МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЧЕРНІВЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ЮРІЯ ФЕДЬКОВИЧА

Факультет фізичної культури, спорту та реабілітації
Кафедра теорії та методики фізичної культури

МЕТОДИЧНІ ТА ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ОСОБИСТІСНО-РОЗВИВАЛЬНОЇ ТЕХНОЛОГІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

Кваліфікаційна робота
Рівень вищої освіти – другий (магістерський)

Виконав(ла):
Студент (ка) 2 курсу, 205 групи.
Спеціальності 014.11 Середня освіта (Фізична культура)
(шифр і назва спеціальності)
Нагірняк Єгор Васильович
(прізвище та ініціали)
Керівник: канд. пед. наук, доцент Курнишев Ю.А.

До захисту допущено
на засіданні кафедри
протокол №____від 18 листопада 2025 р.
Зав. кафедрою _____ доцент Іван ВАСКАН

Чернівці – 2025

АНОТАЦІЯ

У роботі теоретично обґрунтовано та розроблено модель особистісно-розвивальної технології фізичного виховання учнів 1–4 класів на засадах людиноцентризму й педагогічної синергетики. Визначено сутність, структурні компоненти (цільовий, змістовний, діяльнісний, результативний), етапи взаємодії (від діагностичного до рефлексивного) та психолого-педагогічні умови її впровадження. Експериментально (за участю 240 учнів) доведено ефективність технології: покращилися показники здоров'я школярів, зросла їхня задоволеність уроками фізкультури та позакласна рухова активність.

Ключові слова: особистісно-розвивальна технологія, фізичне виховання, молодші школярі, людиноцентризм, здоров'язбереження, рухова активність.

ABSTRACT

The thesis theoretically substantiates and develops a model of personality-developmental technology for physical education of 1st–4th-grade students based on the principles of human-centrism and pedagogical synergetics. The essence, structural components (target, content, activity-based, and result-oriented), stages of interaction (from diagnostic to reflective), and psychological and pedagogical conditions for its implementation are determined. The effectiveness of the technology has been experimentally proven (with the participation of 240 students): the health indicators of schoolchildren improved, while their satisfaction with physical education classes and extracurricular motor activity increased.

Keywords: personality-developmental technology, physical education, primary school students, human-centrism, health preservation, motor activity.

Кваліфікаційна робота містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів наукових досліджень інших авторів мають посилання на відповідне джерело.



Є.В. Нагірний

Зміст

ВСТУП..... 4

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ДО ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТІСНО-РОЗВИВАЛЬНОЇ ТЕХНОЛОГІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ 7

1.1. Людиноцентризм як базова теоретична засада розробки технології фізичного виховання учнів..... 7

РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

***2.1. Методи дослідження*……...…..**15

***2.2. Організація дослідження*……...……**16

РОЗДІЛ 3. ОСОБИСТІСНО-РОЗВИВАЮЧА ТЕХНОЛОГІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ 16

3.1. Модель особистісно-розвиваючої технології фізичного виховання молодших школярів..... 19

3.2. Сутність, ознаки, структура особистісно-розвивальної технології фізичного виховання школярів 30

3.3. Умови реалізації особистісно-розвиваючої технології фізичного виховання в початковій школі 41

3.4. Результати експериментальної перевірки ефективності моделі особистісно-розвивальної технології виховання молодших школярів 51

ВИСНОВКИ 59

Список використаної літератури..... **Помилка! Закладку не визначено.**

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сучасні умови життя висувають чіткі вимоги до того, яким має бути громадянин держави. Важливу роль у цьому відіграє школа, адже саме в період навчання відбувається активне становлення особистості. Тому особливо актуальним є завдання виховання в учнів ключових життєвих компетентностей, серед яких важливе місце займає здоров'язбережувальна. Її формування в межах уроків фізичного виховання можливе завдяки використанню інноваційних методів навчання, орієнтованих на гуманістичні цінності, розвиток адекватної самооцінки дитини, зміцнення її духовного та психологічного здоров'я.

