16. United Nations. Member States. URL: https://www.un.org/en/about-us/member-states (дата звернення: 04.08.2026).

17. Ustawa z dnia 25 czerwca 2010 r. o sporcie // *Dziennik Ustaw Rzeczypospolitej Polskiej*. 2010. Nr 127, poz. 857. URL: https://isap.sejm.gov.pl/isap.nsf/download.xsp/WDU20101270857/U/D20100857Lj.pdf (дата звернення: 04.08.2026).

References

1.Wikipedia contributors. (2026). *Administrative division of Poland*. Wikipedia, The Free Encyclopedia. https://en.wikipedia.org/wiki/Administrative_divisions_of_Poland

2.Veselova, V. V., Veselov, Ye. V., Korotych, S. V., & Lypovyi, V. S. (2026). Historical aspects of the origin and organization of global multi-sport events, including military sports events. *Scientific Journal of Mykhailo Drahomanov Ukrainian State University. Series 15: Scientific and Pedagogical Problems of Physical Culture (Physical Culture and Sports),* (1).

3.National Olympic Committee of Ukraine. (n.d.). *National Olympic Committee of Ukraine*. https://noc-ukr.org/

4.International Olympic Committee. (n.d.). *Olympic Charter*. https://olympics.com/ioc/olympic-charter

5.Verkhovna Rada of Ukraine. (2012). *On public associations: Law of Ukraine No. 4572-VI of March 22, 2012*. Legislation of Ukraine Database. https://zakon.rada.gov.ua/go/4572-17

6.Verkhovna Rada of Ukraine. (1993). *On physical culture and sport: Law of Ukraine No. 3808-XII of December 24, 1993*. Legislation of Ukraine Database. https://zakon.rada.gov.ua/go/3808-12

7.National Olympic Committee of Ukraine. (n.d.). *Statute of the National Olympic Committee of Ukraine*. https://noc-ukr.org/pages/officialdocuments/statut-nacionalnogo-olimpiyskogo-komitetu-ukraini

8.Association of National Olympic Committees. (n.d.). *Association of National Olympic Committees (ANOC)*. https://www.anocolympic.org/

9.European Olympic Committees. (n.d.). *European Olympic Committees (EOC)*. https://www.eurolympic.org/

10. European Commission. (n.d.). *European Week of Sport*. https://sport.ec.europa.eu/initiatives/european-week-of-sport

11. Główny Urząd Statystyczny. (n.d.). *Statistics Poland*. https://new.stat.gov.pl/

12. International Olympic Committee. (n.d.). *International Olympic Committee*. https://www.olympics.com/ioc

13. Kujawsko-Pomorska Rada Olimpijska. (n.d.). *Kujawsko-Pomorska Rada Olimpijska*. https://k-prol.pl/

14. Polski Komitet Olimpijski. (n.d.). *Polski Komitet Olimpijski*. https://olimpijski.pl/pkol/

15. Polski Komitet Olimpijski. (2021). *Statut Polskiego Komitetu Olimpijskiego: Tekst jednolity uchwalony na Walnym Zgromadzeniu PKOl w dniu 8 listopada 2021 r.* Polski Komitet Olimpijski. https://olimpijski.pl/pkol/regulacje-i-dokumenty/statut-pkol/

16. United Nations. (n.d.). *Member States*. https://www.un.org/en/about-us/member-states

17. Republic of Poland. (2010). *Ustawa z dnia 25 czerwca 2010 r. o sporcie*. *Dziennik Ustaw Rzeczypospolitej Polskiej, 2010*(127), item 857. https://isap.sejm.gov.pl/isap.nsf/download.xsp/WDU20101270857/U/D20100857Lj.pdf

Стаття надійшла до редакції / Received 11.08.2026
Прийнята до друку / Accepted 04.08.2026
Опубліковано / Published 26.08.2026

