DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.08(195).10
УДК 37.016:796.015.132:373.5

Гринько Є.С.
ORCID 0009-0002-5822-6064
аспірант кафедри фізичної культури та базової загальновійськової підготовки,
Житомирський державний університет імені Івана Франка;
Мичка І.В.
ORCID 0000-0001-9984-3451
кандидат педагогічних наук, доцент,
завідувач кафедри фізичної культури та базової загальновійськової підготовки,
Житомирський державний університет імені Івана Франка;

ФОРМУВАННЯ КЛЮЧОВИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ В УЧНІВ СЕРЕДНЬОГО ВІКУ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

В статті розглядаються проблеми формування ключової компетентності учнів середнього віку – здоров'язбережувальна компетентність. Основною метою освітньої галузі «Здоров'я і фізична культура» є розвиток здоров'язбережувальної компетентності шляхом набуття учнями навичок збереження, зміцнення, використання здоров'я та дбайливого ставлення до нього, розвитку фізичної культури особистості та готовності до дій в умовах надзвичайних ситуацій та захисту Вітчизни. Мета статті – полягає у вивченні здатності майбутніх вчителів фізичної культури до формування ключових компетентностей в учнів середнього віку на уроках фізичної культури. Рівень підготовленості майбутніх учителів фізичної культури до формування ключових здоров'язбережувальних компетентностей в учнів середнього віку на уроках фізичної культури в школі можна представити як систему організаційних і психолого-педагогічних заходів закладу вищої освіти, що спрямовані на оволодіння здобувачами здоров'язбережувальними знаннями, вміннями, навичками та досвідом упровадження різних форм фізичної культури.

Ключові слова: *формування ключових компетентностей, здоров'язбережувальна компетентність, навчальний процес, фізична культура, учні, середній вік.*

Hrinko Yevgeny, Mychka Ivan. Formation of key competencies in middle-aged students in physical education lessons.*The article examines the problems of forming a key competency in middle-aged students - health-preserving competence. The main goal of the educational branch "Health and Physical Culture" is to develop health-preserving competence by acquiring skills in preserving, strengthening, and using health and caring for it, developing the physical culture of the individual, and readiness to act in emergency situations and protect the Fatherland. Health-preserving competence as: key is formed at the interdisciplinary level through mastering subject competencies, taking into account the specifics of subjects and the cognitive abilities of primary school students; subject - as a result of mastering the content of subjects of the educational field and students mastering the relevant competencies. The general content lines of the educational branch "Health and Physical Culture" are health, physical culture, life safety, defense of the Fatherland and civil defense. The purpose of the article is to study the ability of future physical culture teachers to form key competencies in middle-aged students in physical culture lessons. The research was conducted at Ivan Franko Zhytomyr State University in 2024–2025 academic year, in which third and fourth year students (47 people) of the Faculty of Physical Education and Sports participated. Fourth year students showed an average of 10.0 points higher performance compared to the third year students, according to the assessment method. The level of preparedness of future physical education teachers for the formation of key health-preserving competencies in middle-aged students in physical education lessons at school can be presented as a system of organizational and psychological and pedagogical measures of a higher education institution aimed at students' mastery of health-preserving knowledge, skills, abilities and experience in implementing various forms of physical education in secondary education institutions.*

Keywords: *formation of key competencies, health-preserving competence, educational process, physical education, students, middle age.*

Постановка проблеми. В Державному стандарті базової і повної загальної середньої освіти, затвердженому постановою КМУ від 23 листопада 2011 р. № 1392 із змінами, внесеними згідно з постановою КМУ від 7 серпня 2013 р. № 538 визначені ключові компетентності здобувачів освіти 5–11 класів, а саме: **громадянська компетентність** – здатність учня активно, відповідально та ефективно реалізовувати права та обов'язки з метою розвитку демократичного суспільства; **загальнокультурна компетентність** – здатність учня аналізувати та оцінювати досягнення національної та світової культури, орієнтуватися в культурному та духовному контексті сучасного суспільства, застосовувати методи самовиховання, орієнтовані на загальнолюдські цінності; **здоров'язбережувальна компетентність** – здатність учня застосовувати в умовах конкретної ситуації сукупність здоров'язбережувальних компетенцій, дбайливо ставитися до власного здоров'я та здоров'я інших людей; **інформаційно-комунікаційна компетентність** – здатність учня використовувати інформаційно-комунікаційні технології та відповідні засоби для виконання особистісних і суспільно значущих завдань; **комунікативна компетентність** – здатність особистості застосовувати у конкретному виді спілкування знання мови, способи взаємодії з людьми, що оточують її та перебувають на відстані, навички роботи у групі, володіння різними соціальними ролями; **міжпредметна естетична компетентність** – здатність виявляти естетичне ставлення до світу в різних сферах діяльності людини, оцінювати предмети і явища, їх взаємодію, що формується під час опанування різних видів мистецтва; **міжпредметна компетентність** – здатність учня застосовувати щодо