Більшість науковців у сфері педагогіки підкреслюють значення використання вчителями у процесі шкільного навчання індивідуально дібраних та науково обґрунтованих методичних комплексів. Їх застосування сприяє формуванню в учнів відповідального ставлення до власного здоров'я і життя, усвідомленню цінності фізичної культури та прагненню до постійного самовдосконалення як у духовному, так і у фізичному вимірі. Подібних поглядів дотримуються провідні вітчизняні фахівці, зокрема: В.К. Бальсевич, О.Д. Дубогай, Е.С. Вільчковський, О.І. Курок, А.П. Матвєєв, О.А. Томенко,Т.Ю. Круцевич, Л.П. Сущенко, Б.М. Шиян та інші. Особливої значущості ця проблема набуває у період молодшого шкільного віку, коли відбувається становлення цілісного ядра особистості, яке виступає своєрідним відображенням сенсів людського буття та виявляється у багатогранній культурі людини. Цю думку розвивають у своїх працях І.Д. Бех, О.В. Бондаревська, О.Я. Савченко та інші.

У наукових дослідженнях формування індивідуальної фізичної культури школярів трактується через призму гуманістичного підходу. Ця проблематика висвітлюється у працях багатьох учених, серед яких: В.С. Якимович, О.П. Аксьонова, В.І. Кузнецов, Н.В. Москаленко. У роботах Е.С. Вільчковського, Є.В. Столітенка та С.Ф. Цвека подано інноваційні погляди на технологізацію

фізичного виховання, зокрема аналізовано специфіку пристосування молодших школярів до статичних навантажень, що супроводжують розумову й фізичну активність. Значний внесок у розвиток нових підходів до розробки навчальних програм і планування занять зробили А.В. Віндюк, Ю.В. Васьков, Т.Ю. Круцевич, Л.П. Сергієнко, А.Н. Цьось. Питання раціонального дозування фізичних навантажень з урахуванням індивідуальних особливостей учнів досліджували О.Д. Дубогай, Л.П. Матвєєв та інші. Дослідники також зосереджують увагу на визначенні результативних форм навчальної роботи, що можуть підвищити зацікавленість школярів фізичною культурою (В.К. Бальсевич, М.Я. Віленський, Л.В. Волков, М.П. Козленко та ін.). Сучасні технології фізичного виховання молодших школярів потребують подальшого розвитку, оновлення методичних підходів та формування поглиблених теоретичних узагальнень на підставі результатів експериментальної роботи.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та розробити методичні засади особистісно-розвивальної технології фізичного виховання молодших школярів, визначити умови її ефективного впровадження в освітньо-виховний процес початкової школи.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати сучасні науково-теоретичні підходи до проблеми особистісно-орієнтованого та розвивального фізичного виховання молодших школярів, визначити сутність, структурні компоненти та педагогічні умови функціонування технології фізичного виховання з акцентом на розвиток особистості.

2. Розробити методичний підхід до впровадження особистісно-розвивальної технології фізичного виховання в початковій школі.

3. Обґрунтувати систему педагогічних прийомів та методів, що сприяють реалізації особистісно-розвивального потенціалу фізичного виховання, експериментально перевірити ефективність запропонованої методичної моделі у практиці фізичного виховання молодших школярів.

Об'єкт дослідження – процес фізичного виховання молодших школярів у закладах загальної середньої освіти.

Предмет дослідження становлять теоретико-методичні засади проєктування та реалізації технології фізичного виховання молодших школярів, спрямованої на їхній особистісний розвиток.

Теоретичне значення дослідження. Результати дослідження поглиблюють наукові уявлення про: методичні основи реалізації особистісно орієнтованого підходу у фізичному вихованні; механізми впливу фізкультурно-оздоровчої діяльності на розвиток особистісних якостей дитини; педагогічні умови забезпечення гармонійного поєднання освітніх, виховних і оздоровчих завдань у процесі фізичного виховання молодших школярів. Отримані положення можуть слугувати теоретичною базою для подальших досліджень у галузі педагогіки фізичної культури, вікової фізіології та освітніх технологій.