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2026.08(208).05

Горголь В. П.
кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри хореографії і танцювальних видів спорту
Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», м. Полтава
https://orcid.org/0009-0002-6646-9031
Бондаренко О. В.,
кандидат біологічних наук,
доцент кафедри гімнастики та фізкультурно-спортивних технологій Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського», м. Одеса
https://orcid.org/0000-0002-0660-5460
Росенко Н. О.
кандидат педагогічних наук,
старший викладач кафедри хореографії і танцювальних видів спорту,
Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», м. Полтава
https://orcid.org/0009-0003-6690-5136

МЕТОДИКА ФОРМУВАННЯ РУХОВО-РИТМІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ЗАСОБАМИ ГІМНАСТИКИ ТА БАЛЬНОГО ТАНЦЮ

У статті здійснено теоретичне обґрунтування методики формування рухово-ритмічної компетентності майбутніх фахівців засобами гімнастики та бального танцю. Проаналізовано сучасні наукові підходи до професійної підготовки здобувачів освіти, визначено педагогічний потенціал інтегрованого використання гімнастичних і танцювальних засобів у розвитку координаційних здібностей, музикальності, пластичності та культури рухів. Розроблено авторську методику, що базується на компетентнісному, системному, діяльнісному та

інтегративному підходах. Визначено структуру рухово-ритмічної компетентності, яка включає мотиваційно-ціннісний, когнітивний, операційно-діяльнісний і рефлексивно-творчий компоненти. Окреслено етапи реалізації методики, її змістове наповнення, форми та методи навчання. Запропоновано критерії, показники й рівні сформованості рухово-ритмічної компетентності, що можуть бути використані для оцінювання результативності освітнього процесу. Практичне значення дослідження полягає у можливості впровадження розробленої методики в систему професійної підготовки майбутніх фахівців для підвищення якості їхньої професійної готовності та розвитку творчого потенціалу.

***Ключові слова:** координаційні здібності; музикальність; професійна підготовка; інтегративний підхід; педагогічні технології.*

***Horhol Vitalii, Bondarenko Olga, Rosenko Nataliia. Methodology for forming motor and rhythmic competence of future specialists using gymnastics and ballroom dance.** The relevance of the study is determined by the growing demand for highly qualified specialists capable of combining physical, methodological, and creative competencies within their professional activities. The purpose of the research is to develop and theoretically substantiate a methodology aimed at enhancing motor-rhythmic competence by integrating the educational potential of gymnastics and ballroom dance into the professional training process.*

The research is based on competence-based, systemic, activity-oriented, and integrative approaches. Theoretical research methods were employed, including analysis, synthesis, comparison, systematization, generalization of scientific literature, structural-functional analysis, and pedagogical modeling.

The proposed methodology is founded on the complementary educational potential of gymnastics and ballroom dance. Gymnastics contributes to the development of coordination, balance, spatial orientation, movement precision, and motor control, whereas ballroom dance enhances musicality, rhythmic perception, expressiveness, plasticity, interpersonal interaction, and creative interpretation of movement. Their integrated application creates favorable conditions for the comprehensive development of future professionals' motor-rhythmic competence.

The structure of motor-rhythmic competence includes four interrelated components: motivational-value, cognitive, operational-activity, and reflective-creative. The methodology is implemented through three successive stages: motivational-adaptive, formative, and creative-professional. Its content encompasses gymnastics exercises, ballroom dance techniques, integrated movement combinations, music-based activities, and professionally oriented practical tasks. Various instructional forms and teaching methods are proposed to ensure the effective implementation of the methodology.

Criteria, indicators, and three levels (high, medium, and low) of motor-rhythmic competence formation are identified, providing a comprehensive framework for evaluating learning outcomes and assessing the effectiveness of the proposed methodology.

The scientific novelty of the study lies in the theoretical development of an integrative methodology that combines gymnastics and ballroom dance as complementary educational tools for developing motor-rhythmic competence.