міжпредметного кола проблем знання, уміння, навички, способи діяльності та ставлення, які належать до певного кола навчальних предметів і освітніх галузей; **проектно-технологічна компетентність** – здатність учнів застосовувати знання, уміння та особистий досвід у предметно-перетворювальній діяльності; **соціальна компетентність** – здатність особистості продуктивно співпрацювати з партнерами у групі та команді, виконувати різні ролі та функції у колективі [8]. Тому навчальними програмами передбачений внесок кожного навчального предмета у формування представленої компетентності.

Аналіз літературних джерел. Державний стандарт базової і повної загальної середньої освіти ґрунтується на засадах особистісно зорієнтованого, компетентнісного і діяльнісного підходів, що реалізовані в освітніх галузях і відображені в результативних складових змісту базової і повної загальної середньої освіти. При цьому особистісно зорієнтований підхід до навчання забезпечує розвиток академічних, соціокультурних, соціально-психологічних та інших здібностей учнів [8]. **Основною метою освітньої галузі «Здоров'я і фізична культура»** є розвиток здоров'язбережувальної компетентності шляхом набуття учнями навичок збереження, зміцнення, використання здоров'я та дбайливого ставлення до нього, розвитку фізичної культури особистості та готовності до дій в умовах надзвичайних ситуацій та захисту Вітчизни. Здоров'язбережувальна компетентність як: ключова формується на міжпредметному рівні шляхом оволодіння предметними компетенціями з урахуванням специфіки предметів та пізнавальних можливостей учнів основної школи; предметна – у результаті засвоєння змісту предметів освітньої галузі і оволодіння учнями відповідними компетенціями. Загальними змістовими лініями освітньої галузі «Здоров'я і фізична культура» є здоров'я, фізична культура, безпека життєдіяльності, захист Вітчизни і цивільна оборона [8].

У концепції НУШ підкреслено: «Нова школа потребує нового вчителя, який зможе стати агентом змін. У зв'язку з цим варто говорити про нову роль учителя не як єдиного наставника та джерело знань, а як коуча, фасилітатора, тьютора, модератора в індивідуальній освітній траєкторії дитини» [7]. О.О. Безкопильний наголошує, «що значна роль у здоров'язбереженні молодого покоління та формуванні цінності здоров'я належить загальноосвітній школі та зокрема вчителю фізичної культури, який досконало знає здоров'язбережувальні технології, різні засоби, методи й форми рухової активності та здатний формувати позитивне ставлення школярів до занять фізичною культурою й організувати їхнє здорове дозвілля» [1, с. 164]. В той же час А. Турчак зазначає, що «... одним із пріоритетних завдань нового етапу реформи системи освіти повинне стати збереження і зміцнення здоров'я дітей, учнів та здобувачів, формування у них понять цінності здоров'я і здорового способу життя. Відповідальність за вирішення даної проблеми багато в чому залежить від вчителя фізичної культури, у зв'язку з чим актуалізується завдання формування його професіоналізму як певної стратегії досягнення мети – оздоровлення нації» [10, с. 164]. Важливо також врахувати, що фізична підготовленість школярів різних вікових груп, стан їхнього здоров'я досягають ефективних позитивних результатів лише в комплексному поєднанні уроків фізичної культури та різних форм фізкультурно-оздоровчої роботи [6, с. 104].

В той же час у Законі України «Про освіту» зазначено, що «індивідуальна освітня траєкторія – персональний шлях реалізації особистісного потенціалу здобувача освіти, що формується з урахуванням його здібностей, інтересів, потреб, мотивації, можливостей і досвіду, ґрунтується на виборі здобувачем освіти видів, форм і темпу здобуття освіти, суб'єктів освітньої діяльності та запропонованих ними освітніх програм, навчальних дисциплін і рівня їх складності, методів і засобів навчання» [2].