Практичне значення дослідження. Розроблену особистісно-розвивальну технологію може бути використано у практиці роботи вчителів фізичної культури початкової школи, тренерів дитячо-юнацьких спортивних шкіл, вихователів груп продовженого дня. Матеріали дослідження можуть бути впроваджені у навчальні програми педагогічних ЗВО, курси підвищення кваліфікації вчителів, а також у факультативні та гурткові заняття**.** Створено методичні рекомендації щодо формування особистісної активності, саморегуляції та мотивації молодших школярів до систематичних занять фізичною культурою.

Роботу викладено на 60 сторінках, з яких 56 основного тексту, вона містить вона містить 4 таблиці, 5 рисунків. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних літературних джерел.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ДО ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТІСНО-РОЗВИВАЛЬНОЇ ТЕХНОЛОГІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ

1.1. Людиноцентризм як базова теоретична засада розробки технології фізичного виховання учнів

Попри суттєве поширення в освітньому середовищі України технологій розвивального та здоров'язбережувального спрямування, проблема особистісного розвитку учнів у процесі фізичного виховання (ФВ) і надалі недостатньо вивчена. Хоча значна кількість досліджень, спрямованих на удосконалення системи ФВ, створює передумови для формування особистісних якостей вищого рівня, проте вони не розв'язують усіх наявних проблем. Сучасна переорієнтація системи ФВ на людиноцентричні засади зумовлює необхідність критичного переосмислення її сутності та функціональної ролі у ширшому контексті соціальних відносин. У зв'язку з цим завдання розробки інноваційних технологій полягає не лише у підвищенні ефективності окремих складових, а передусім в оптимізації системи фізичного виховання загалом.

На цьому етапі вирішальним виступає молодший шкільний вік, оскільки у цей час вибудовується фундамент цілісного особистісного ядра, що репрезентує різноманітні смисли людського буття в культурному просторі. Реалізація цілісного підходу до розвитку особистості вимагає осмислення навчально-виховного процесу з фізичного виховання на новому теоретичному рівні — як з позицій його ключових параметрів, так і з огляду на ступінь реалізації у межах класно-урочної системи.

Сучасна Україна нині перебуває в умовах глибоких соціальних трансформацій, що знаходять своє відображення у модернізації освітньої системи та виховного процесу. Переоцінка духовних цінностей, життєвих орієнтирів і світоглядних пріоритетів накладає вагомий відбиток на реформаторські процеси в державі.

Попри реформаторські тенденції, система освіти все ще залишається обмеженою впливом традиційних стереотипів, застарілих уявлень і канонів, що дісталися у спадок із минулого. Нерідко бракує не лише інноваційних підходів, а й належної мотивації та готовності до справжніх змін, зокрема до переорієнтації на людиноцентричні принципи.

Стратегічний вектор розвитку держави спрямований на заміну авторитарних підходів принципами рівноправності, що розглядаються у контексті творчого становлення особистості та її активної самореалізації в соціумі. Реалізація цього напряму відбувається насамперед у закладах освіти завдяки впровадженню особистісно-розвивальних технологій.

Сучасна наукова парадигма трактує освіту як процес і водночас результат соціалізації особистості, що має педагогічно організований та цілеспрямований характер. Така соціалізація відбувається не стихійно, а планомірно, з урахуванням потреб, інтересів і потенціалу самої людини, а також запитів суспільства [18; 21].

Одним із ключових здобутків сучасної педагогічної науки є усвідомлення того, що освіта не формує особистість у прямий спосіб, а виступає засобом створення сприятливих умов для її розвитку. Вона надає здобувачу можливість через власну активність розвивати здібності, формувати вміння та вдосконалювати навички [20–22, 24]. У ході освітньої взаємодії психіка людини поступово набуває ролі провідного механізму, який забезпечує управління процесами розвитку й самотворення особистості. Така динаміка пояснюється неповторністю людської природи, що виявляється у наступних аспектах:

– Людина постає як саморозвивальна система, здатна до особистісного зростання завдяки осмисленню зовнішніх впливів та подоланню внутрішніх суперечностей [20–24, 26];

– Людина є відкритою системою, адже зовнішні умови, процеси соціалізації та виховання сприяють самоорганізації її внутрішніх потенцій [20–22, 27–29];

– Людину трактують як біопсихосоціальну істоту, розвиток якої визначається спадковістю, генетичними особливостями та впливом середовища [20, 21, 24, 28–31].