***Keywords:** coordination skills; musicality; professional training; integrative approach; pedagogical technologies.*

Постановка проблеми. Сучасна система професійної підготовки майбутніх фахівців у галузі фізичної культури, спорту та хореографічного мистецтва орієнтована на формування комплексу професійних компетентностей, необхідних для ефективного виконання педагогічної, тренерської та творчої діяльності. Однією з важливих складових професійної компетентності є рухово-ритмічна компетентність, яка забезпечує здатність майбутнього фахівця адекватно сприймати, відтворювати й інтерпретувати музичний ритм у руховій діяльності, координувати рухи відповідно до темпу, метру та характеру музичного супроводу, а також використовувати ці вміння у професійній практиці.

Значний педагогічний потенціал у вирішенні окресленої проблеми мають гімнастика та бальний танець. Гімнастичні вправи сприяють розвитку координації, рівноваги, просторової орієнтації, точності рухів і фізичної підготовленості, тоді як бальний танець забезпечує формування музично-ритмічних здібностей, пластичності, виразності рухів, навичок взаємодії в парі та розвитку емоційно-художнього сприйняття. Комплексне використання засобів цих видів рухової діяльності створює сприятливі умови для цілеспрямованого формування рухово-ритмічної компетентності майбутніх фахівців.

Зазначене зумовлює актуальність дослідження та необхідність наукового обґрунтування ефективної методики формування рухово-ритмічної компетентності майбутніх фахівців.

Аналіз літературних джерел. Проблема формування рухово-ритмічної компетентності майбутніх фахівців перебуває на перетині досліджень із теорії та методики фізичного виховання, спортивної підготовки, гімнастики й хореографічної освіти. Аналіз сучасних наукових праць свідчить про зростання уваги дослідників до розвитку координаційних здібностей, почуття ритму, музикальності та їхнього значення для підвищення ефективності навчально-тренувального процесу.

Голенкова Ю. В. та Галкіна А. В. довели, що використання засобів художньої гімнастики, доповнених елементами класичної хореографії, бального й народного танцю, сприяє достовірному покращенню координаційних здібностей, відчуття ритму, рівноваги та просторової орієнтації [1]. Автори наголошують на доцільності інтеграції гімнастичних і танцювальних вправ у систему фізичної підготовки, що створює передумови для розвитку рухово-ритмічних умінь.

Дослідження О. Заплатинської присвячене впливу засвоєння ритмічної структури танцювальних доріжок на якість їх виконання у художній гімнастиці [3]. Авторка експериментально підтвердила, що цілеспрямоване опанування

ритму суттєво полегшує засвоєння рухових дій, підвищує точність їх виконання та ефективність навчального процесу. Отримані результати свідчать про визначальну роль ритмічної підготовки у формуванні координаційних навичок.

У роботі О. Рябченко досліджено ефективність використання хореографічної підготовки в навчально-тренувальному процесі спортсменів-початківців. Авторка встановила, що систематичне застосування хореографічних вправ позитивно впливає на формування культури рухів, постави, артистичності та технічної підготовленості. Особливу увагу приділено значенню музичного супроводу й розвитку ритмічності як складників успішного виконання гімнастичних вправ [5].

Кравчук Т. М. зі співавторами проаналізували особливості розвитку здібності до ритмічної діяльності у студенток, які спеціалізуються з художньої гімнастики та різних видів аеробіки. Дослідники довели, що систематичні заняття вправами музично-ритмічної спрямованості сприяють розвитку почуття ритму, координаційних здібностей та узгодженості рухів, що підтверджує доцільність їх використання у професійній підготовці майбутніх фахівців фізичної культури [4].

Важливим є дослідження Н. Горбатової та С. Єфанової, присвячене місцю бального танцю в системі професійної освіти. Автори обґрунтовують педагогічний потенціал бальної хореографії у формуванні музикальності, координації, пластичності, культури рухів, комунікативних умінь і творчої самореалізації майбутніх фахівців. Водночас підкреслюється необхідність удосконалення методичного забезпечення викладання бального танцю в закладах вищої освіти [2].