Л. Семеновська акцентує увагу саме на суб'єкт-суб'єктних відносинах, що здатні формуватися завдяки таким професійним та особистісним якостям педагога, як уміння співробітництва і співтворчості; здатність аналізувати, проєктувати професійні дії, планувати професійну діяльність; вимогливість у поєднанні з повагою; володіння психолого-педагогічними методами дослідження та діагностики розвитку особистості; володіння педагогічною технікою та освітніми технологіями; прагнення до самоосвіти і самовиховання [9, с. 125]. В той же час Г.П. Грибан акцентує увагу на тому, що високий рівень професійної компетентності майбутнього вчителя фізичної культури відповідає: сформованому усвідомленню ролі і значення професійної діяльності вчителя фізичної культури загальноосвітньої школи; вільному володінню знаннями теорії і методики фізичного виховання школярів; високому рівню знань вікових анатомо-фізіологічних і психолого-педагогічних особливостей учнів; сформованим умінням і навичкам організації та проведення уроків фізичної культури, фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходів у школі; потребі самовдосконалення в подальшому професійному розвитку [5, с. 39]. Такий рівень готовності вчителя сформує в учня **здоров'язбережувальну компетентність.**

Мета статті – полягає у вивченні здатності майбутніх вчителів фізичної культури до формування ключових компетентностей в учнів середнього віку на уроках фізичної культури.

Концепція дослідження полягає у розкритті особливостей формування ключових компетентностей в учнів середнього віку на уроках фізичної культури майбутніми вчителями. У дослідженні використані такі наукові методи: аналіз літературних джерел, анкетне опитування, педагогічні спостереження та бесіди з вчителями та учнями, методи математичної статистики. Дослідження проведені в Житомирському державному університеті імені Івана Франка в 2024–2025 н. р., в якому взяли участь здобувачі третього і четвертого курсів (47 чол.) факультету фізичного виховання і спорту.

Виклад основного матеріалу дослідження. Безперервна модернізація навчально-виховного процесу з фізичної культури в закладах загальної середньої освіти та часті директивні настанови МОН України вимагають вдосконалення професійного рівня вчителів фізичної культури в умовах швидкого старіння набутого педагогічного досвіду та появи нових технологій навчання, що потребує постійного вдосконалення методичної компетентності як провідного структурного компонента професійно-педагогічної майстерності вчителя. Методична компетентність здобувачів – майбутніх вчителів фізичної культури продиктована такими обставинами: 1) в умовах сучасного освітнього простору важливо, щоб вчитель впевнено орієнтувався у різноманітті сучасних науково-педагогічних підходів та методичних рішень, щоб він міг не лише використовувати готові методичні рекомендації, а й самостійно виконувати

методичну роботу; 2) тільки у взаємозв'язку з розвитком методичної компетентності можна сформувати стійкий інтерес вчителя до методичної та наукової роботи; 3) саме методична компетентність вчителя забезпечує результативність процесу навчання учнів, оскільки дозволяє реалізовувати методи, принципи, зміст, форми та засоби навчально-педагогічної і здоров'язбережувальної діяльності [4, с. 51]. Оцінювання якості підготовленості здобувачів в кінці навчального року підтвердило, що із року в рік професійна підготовленість їх суттєво зростає. Самооцінка і експертна оцінка викладача немає суттєвих розбіжностей, що свідчить про вірне суб'єктивне оцінювання знань і умінь здобувачами. В той же час між здобувачами виявлені індивідуальні відмінності, які можна охарактеризувати як високі, середні і низькі, що потребує індивідуальної роботи з кожним здобувачем в освітньому процесі. Здобувачі четвертого року навчання за методикою оцінювання показали в середньому на 10,0 балів вищі показники, в порівнянні з третім курсом (табл. 1).

Таблиця 1

Підготовленість майбутніх вчителів фізичної культури до формування ключових компетентностей в учнів середнього віку на уроках фізичної культури
(в балах)

Параметри оцінювання	Здобувачі 3 курсу (n = 23)			Здобувачі 4 курсу (n = 24)		
	Здобувач	Експерт	Різниця	Здобувач	Експерт	Різниця
Теоретичні знання	62,7	64,4	1,7	75,7	74,3	1,4
Практичні уміння і навички	63,5	65,7	2,2	76,9	75,8	1,1
Володіння здоров'язбере-жувальними технологіями	61,3	62,9	1,6	73,3	73,9	0,6
Уміння використовувати фізичні вправи у рекреаційній діяльності	64,6	68,3	3,7	75,4	76,7	1,3
Володіння методикою роботи з учнями СМГ	63,2	64,5	1,3	76,5	75,4	1,1
Організація оздоровчої та спортивної роботи в позаурочний час	63,4	67,8	4,4	74,8	77,3	2,5
Проведення загально-шкільних заходів з фізкультурно-спортивної роботи	65,9	66,4	0,5	77,8	76,6	1,2
Загальний бал	**63,5**	**65,7**	**2,2**	**75,8**	**75,7**	**1,3**

Це дає підстави стверджувати, що освітньо-професійна програма підготовки бакалаврів спрямована на підготовку конкурентоспроможного фахівця, який здатний оволодіти сучасними освітніми й інформаційними технологіями фізичної культури в галузі освіти та готовий до творчої професійно-педагогічної діяльності вчителя фізичної культури загальноосвітньої школи і спроможний сформувати здоров'язбережувальні компетентності учнів середнього віку.