Прийнята в Україні у 2002 році «Національна доктрина розвитку освіти в XXI столітті» визначає нову парадигму освіти, орієнтовану на розвиток інтелектуального потенціалу, культури, гуманізації та соціальної відповідальності. Це зумовлено тим, що сучасна наука перебуває на постнеокласичному етапі розвитку, який базується на еволюційно-синергетичному баченні світу та в освіті знаходить відображення у становленні людиноцентричного підходу до учня. На думку В. Г. Кременя, особистісна орієнтація в освіті є процесом, що віддзеркалює лібералізацію суспільного життя, а людство водночас входить у нову педагогічну цивілізацію – «креативно-педагогічну» [21, с. 12].

Людиноцентризм в освіті органічно пов'язаний із гуманістичною традицією педагогічної думки, витоки якої сягають надбань світової культури та філософії. Ідеї виховання гармонійної особистості простежуються у працях Сократа, Платона, Аристотеля, Томаса Мора, Еразма Роттердамського, а також у педагогічних концепціях Я. А. Коменського, Ж.-Ж. Руссо, Й. Г. Песталоцці, К. Д. Ушинського, П. Ф. Лесгафта. Надалі їх розвивали гуманісти XX століття – А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл, які заклали основи особистісно-орієнтованого підходу в освіті.

Сучасне повернення освітньої парадигми до фокусування на особистості пояснюється, з одного боку, кризою технократичної моделі розвитку цивілізації, а з іншого – посиленням потреби у вихованні самостійної, креативної та соціально відповідальної людини.

До ключових **передумов активізації процесів особистісної орієнтації в навчанні** належать:

•**Соціальні чинники** – гуманізація суспільного простору, що виявляється у визнанні безумовної цінності кожної людини та необхідності забезпечення її права на самореалізацію [20, 21, 26, 29, 33];

•**Теоретичні чинники** – сучасні міждисциплінарні наукові дослідження (психології, педагогіки, соціології, філософії), які спрямовані на з'ясування механізмів розвитку, навчання та виховання особистості (Б. Г. Ананьєв, Л. С. Виготський, О. М. Леонтьєв, С. Л. Рубінштейн та ін.) [10, 34];

•**Практичні чинники** – педагогічний досвід новаторів та представників особистісно-гуманної педагогіки: Ш. О. Амонашвілі, В. Ф. Шаталова, І. П. Волкова, В. А. Сухомлинського, які створили ефективні моделі навчально-виховного процесу, орієнтованого на розвиток кожної дитини.

Таким чином, людиноцентризм постає не лише як теоретична концепція, а й як практичний орієнтир, що визначає сучасний вектор розвитку освіти.

У контексті людиноцентризму та демократизації сучасної освіти актуалізується необхідність переосмислення індивідуально-особистісного підходу, що передбачає [22, с. 19]:

- відмова від орієнтації виключно на усереднений образ школяра;
- розпізнавання та розвиток визначальних якостей особистості здобувача освіти;
- здійснення психолого-педагогічного аналізу та «сканування» індивідуальних проявів учня;
- формування та корекцію унікальних програм особистісного розвитку;
- врахування особливостей життєдіяльності школяра у процесі навчання й виховання;
- розробку особистісно зорієнтованих освітніх технологій, спрямованих на розвиток і виховання.

Фізична культура як окрема освітня галузь у сучасному суспільстві постає вагомим соціальним явищем, своєрідним феноменом, сутність якого охоплює систему знань, рухових умінь і навичок, специфіку світогляду та рівень фізичної підготовленості [5–9]. У центрі цього феномену знаходиться людина, зорієнтована на досягнення фізичного благополуччя, що є неможливим без гармонійної взаємодії всіх структур її особистості. Фізичне (тілесне) благополуччя, поряд із соціальним та психічним, становить невід'ємну

складову поняття «здоров'я людини» [8, 9]. Взаємозв'язок біологічних і соціальних компонентів особистості можна узагальнити тезою: «шлях до біологічної досконалості пролягає через самовдосконалення соціальної та психічної сфер» [17, с. 12]. Подібне розуміння фізичної культури ґрунтується на концепції людини як біосоціальної істоти, соматичний розвиток якої відбувається під впливом фізичних чинників у тісному зв'язку з закономірностями психічного розвитку та особливостями соціального середовища.