Отже, аналіз наукових джерел свідчить, що більшість досліджень присвячена окремим аспектам розвитку координаційних здібностей, ритмічності, музично-рухових умінь або застосуванню засобів гімнастики й хореографії. Разом із тим недостатньо висвітленими залишаються питання комплексного формування рухово-ритмічної компетентності майбутніх фахівців шляхом інтегрованого використання засобів гімнастики та бального танцю, що зумовлює необхідність подальших наукових досліджень у цьому напрямі.

Мета статті (постановка завдань). Метою статті є теоретичне обґрунтування та розроблення методики формування рухово-ритмічної компетентності майбутніх фахівців засобами гімнастики та бального танцю, спрямованої на розвиток координаційних здібностей, почуття ритму, музикальності, пластичності рухів і готовності до професійної діяльності.

Для досягнення поставленої мети визначено такі завдання дослідження:

- обґрунтувати педагогічний потенціал засобів гімнастики та бального танцю у формуванні рухово-ритмічної компетентності.
- розробити методику формування рухово-ритмічної компетентності майбутніх фахівців із визначенням її структурних компонентів, етапів реалізації, змісту, форм і методів навчання.
- визначити критерії, показники та рівні сформованості рухово-ритмічної компетентності для оцінювання ефективності запропонованої методики.

Матеріали і методи: методологічну основу дослідження становлять компетентнісний, системний, діяльнісний та інтегративний підходи, які забезпечують комплексний розгляд процесу формування рухово-ритмічної компетентності майбутніх фахівців.

Для досягнення поставленої мети використано комплекс взаємопов'язаних методів дослідження:

- теоретичні – аналіз, синтез, узагальнення, систематизація та порівняння науково-методичної літератури з проблеми дослідження; термінологічний аналіз для уточнення змісту поняття «рухово-ритмічна компетентність»; моделювання під час розроблення структури авторської методики;
- структурно-функціональний аналіз – для визначення компонентів, критеріїв і показників рухово-ритмічної компетентності;
- проєктувальний метод – для розроблення змісту, етапів, форм, методів і засобів реалізації методики формування рухово-ритмічної компетентності майбутніх фахівців засобами гімнастики та бального танцю;
- методи узагальнення педагогічного досвіду – для аналізу сучасних підходів до використання гімнастики та бального танцю у професійній підготовці майбутніх фахівців.

У процесі розроблення методики враховувалися принципи науковості, систематичності, послідовності, доступності, інтеграції теоретичної й практичної підготовки, індивідуалізації навчання та професійної спрямованості освітнього процесу.

Виклад основного матеріалу дослідження. Формування рухово-ритмічної компетентності майбутніх фахівців потребує використання таких засобів навчання, які забезпечують одночасний розвиток фізичних, координаційних, музично-ритмічних і творчих компонентів професійної підготовки. У цьому контексті особливого значення набуває поєднання засобів гімнастики та бального танцю, оскільки кожен із цих видів рухової діяльності характеризується специфічним педагогічним потенціалом, а їх комплексне застосування створює умови для гармонійного розвитку особистості майбутнього фахівця.

Виконання гімнастичних вправ потребує високого рівня міжм'язової координації, контролю положення тіла в просторі та часової організації рухів, що створює передумови для формування стійких рухових навичок. Дослідження Ю. В. Голенкової та А. В. Галкіної підтверджують, що систематичне використання вправ художньої гімнастики сприяє розвитку координаційних здібностей, відчуття рівноваги, просторової орієнтації та ритмічності, які є базовими складовими рухово-ритмічної підготовленості [1].

Особливе місце у структурі рухово-ритмічної компетентності посідає здатність узгоджувати рухову діяльність із музичним супроводом. Ритм виступає інтегрувальним чинником, який забезпечує синхронізацію рухових дій, їхню темпоральну організацію та виразність виконання. Як засвідчують результати дослідження О. Заплатинської,

цілеспрямоване формування відчуття ритму істотно підвищує якість виконання рухових комбінацій, прискорює засвоєння технічних елементів і сприяє розвитку здатності до точного відтворення рухових структур [3].