Високий рівень методичної компетентності як складової професійної підготовленості майбутніх вчителів фізичної культури, здатних по новому вирішити питання здоров'язбережувальної компетентності учнів загальноосвітніх шкіл, вносить свій вклад в розвиток системи фізичного виховання в Україні. Методична компетентність вчителя фізичної культури залежить від його професійної підготовленості під час навчання в закладі вищої освіти, а саме: методичних, професійно-педагогічних, психолого-педагогічних, фізкультурно-оздоровчих і спортивних знань, умінь та навичок, мотиваційно-ціннісного ставлення до своєї професії. Унікальність методичної компетентності вчителя фізичної культури визначається специфікою розв'язання освітніх, виховних та оздоровчих завдань щодо формування фізичного, психологічного, духовного та соціального здоров'я учнівської молоді [3, с. 69].

У цілому можна зазначити, що цілеспрямована робота по формуванню здоров'язбережувальної компетентності учнів середнього віку сформує в учня сукупність здоров'язбережувальних компетенцій та дбайливе ставлення до власного здоров'я та здоров'я оточення.

Висновки. Рівень підготовленості майбутніх учителів фізичної культури до формування ключових здоров'язбережувальних компетентностей в учнів середнього віку на уроках фізичної культури в школі можна представити як систему організаційних і психолого-педагогічних заходів закладу вищої освіти, що спрямовані на оволодіння здобувачами здоров'язбережувальними знаннями, вміннями, навичками та досвідом упровадження різних форм фізичної культури в закладах загальної середньої освіти.

Перспективи подальших досліджень спрямовані на вивчення динаміки формування здоров'язбережувальної компетентності учнів середніх класів.

Література

1. Безкопильний О.О. Система підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в основній школі: *дис. … док. пед. наук:* спеціальність 13.00.04. Черкаси, 2020. 595 с.

2. Гармаш О.М. Тьюторська компетентність як феномен теорії та практики професійної підготовки майбутніх учителів іноземних мов. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах.* 2019. Вип. 65. С. 26–31.

3. Грибан Г.П., Гарлінська А.М., Солодовник О. В., Ткаченко П.П., Пилипчук П.П., Пантус О.О., Білоскаленко Т.О. Структура методичної компетентності вчителя фізичної культури. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. Науково- педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*: зб. наук. праць. За ред. О.В. Тимошенка. Київ: Вид-во УДУ ім. М. Драгоманова, 2024. Вип. 3 (175) 24. С. 66–70. DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3 (175).11

4. Грибан Г.П., Мичка І.В., Гарлінська А.М., Оксентюк Я.Р., Ткаченко П.П., Скорий О.С., Пилипчук П.П. Методична компетентність майбутнього вчителя – фізичної культури. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт):* зб. наук. праць. За ред. О.В. Тимошенка. Київ: Вид-во УДУ ім. М. Драгоманова, 2024. Вип. 2 (174) 24. С. 50–54. DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.2(174).12

5. Грибан Г.П., Шевчук Т.В., Ткаченко П.П., Скорий О.С., Пилипчук П.П., Пантус О.О., Осипенко В.Є. Стан професійної готовності майбутніх учителів фізичної культури. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт):* зб. наук. праць. За ред. О.В. Тимошенка. Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2024. Вип. 4 (177) 24. С. 37–41. DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.4(177).07

6. Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація». *Указ Президента України від 9 лютого 2016 року* № 42/2016. http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/42/2016

7. Осадча К.П. Міждисциплінарний контекст формування тьюторської компетентності у професійній підготовці майбутніх учителів. *Педагогічна освіта: теорія і практика. Психологія. Педагогіка.* 2017. № 27. С. 56–60.