Незважаючи на гуманітарну основу, що властива фізичному вихованню, дискусії щодо його мети у шкільній системі тривають протягом багатьох десятиліть. Водночас історичні джерела підтверджують, що ідея всебічного, гармонійного розвитку молодого покоління за допомогою фізичного виховання («у здоровому тілі — здоровий дух») завжди була актуальною. Проте в Україні протягом тривалого часу фізичну культуру розглядали здебільшого через призму її утилітарного значення. Основним системоутворюючим фактором, тобто метою ФВ, вважалося навчання руховим умінням та забезпечення нормативного фізичного розвитку. Саме з цієї позиції визначалися специфічні суспільні функції та компоненти індивідуального розвитку школярів.

У сучасних наукових дослідженнях простежується чітке розмежування між поняттями мети фізичного виховання та завдань шкільної дисципліни «Фізична культура» (у початковій школі — «Основи здоров'я і фізична культура»). Поряд із цим порівнюються й терміни «фізична культура» та «фізичне виховання». Так, М. П. Козленко, Е. С. Вільчковський та С. Ф. Цвег трактують фізичну культуру як процес фізичного вдосконалення. Інші науковці [12] визначають її як соціальний чинник, що впливає на перебіг фізичного розвитку і водночас є результатом діяльності особистості. У науковому середовищі також існує підхід, згідно з яким фізичне вдосконалення пов'язується із задоволенням різноманітних потреб людини, реалізація яких можлива лише за наявності високого ступеня моральної свідомості та відповідної поведінки (М. М. Боген [12]). Саме здоров'я й оптимальний фізичний розвиток

забезпечують школяру цілісну орієнтацію в життєдіяльності та створюють підґрунтя для гармонійного особистісного становлення.

У сучасній теорії фізичної культури дедалі виразніше простежується тенденція до застосування філософсько-культурологічного підходу в аналізі цього феномену. Сутність такого підходу полягає у зміщенні акцентів з виключно фізичної підготовки на культурологізацію та інтелектуалізацію процесу фізичного виховання, що сприяє формуванню цілісної особистості школяра. Цю ідею обґрунтовують М. Я. Віленський та співавт. [14], А. В. Віндюк [15], П. К. Дуркін та ін. [16], які підкреслюють необхідність гармонійного поєднання фізичного, духовного та інтелектуального розвитку учнів.

У цьому контексті мова йде не лише про фізичне виховання, а радше про фізкультурне виховання (В. К. Бальсевич [4]) або навіть фізкультурну освіту (М. Я. Віленський та співавт. [14]), яка передбачає оволодіння учнями не тільки руховими навичками, а й системою цінностей, знань і переконань, пов’язаних із фізичною культурою.

Дослідники наголошують на важливості зміни парадигми – від орієнтації на біологічні та функціональні аспекти фізичної підготовки до виховання через культуру, де фізична активність постає як засіб формування світоглядних орієнтирів, морально-ціннісних установок та здорового способу життя (Л. І. Лубишева, В. М. Видрін, О. С. Курамшин). Таким чином, фізична культура розглядається не лише як сукупність вправ чи тренувальних методик, а як культурний феномен, що забезпечує інтеграцію фізичного, духовного та соціального розвитку особистості.

Узагальнення різних наукових підходів до трактування сутності та цінностей фізичної культури, поданих у працях [4, 5, 9, 49–56], дає змогу виокремити кілька ключових складових цього явища:

- **Сукупність духовних і матеріальних цінностей суспільства**, що охоплює систему фізичних вправ, норми поведінки, ціннісні орієнтації, а також спеціальний інвентар і спортивні споруди;

- **Процес засвоєння зазначених цінностей**, який реалізується через цілеспрямоване педагогічне виховання;
- **Результат засвоєння**, що проявляється у досягнутому рівні здоров'я та сформованих цінностях особистості.