Водночас бальний танець має значний потенціал для розвитку тих складових рухово-ритмічної компетентності, які пов'язані з музикальністю, пластичною виразністю, емоційною інтерпретацією руху та комунікативною взаємодією. Особливістю бальної хореографії є органічне поєднання технічної точності рухів із художньою інтерпретацією музичного образу, що сприяє формуванню цілісної культури рухової діяльності. Крім того, виконання танцювальних композицій у парі розвиває здатність до просторово-часової взаємодії, узгодження індивідуальних дій із діями партнера та оперативного реагування на зміну рухової ситуації. На педагогічній цінності бального танцю як засобу розвитку музикальності, координації, пластичності й творчої самореалізації майбутніх фахівців наголошують Н. О. Горбатова та С. О. Єфанова [2].

Суттєвою перевагою інтегрованого використання гімнастики та бального танцю є взаємодоповнюваність їхніх функціональних можливостей. Якщо гімнастика забезпечує переважно формування технічної основи рухових дій, розвиток фізичних якостей і координаційних механізмів, то бальний танець розширює можливості їх художнього осмислення, удосконалює музично-ритмічне сприйняття, пластичність, емоційну виразність і культуру рухів. Таке поєднання дозволяє перейти від ізольованого формування окремих умінь до комплексного розвитку рухово-ритмічної компетентності як інтегральної професійної характеристики.

Доцільність поєднання гімнастичних і хореографічних засобів підтверджується також результатами досліджень, присвячених використанню елементів хореографії у спортивній підготовці [4, 5].

Отже, педагогічний потенціал інтегрованого використання засобів гімнастики та бального танцю полягає у забезпеченні комплексного впливу на фізичний, координаційний, ритмічний, художньо-естетичний і комунікативний компоненти професійної підготовки.

Розроблена методика формування рухово-ритмічної компетентності майбутніх фахівців засобами гімнастики та бального танцю ґрунтується на компетентнісному, діяльнісному, системному та інтегративному підходах і спрямована на послідовне формування рухово-ритмічної компетентності майбутніх фахівців у процесі професійної підготовки. Її концептуальною основою є положення про взаємодоповнюваність засобів гімнастики та бального танцю, які забезпечують цілісний розвиток фізичних, координаційних, музично-ритмічних, творчих і комунікативних якостей, необхідних для успішної професійної діяльності [1; 2; 5].

Метою методики є формування здатності майбутніх фахівців ефективно використовувати рухово-ритмічні вміння у професійній діяльності, здійснювати точне відтворення рухів відповідно до музичного супроводу, творчо інтерпретувати руховий матеріал та організовувати освітній процес із застосуванням сучасних засобів гімнастики й бального танцю.

З огляду на міждисциплінарний характер досліджуваного феномену доцільно виокремити чотири взаємопов'язані компоненти рухово-ритмічної компетентності.

Мотиваційно-ціннісний компонент відображає позитивну мотивацію до професійного самовдосконалення, усвідомлення значущості рухово-ритмічної підготовки, сформованість професійних цінностей, інтерес до використання засобів гімнастики та бального танцю в майбутній професійній діяльності.

Когнітивний компонент характеризує систему теоретичних знань щодо закономірностей рухової діяльності, музичної ритміки, основ гімнастики, бальної хореографії, методики навчання рухових дій, принципів побудови занять і засобів розвитку координаційних здібностей.

Операційно-діяльнісний компонент охоплює практичні вміння координувати рухи відповідно до музичного супроводу, володіти технікою виконання гімнастичних і танцювальних вправ, застосовувати різноманітні способи організації рухової діяльності, добирати вправи відповідно до поставлених педагогічних завдань та здійснювати їх методично грамотне навчання.

Рефлексивно-творчий компонент передбачає здатність до самоаналізу результатів власної діяльності, оцінювання рівня сформованості рухово-ритмічних умінь, творчого моделювання навчальних занять, імпровізації, варіативного використання рухового матеріалу та професійної самореалізації.

