навичок саморегуляції, пробудження внутрішньої потреби бути здоровим, оволодіння методами підвищення внутрішніх ресурсів і можливостей). [5]

Фізичне виховання не обмежується формальною шкільною освітою, а поширюється на громадське середовище, робочі місця та місця відпочинку. Воно надає можливість людям різного віку та рівня фізичної підготовки займатися фізичною активністю відповідно до їхніх уподобань та здібностей. У сфері охорони здоров'я фізичне виховання слугує проактивним заходом проти малорухливого способу життя та пов'язаних з ним ризиків для здоров'я, таких як ожиріння, серцево-судинні захворювання та психічні розлади, кількість яких невпинно зростає. [3]

По суті, інтеграція технологій здоров'я у фізичне виховання має на меті оптимізувати процес навчання та його результати, використовуючи інтерактивні, захоплюючі та персоналізовані можливості, які надають сучасні технології. Від спортивних трекерів і мобільних додатків до симуляторів віртуальної реальності та інтерактивних мультимедійних ресурсів - сьогодні існує безліч технологічних інструментів, які доповнюють традиційні методи викладання і залучають студентів до нових способів навчання.

Фітнес-трекери - використання таких пристроїв, як фітнес-трекери та смарт-годинники, для моніторингу рівня фізичної активності, частоти серцевих скорочень та інших показників здоров'я в режимі реального часу

Гейміфікація - створення гейміфікованих елементів, таких як нагороди, виклики та відстеження прогресу, щоб мотивувати та залучати учнів до фізичної активності через інтерактивний та ігровий досвід

Мобільні додатки - використання мобільних додатків і цифрових платформ для поширення навчального контенту, відстеження прогресу та полегшення комунікації і співпраці між учнями та вчителями

Інтерактивні мультимедіа - використання інтерактивних мультимедійних ресурсів, таких як відео, анімація та інтерактивні презентації, для покращення навчання, демонстрації методів та результатів навчання

Адаптивне навчання - впровадження адаптивних алгоритмів навчання та персоналізованих інструкцій, які дозволяють адаптувати вправи, зворотний зв'язок та індивідуальні відмінності в стилях навчання

Онлайн-платформи - використання платформ онлайн-навчання та цифрових репозиторіїв для доступу до навчальних ресурсів, співпраці з колегами та участі у віртуальних спільнотах практиків фізичного виховання.

Висновки. Нова українська школа - ключова реформа Міністерства освіти і науки. Головна мета НУШ - створити школу, в якій буде приємно навчатися і яка даватиме учням не лише знання, як це відбувається зараз, а й вміння застосовувати їх у повсякденному житті.

У контексті сучасних викликів, пов'язаних зі зниженням фізичної активності та погіршенням здоров'я підростаючого покоління, питання ефективної інтеграції інноваційних підходів у фізичне виховання набуває особливої актуальності. Це вимагає не лише перегляду традиційних методик, а й пошуку нових шляхів для підвищення мотивації учнів та формування усвідомленого ставлення до власного здоров'я.

З педагогічної точки зору, інтеграція технологій здоров'я у фізичне виховання вимагає збалансованого та стратегічного підходу, який поєднує інновації з педагогічними принципами та найкращими практиками. Технології пропонують нові можливості для збільшення залучення, інтерактивності та доступності, але їх інтеграція повинна ґрунтуватися на обґрунтованих педагогічних принципах та емпіричних дослідженнях у сфері викладання та навчання. [1]

Перспективи подальших досліджень

Подальші дослідження у цьому напрямку можуть бути зосереджені на емпіричній оцінці ефективності впроваджених здоров'язбережувальних технологій на показники фізичного здоров'я та мотивації учнів. Також перспективним є вивчення можливостей розробки індивідуальних освітніх траєкторій у фізичному вихованні з використанням штучного інтелекту та аналізу великих даних, а також дослідження впливу таких технологій на розвиток соціальних навичок та командної взаємодії учнів.

Література

1.Ганчева К. М., Бабаджанян В. В., Семаль Н. В., Курій О. В., Мироненко С. Г. Формування здоров'язбережувальної компетентності у здобувачів вищої освіти засобами фізичної культури та спорту. *Вісник науки та освіти.* 2023. No 7 (13). С. 449–459. DOI:10.52058/2786-6165-2023-7(13)-449-459.

2.Ляліна, Лариса Вікторівна. Методи формування рухової активності на уроках фізичної культур. 2022. С 43-44.

3.Момот О. Програмне забезпечення курсу «Технології формування культури здоров'я у фізичному вихованні». *Педагогічні науки*. 2022. No 79. С. 66–69.