Застосування культурологічного підходу дає можливість розглядати фізичну культуру як невід'ємний компонент загальнолюдської культури, що виконує функцію задоволення як індивідуальних, так і суспільних потреб у сфері фізичного самовдосконалення. Цей процес охоплює гармонійний розвиток біологічних, психічних та соціальних аспектів особистості, формуючи підґрунтя для її цілісного становлення.

Специфіка мети фізичної культури визначається сферою її функціонування та відображається у різноманітних формах. Традиційно в науковій літературі виокремлюють базову, прикладну та побутову форми фізичної культури (В. К. Бальсевич, Л. І. Лубишева). У межах загальної середньої освіти фізична культура школярів виступає навчально-прикладною формою, мета якої — підготувати учнів до активної, продуктивної життєдіяльності, виховати ціннісне ставлення до здоров'я та сформувати усвідомлену потребу у фізичному розвитку.

Слід зауважити, що визначення мети та форм фізкультурної освіти залишається предметом наукових дискусій, тісно пов'язаних із багатозначністю самого поняття «фізична культура». Одні дослідники акцентують на її біологічних і функціональних аспектах, інші – на соціально-культурному змісті, трактуючи фізичну культуру як засіб інтеграції знань, цінностей та практичної діяльності (М. Я. Віленський, О. С. Курамшин, П. Ф. Лесгафт). У такому контексті фізична культура школярів розглядається не лише як навчальна дисципліна, а як багатовимірний соціокультурний феномен, спрямований на виховання гармонійної, духовно та фізично розвиненої особистості.

Деякі дослідники [5] трактують фізкультурну освіту як процес засвоєння цінностей фізичної культури, тоді як Б. М. Шиян розглядає її як оновлене розуміння сутності шкільного предмета «Фізична культура», покликаного

забезпечувати високий рівень фізкультурної підготовки. На думку Б. М. Шияна [32, с. 82], основна мета такої освіти полягає у формуванні наукового світогляду школярів у сфері фізичної культури, засвоєнні різноманітних форм індивідуальної рухової активності та вмінні застосовувати їх для покращення й безпосереднього зміцнення духовного і фізичного здоров'я учнів.

З метою визначення власної позиції щодо концептуальних підходів до визначення понять «фізична культура» та «фізичне виховання» (їхніх форм, цілей і очікуваних результатів) на основі аналізу наукових джерел з проблем шкільної фізичної культури було підготовлено таблицю 1.1.

Таблиця 1.1

Поняття	**Форма**	**Мета**	**Результат**
Фізична культура (галузь)	Суспільне явище	Реалізація особистісних і колективних запитів на фізичне вдосконалення та духовний розвиток, що сприяє формуванню цілісної особистості, здатної до активної життєдіяльності, соціальної взаємодії та підтримання здорового способу життя.	Нові цінності і технології засвоєння
Фізичне виховання (система)	Соціально-педагогічний процес	Всебічний і гармонійний розвиток особистості	Формування світогляду
Фізкультурна освіта (процес)	Навчально-педагогічний процес	Формування фізичної культури особистості	Засвоєння цінностей фізичної культури

Ми підтримуємо тлумачення основних понять галузі «фізична культура», представлене Б.М. Шияном. Згідно з ним, метою фізичної культури як навчального предмета в школі має бути формування фізичної культури особистості. Метою процесу фізичного виховання, що охоплює як навчальні, так і позанавчальні форми фізкультурної освіти, є забезпечення всебічного та гармонійного розвитку особистості.

Таким чином, фізичне виховання можна розглядати як соціалізований педагогічний процес, спрямований на гармонійний і всебічний розвиток особистості та формування її фізичної культури. Враховуючи суспільне значення освіти, систему фізичного виховання доцільно тлумачити як педагогічно організований процес засвоєння учнями цінностей фізичної культури. Отже, саме ці цінності виступають ключовим чинником, що визначає зміст і спрямованість освітнього процесу у школі.