Формування рухово-ритмічної компетентності здійснюється поетапно.

На мотиваційно-адаптаційному етапі формуються позитивна мотивація до занять, професійний інтерес, первинні уявлення про структуру рухово-ритмічної компетентності, значення ритму в організації рухової діяльності та роль гімнастики й бального танцю у професійній підготовці.

Базовий (формувальний) етап передбачає систематичне оволодіння технікою базових гімнастичних і танцювальних вправ, розвиток координаційних здібностей, відчуття темпу, метру та ритму, удосконалення просторово-часової організації рухів, формування навичок взаємодії з музичним супроводом і партнером.

На творчо-професійному етапі відбувається інтеграція набутих знань і практичних умінь у професійно орієнтовану діяльність. Здобувачі освіти виконують творчі завдання, розробляють фрагменти занять, моделюють навчальні ситуації, добирають комплекси вправ відповідно до поставлених педагогічних цілей, здійснюють самооцінювання та взаємооцінювання результатів.

Зміст методики реалізується через інтеграцію засобів гімнастики та бального танцю.

До засобів гімнастики належать вправи на розвиток рівноваги, координації, гнучкості, просторової орієнтації, диференціювання м'язових зусиль, точності рухів, стрибкової підготовки, вправи з предметами та без предметів, а також комплекси музично-ритмічної гімнастики.

Зміст бальної підготовки охоплює опанування базових кроків і танцювальних комбінацій європейської та латиноамериканської програм, вправи на розвиток музикальності, пластичності, взаємодії в парі, просторового орієнтування, артистичності, варіативності рухових дій та емоційної виразності.

Особливе місце займають інтегровані вправи, у яких поєднуються гімнастичні елементи з танцювальними комбінаціями, виконуваними під музичний супровід різного темпу й ритмічного малюнка. Такі вправи сприяють одночасному розвитку координаційних здібностей, ритмічного сприйняття, технічної точності та художньої виразності рухів.

Реалізація методики передбачає використання різних організаційних форм навчання: лекцій, практичних і лабораторних занять, навчально-тренувальних занять, факультативів, майстер-класів, творчих проєктів, самостійної роботи, підготовки показових виступів і участі у творчих заходах.

Провідними методами навчання є пояснювально-ілюстративний, демонстраційний, репродуктивний, практичний, метод вправляння, поетапного формування рухових дій, повторний, варіативний, ігровий, проблемний, інтерактивний, метод музично-рухового моделювання, творчих завдань, проєктний метод, а також методи самооцінювання та рефлексії. Доцільним є використання цифрових технологій, відеоаналізу виконання рухових комбінацій і мультимедійного супроводу, що підвищує наочність навчання та сприяє усвідомленню техніки виконання рухів.

Ефективність запропонованої методики забезпечується комплексною реалізацією всіх її структурних елементів, послідовністю етапів навчання, інтеграцією засобів гімнастики та бального танцю, систематичністю занять і створенням умов для активної творчої діяльності здобувачів освіти. Такий підхід забезпечує формування рухово-ритмічної компетентності як інтегральної характеристики професійної готовності майбутнього фахівця до педагогічної, спортивної та культурно-мистецької діяльності.

Об'єктивне оцінювання ефективності методики формування рухово-ритмічної компетентності передбачає визначення критеріїв, показників і рівнів її сформованості. Враховуючи структуру досліджуваної компетентності, запропоновано чотири взаємопов'язані критерії оцінювання, кожен із яких характеризує окремий компонент професійної підготовки майбутніх фахівців (табл. 1).