4.Навчальна програма для закладів загальної середньої освіти ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА 10 – 11 класи (Рівень стандарту). Інститут модернізації змісту освіти. https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/zagalna%20seredn ya/programy-10-11-klas/2022/08/15/navchalna.programa-2022.fizichna-kultura-10-11-standart.pdf.

5.Петечук В, Рєпко О. Профілактика травматизму на заняттях з фізичної культури для старшокласників та студентів зво зі спортивно-орієнтованим навчанням: оглядова стаття. *PCS 26*, 2024 (3):51-7. https://pcs.khmnu.edu.ua/index.php/pcs/article/view/238.

Reference

1. Gancheva K. M., Babadzhanyan V. V., Semal N. V., Kuriy O. V., Myronenko S. G. Formation of health-saving competence in higher education students by means of physical culture and sports. *Bulletin of Science and Education*. 2023. No. 7 (13). C. 449-459. DOI:10.52058/2786-6165-2023-7(13)-449-459.
2. Lialina, Larisa Viktorovna. Methods of forming motor activity in physical education lessons. 2022. C 43-44.
3. Momot O. Software of the course “Technologies for the formation of health culture in physical education”. 2022. No 79. C. 66-69.
4. Curriculum for general secondary education institutions PHYSICAL CULTURE 10 - 11 grades (Standard level). Institute for Modernization of Education Content. https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/zagalna%20seredn ya/programy-10-11-klas/2022/08/15/navchalna.programa-2022.fizichna-kultura-10-11-standart.pdf.
5. Petechuk V, Repko O. Prevention of injuries in physical education classes for high school and university students with sports-oriented training: a review article. *PCS 26*, 2024 (3):51-7. https://pcs.khmnu.edu.ua/index.php/pcs/article/view/238.

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.08(195).23

Плющакова О.В.
https://orcid.org/0000-0003-4144-118X
старший викладач,
Тимошенко О.В.
https://orcid.org/0000-0002-5310-4941
доктор педагогічних наук, професор
Дьоміна Ж.Г.
https://orcid.org/0000-0002-8315-6590
кандидат педагогічних наук, професор
Український державний університет імені Михайла Драгоманова, м. Київ

ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК АКАДЕМІЧНОГО ПИСЬМА МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ З ВИКОРИСТАННЯМ ІНФОКОМУНІКАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ

У статті представлено дослідження наукових праць провідних дослідників з питань формування академічного письма майбутніх фахівців фізичного виховання і спорту у закладах вищої освіти. Встановлено, що формування навичок академічного письма є складовою підготовки сучасних фахівців у галузі фізичної культури і спорту, зокрема й наукових кадрів високої кваліфікації. Виявлено, що навчання академічної культури, наукової етики та практичних навичок академічного письма залишається складною науково-теоретичною проблемою. Успішне засвоєння навичок академічного письма дозволяє майбутнім фахівцям фізичного виховання і спорту розширити коло застосування набутих раніше знань та практичних умінь опису результатів досліджень, створення конспектів, резюме, есе для вирішення проблемних завдань, рецензій, бібліографій, наукових статей, оглядів літератури, тез для виступу на конференціях, а також кваліфікаційних наукових робіт та іншої наукової продукції. На основі вивчення науково-методичної літератури, аналізу досвіду роботи викладачів вітчизняних та іноземних закладів вищої освіти розкрито значення інфокомунікаційних освітніх технологій, визначені основні напрямки та завдання щодо використання новітніх засобів навчання у професійній підготовці майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту.

Ключові слова: *академічне письмо, наукова етика, академічна грамотність, професійна готовність, інфокомунікаційні освітні технології, майбутні фахівці фізичного виховання і спорту, здобувачі вищої освіти, здобувачі наукового ступеня.*

Olena Pliushchakova, Oleksii Tymoshenko, Zhanna Domina. Formation of academic writing skills of future physical education and sports specialists using information and communication technologies. *The article presents a study of scientific works by leading researchers on the formation of academic writing of future specialists in physical education and sports in higher education institutions. It is established that the formation of skills in research activities of higher education students is a necessary condition for the professional training of a modern specialist in the field of physical education and sports. Active research activity in higher education institutions contributes to the manifestation of scientific interest and the improvement of academic communication for the presentation of research results. The purpose of teaching academic writing to future specialists in physical education and sports is, first of all, the development and improvement of language skills in the field of scientific communication and the formation of skills to work with scientific texts of various genres, with an emphasis on annotation. Vocabulary and examples of typical syntax based on academic texts serve as the basis for creating one's own scientific texts.*

Based on the study of scientific and methodological literature, analysis of the work experience of teachers of domestic and foreign higher educational institutions, the importance of information and communication educational technologies was revealed, the main directions and tasks for using the latest teaching tools in the professional training of future specialists in physical education and sports were identified.