8. Постанова Кабінету Міністрів України № 1392 (із змінами, внесеними згідно з постановою КМУ від 07 серпня 2013 року № 538) *«Про затвердження Державного стандарту базової і повної загальної середньої освіти».* https://sqe.gov.ua/law/postanova-kabinetu-ministriv-ukrain-68/

9. Семеновська Л.А. Методичні аспекти реалізації тьюторського супроводу вивчення педагогічних дисциплін. *Естетика і етика педагогічної дії.* 2014. Вип. 8. С. 121–131.

10. Турчак А. Підготовка майбутнього вчителя фізичної культури до роботи з попередження шкідливих звичок у учнів. *Наукові записки Кіровоградського держ. пед. університету імені Володимира Винниченка. Серія: Педагогічні науки.* 2012. Вип. 106. С. 162–169.

References

1. Bezkopylny O.O. (2020). Systema instituendi futuros magistros educationis physicae ad actiones valetudinis conservandas in schola primaria: dissertatio ... doctoratus in paedagogia: specialitas 13.00.04. Cherkasy. 595 p.

2. Garmash O.M. (2019). Competentia tutoris ut phaenomenon theoriae et praxis institutionis professionalis futurorum magistrorum linguarum externarum. Paedagogia formationis personalitatis creativae in scholis superioribus et generalibus. Fasciculus 65. Pp. 26–31.

3. Hryban G.P., Garlinska A.M., Solodovnyk O.V., Tkachenko P.P., Pylypchuk P.P., Pantus O.O., Biloskalenko T.O. (2024). Structura competentiae methodologicae magistri educationis physicae. Acta scientifica Universitatis Publicae Ucrainicae Mykhailo Dragomanov. Series 15. Problemata scientifica et paedagogica educationis physicae (educatio physica et ludi athletici): collectio operum scientificorum. Ediderunt O.V. Tymoshenko. Kyiv: M. Dragomanov UDU Publishing House. Part 3 (175) 24. Pp. 66–70.

4. Hryban G.P., Mychka I.V., Garlinska A.M., Oksentyuk Ya.R., Tkachenko P.P., Skory O.S., Pylypchuk P.P. (2024). Competentia methodologica futuri magistri culturae physicae. Acta scientifica Universitatis Publicae Ucrainicae Mykhailo Dragomanov. Series 15. Quaestiones scientificae et paedagogicae culturae physicae (culturae physicae et ludorum athleticorum): collectio operum scientificorum. Editum ab O.V. Tymoshenko. Kioviae: Domus Editoria Universitatis Publicae Ucrainicae nomine M. Dragomanov, 2024. Fasciculus 2 (174) 24. Pp. 50–54.

5. Hryban G.P., Shevchuk T.V., Tkachenko P.P., Skory O.S., Pylypchuk P.P., Pantus O.O., Osypenko V.E. (2024). Status paratus professionalis futurorum magistrorum educationis physicae. Acta scientifica Universitatis Publicae Ucrainicae Mykhailo Dragomanov. Series 15. Problemata scientifica et paedagogica educationis physicae (educationis physicae et ludorum athleticorum): collectio operum scientificorum. Ediderunt O.V. Tymoshenko. Kyiv: Domus Publishing Mykhailo Dragomanov UDU. Part 4 (177) 24. pp. 37–41.

6. Strategia Nationalis ad Activitatem Physicam Salutem Promovendam in Ucraina usque ad annum 2025 "Activitas Physica - Modus Vitae Sanus - Natio Sana". (2016). Decretum Praesidis Ucrainae die 9 Februarii 2016 n. 42/2016.

7. Osadcha K.P. (2017). Contextus interdisciplinaris formationis peritiae tutoris in institutione professionali futurorum magistrorum. Educatio paedagogica: theoria et praxis. Psychologia. Paedagogia. No. 27. P. 56–60.

8. Resolutio Consilii Ministrorum Ucrainae Numero 1392 (ut emendata est Resolutione Consilii Ministrorum Ucrainae Numero 538 diei 7 Augusti 2013) "De Approbatione Normae Publicae Educationis Secundariae Generalis Fundamentalis et Completae".

9. Semenovskaya L.A. (2014). Aspectus methodologici auxilii tutoris ad studia disciplinarum paedagogicarum exsequendi. Aesthetica et ethica actionis paedagogicae. Fasciculus 8. Pp. 121–131.

10. Turchak A. (2012). Praeparatio futuri magistri educationis physicae ad laborem de prohibendis noxiis moribus in discipulis. Annotationes scientificae Universitatis Paedagogicae Civitatis Kirovogradensis nomine Vladimiri Vynnychenko. Series: Scientiae Paedagogicae. Fasciculus 106. Pp. 162–169.