Таблиця 1

Оцінювання ефективності методики формування рухово-ритмічної компетентності

Компонент / Критерій	**Показники**
Мотиваційно-ціннісний	- позитивна мотивація до занять гімнастикою та бальним танцем; - стійкий інтерес до розвитку власної рухово-ритмічної підготовленості; - усвідомлення ролі рухово-ритмічної компетентності у професійній діяльності; - прагнення до саморозвитку та професійного вдосконалення.
Когнітивний	- знання основ музичної ритміки та закономірностей рухової діяльності; - володіння теоретичними засадами гімнастики та бального танцю; - розуміння методики навчання рухових дій; - здатність аналізувати й добирати засоби навчання відповідно до педагогічної мети.
Операційно-діяльнісний	- точність виконання рухових елементів; - узгодженість рухів із музичним супроводом; - рівень розвитку координаційних здібностей; - здатність виконувати танцювальні та гімнастичні комбінації різної складності; - уміння застосовувати рухово-ритмічні вправи під час моделювання професійних ситуацій.
Рефлексивно-творчий	- здатність до самоаналізу та самооцінювання; - творче застосування рухового матеріалу; - уміння створювати власні рухові композиції та добирати вправи відповідно до навчальних завдань; - готовність до професійної імпровізації та педагогічного проєктування занять.

Відповідно до визначених критеріїв запропоновано три рівні сформованості рухово-ритмічної компетентності.

Високий рівень характеризується стійкою професійною мотивацією, глибокими теоретичними знаннями, високим рівнем координаційної та музично-ритмічної підготовленості, здатністю творчо застосовувати засоби гімнастики й бального танцю в різних професійних ситуаціях, самостійно планувати освітній процес та здійснювати його рефлексивний аналіз.

Середній рівень передбачає достатній рівень теоретичної підготовки та практичних умінь, позитивне ставлення до професійної діяльності, здатність виконувати більшість рухових завдань із незначними помилками, використовувати набуті знання у типових педагогічних ситуаціях, проте потребує методичної підтримки під час виконання творчих завдань.

Низький рівень характеризується недостатньою професійною мотивацією, фрагментарними знаннями, нестійкими практичними навичками, труднощами під час узгодження рухів із музичним супроводом, недостатнім розвитком координаційних здібностей, невмінням самостійно добирати ефективні засоби навчання та здійснювати професійну рефлексію.

Запропонована система критеріїв, показників і рівнів сформованості рухово-ритмічної компетентності забезпечує комплексне оцінювання результативності авторської методики, дозволяє визначати динаміку професійного

становлення здобувачів освіти та створює підґрунтя для подальшої експериментальної перевірки її ефективності в умовах освітнього процесу.

Висновки. Сучасні вимоги до підготовки фахівців актуалізують необхідність пошуку інноваційних підходів до вдосконалення змісту освітнього процесу, заснованих на комплексному використанні різних видів рухової активності.

Теоретичний аналіз наукових джерел підтвердив, що гімнастика та бальний танець мають значний освітній потенціал, однак у більшості досліджень їх застосування розглядається автономно.

Обґрунтовано авторську методику формування рухово-ритмічної компетентності, що базується на компетентнісному, системному, діяльнісному та інтегративному підходах. Визначено її структурні компоненти (мотиваційно-ціннісний, когнітивний, операційно-діяльнісний і рефлексивно-творчий), окреслено етапи реалізації, змістове наповнення, організаційні форми та методи навчання, які забезпечують послідовний розвиток професійно значущих умінь і якостей здобувачів освіти.

Запропоновано систему критеріїв, показників і рівнів сформованості рухово-ритмічної компетентності, що дає змогу комплексно оцінювати результативність освітнього процесу та може бути використана як діагностичний інструментарій під час подальших наукових досліджень і практичного впровадження методики.

Практична цінність запропонованої методики полягає у можливості її використання в освітньому процесі закладів вищої освіти під час підготовки майбутніх учителів фізичної культури, тренерів, хореографів та інших фахівців, професійна діяльність яких пов'язана з організацією рухової активності й музично-ритмічного навчання.

Перспективи подальших досліджень пов’язані з експериментальною перевіркою ефективності запропонованої методики, уточненням педагогічних умов її реалізації в системі вищої освіти, а також розробленням діагностичного інструментарію для кількісного оцінювання рівня сформованості рухово-ритмічної компетентності майбутніх фахівців.