РОЗДІЛ 2
МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Методи дослідження

Спрямованість роботи одночасно на теоретичне осмислення та практичне вирішення проблем визначила методологічний арсенал дослідження, до якого входять такі методи:

– *теоретичні*

Аналіз та узагальнення науково-методичної літератури. Опрацьовано сучасні педагогічні, психологічні та медико-біологічні джерела, що висвітлюють проблематику особистісно-розвивальних технологій у фізичному вихованні молодших школярів.

Особлива увага приділялася працям, у яких розглядаються інноваційні підходи, педагогічні умови та фактори, що сприяють формуванню позитивної мотивації до занять фізичними вправами.

Порівняння та класифікація підходів. Здійснено зіставлення вітчизняних та зарубіжних моделей фізичного виховання, виділено їх сильні та слабкі сторони, а також визначено можливості адаптації ефективних практик у вітчизняній системі освіти.

Систематизація та узагальнення даних. Опрацьований матеріал дозволив визначити сутність та структуру особистісно-розвивальної технології фізичного виховання, а також виокремити критерії та показники її результативності.

Розробка моделі технології та визначення умов її реалізації;

– *емпіричні методи*, такі як спостереження, бесіда, опитування та анкетування, дали змогу визначити показники фізичного здоров’я учнів (зокрема, кількість пропущених через хвороби днів та тривалість одного захворювання) і водночас оцінити рівень їх задоволеності процесом фізичного виховання, а також активність у позанавчальний час. Крім того, ці методи дозволили виявити мотиваційні чинники, що впливають на залученість учнів до

фізкультурної діяльності, та окреслити напрями подальшого вдосконалення навчально-виховного процесу.

Для реалізації цього підходу розроблено анкету з такими питаннями:

Анкета

Клас_____, учень _____

Питання	Так	Ні	Інколи
Чи цікаві Вам заняття з фізичної культури?			
Чи практикуєте Ви ранкову фізичну зарядку			
Чи приносить Вам задоволення участь у фізкультхвилинках			
Чи займаєтеся фізичною активністю або спортом			

2.2. Організація дослідження

Основна робота здійснювалася у 2024-2025 рр. на базі ЗЗСО Новоселицького Ліцей №1, Чернівецького району Чернівецької області. У рамках дослідження брали участь учні 1–4 класів (усього 240 осіб), учитель фізичного виховання та класні керівники.

Відповідно до визначеної мети та завдань дослідження було визначено три етапи проведення:

– *перший етап* (листопад 2024 – січень 2025 р.) включав аналіз наукових джерел з теоретичних засад створення особистісно-розвивальних технологій фізичного виховання учнів, визначення їх сутності та структури. Підготовлено матеріал першого розділу роботи.

– *другий етап* (лютий – березень 2025 р.) передбачав розробку моделі особистісно-розвивальної технології фізичного виховання молодших школярів і визначення ключових умов її реалізації. На цьому етапі також проведено анкетування учнів 1–4 класів щодо їхнього здоров’я та задоволеності заняттями фізкультурою, а план педагогічного експерименту узгоджено з учителем фізичної культури та класними керівниками.

– *третій етап* (квітень – вересень 2025 р.) передбачав проведення педагогічного експерименту щодо реалізації розробленої моделі фізичного виховання молодших учнів. Проведено підсумкове анкетування учнів і отримано матеріали дослідження. Одночасно підготовлено текст роботи для погодження з керівником.

РОЗДІЛ 3. ОСОБИСТІСНО-РОЗВИВАЮЧА ТЕХНОЛОГІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

3.1. Модель особистісно-розвиваючої технології фізичного виховання молодших школярів

Проаналізувавши літературу з питань фізичного виховання молодших школярів, у дослідженні ми акцентували увагу на низці модельних положень, які демонструють сутність особистісного розвитку учня.

Мета та завдання. Концептуально встановлено, що головна мета системи фізичного виховання та роботи вчителя полягає у всебічному й гармонійному розвитку школяра та формуванні його фізичної культури як складової загальної культури особистості. Для учня ж основною метою фізичного виховання є самореалізація та розвиток власних фізичних, психічних і моральних здібностей.