Література

1. Голенкова Ю. В., Галкіна А. В. Розвиток координаційних здібностей дівчат старшого шкільного віку засобами художньої гімнастики. Теорія та методика фізичного виховання. 2015. № 4. С. 39–44. DOI: https://doi.org/10.17309/tmfv.2015.4.1155.

2. Горбатова Н. О., Єфанова С. О. Бальний танець в системі освіти: минуле і сучасність. Мистецтвознавчі записки. 2021. Вип. 39. С. 64–69. DOI: https://doi.org/10.32461/2226-2180.39.2021.238689.

3. Заплатинська О. Вплив засвоєння ритму танцювальних доріжок на їх виконання в художній гімнастиці на етапі початкової підготовки. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2017. № 3 (59). С. 40–44. DOI: https://doi.org/10.15391/snsv.2017-3.007.

4. Кравчук Т. М., Голенкова Ю. В., Пензова І. та ін. Особливості розвитку здібності до ритмічної діяльності у студенток, що спеціалізуються з гімнастики та різних видів аеробіки. Health, Sport, Rehabilitation. 2018. Т. 4, № 4. С. 72–80. DOI: https://doi.org/10.5281/zenodo.2536474.

5. Рябченко О. Застосування елементів хореографії в тренувальному процесі спортсменок-початківців для успішного освоєння програм з художньої гімнастики. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2021. № 3 (83). С. 88–94. DOI: https://doi.org/10.15391/snsv.2021-3.013.

Reference

1. Golenkova, Yu. V., & Halkina, A. V. (2015). Rozvytok koordynatsiinykh zdibnostei divchat starshoho shkilnoho viku zasobamy khudozhnoi himnastyky [Development of coordination abilities of senior school-age girls by means of rhythmic gymnastics]. Teoriia ta metodyka fizychnoho vykhovannia, (4), 39–44. https://doi.org/10.17309/tmfv.2015.4.1155 [in Ukrainian].

2. Horbatova, N. O., & Yefanova, S. O. (2021). Balnyi tanets v systemi osvity: Mynule i suchasnist [Ballroom dance in the education system: Past and present]. Mystetstvoznavchi zapysky, (39), 64–69. https://doi.org/10.32461/2226-2180.39.2021.238689 [in Ukrainian].

3. Zaplatynska, O. (2017). Vplyv zasvoiennia rytmu tantsiuvalnykh dorizhok na yikh vykonannia v khudozhnii himnastytsi na etapi pochatkovoi pidhotovky [The influence of mastering the rhythm of dance tracks on their performance in rhythmic gymnastics at the initial stage of training]. Slobozhanskyi naukovo-sportyvnyi visnyk, (3(59)), 40–44. https://doi.org/10.15391/snsv.2017-3.007 [in Ukrainian].

4. Kravchuk, T. M., Holenkova, Yu. V., Penzova, I., et al. (2018). Osoblyvosti rozvytku zdibnosti do rytmichnoi diialnosti u studentok, shcho spetsializuiutsia z himnastyky ta riznykh vydiv aerobiky [Peculiarities of developing rhythmic activity abilities in female students specializing in gymnastics and various types of aerobics]. Health, Sport, Rehabilitation, 4(4), 72–80. https://doi.org/10.5281/zenodo.2536474 [in Ukrainian].

5. Riabchenko, O. (2021). Zastosuvannia elementiv khoreohrafii v trenuvalnomu protsesi sportsmenok-pochatkivtsiv dlia uspishnoho osvoiennia prohram z khudozhnoi himnastyky [Application of choreography elements in the training process of beginner athletes for successful mastering of rhythmic gymnastics routines]. Slobozhanskyi naukovo-sportyvnyi visnyk, (3(83)), 88–94. https://doi.org/10.15391/snsv.2021-3.013 [in Ukrainian].

Стаття надійшла до редакції / Received 20.07.2026
Прийнята до друку / Accepted 11.08.2026
Опубліковано / Published 26.08.2026