Водночас суспільно-державна мета фізичного виховання розуміється як сукупність вимог, інтересів і потреб держави та суспільства щодо рівня підготовки школярів у сфері фізичної культури на конкретному етапі соціально-економічного та політичного розвитку. Ця мета реалізується через конкретні завдання та результати фізичного виховання.

Гуманістичне оновлення освіти, як ми його інтерпретуємо, передбачає цілепокладання з урахуванням трьох основних джерел: суспільства, учителя та учня. Їхня роль і значущість у різні періоди шкільного навчання змінюється. Загалом процес розвитку школяра можна охарактеризувати як поступове сходження від домінування загальносоціальної установки «роби те, що всі» до індивідуалізованої орієнтації «роби для себе».

У цьому контексті початкова школа, на нашу думку, має на меті закласти інваріантні, базові основи фізичного виховання, що визначають загальний напрямок подальшого саморозвитку. Натомість у базовій і старшій школі учень отримує можливість більш повного, усвідомленого й багатогранного досвіду

саморозвитку, який інтегрує соціальні вимоги, педагогічний супровід і власні індивідуальні потреби та прагнення.

Завдання фізичного виховання молодших школярів полягає у створенні сприятливих умов для формування в учнів стійкого інтересу, звички та внутрішньої потреби до регулярних занять фізичними вправами. Важливо не лише залучити дітей до систематичної рухової активності, але й навчити їх складати та реалізовувати індивідуальні програми власного фізичного вдосконалення.

З позиції даного підходу, навчання руховим умінням і навичкам та розвиток фізичних здібностей, що традиційно були пріоритетними в початковій школі, не повинні розглядатися як основна мета предмета «Фізична культура». Значно вагомішим є не саме оволодіння руховими діями, а здатність учня до самостійного їх опанування та використання як інструментів особистісних змін відповідно до динамічних умов зовнішнього середовища, власних потреб, життєвих цілей і планів. Це передбачає орієнтацію школяра на самозміну та саморозвиток.

Відтак завдання вчителя полягає у використанні всіх можливостей фізичного виховання — методів, форм і засобів — для того, щоб спрямувати діяльність учнів таким чином, аби соціально значущі цілі поступово трансформувалися у їхні особисті цінності та внутрішні мотиваційні орієнтири. Такий підхід забезпечує поєднання суспільних вимог із індивідуальними потребами учня, сприяючи гармонійному розвитку особистості та формуванню свідомого ставлення до фізичної культури.

Організація педагогічного процесу, спрямованого на актуалізацію особистісних функцій учня, зумовлює постановку нових завдань шкільного предмета «Фізична культура». Серед них – створення умов для пізнання школярами власних індивідуальних особливостей, здібностей і можливостей; формування умінь і навичок самовдосконалення; організація процесу засвоєння та практичного застосування цінностей фізичної культури як важливих орієнтирів у житті.

Необхідною передумовою саморозвитку особистості, зокрема у сфері збереження та зміцнення здоров'я, є сформована здатність учнів до адекватного самооцінювання, яке реалізується через механізми рефлексії власної діяльності. Саме завдяки розвитку рефлексивних умінь у школяра поступово формується цілісне уявлення про себе як про особистість, здатну до саморозвитку. Це стосується і сфери фізичного розвитку та здоров'я, де рефлексія стає ключовим фактором усвідомленого ставлення до власного тіла, фізичних можливостей і способів їх удосконалення.

Таким чином, фізичне виховання в початковій школі має бути не лише засобом засвоєння рухових дій, але й інструментом формування у дітей рефлексивної культури, що забезпечує цілісний розвиток особистості й виховання відповідального ставлення до власного здоров'я та життєдіяльності.

Зміст предмета **«Фізична культура»** в початковій школі традиційно орієнтований на організацію рухової активності учнів із загальнорозвивальною та здоров'язберігаючою спрямованістю. Така діяльність забезпечує формування комплексу знань, умінь, навичок, звичок і психофізичних якостей, необхідних для виконання соціально значущих функцій, що визначаються ціннісними орієнтирами сучасного суспільства. Водночас, ключовою складовою змісту фізичного виховання має бути не лише збереження та зміцнення здоров'я, а й цілеспрямоване формування у молодших школярів власних рухових дій, розвиток механізмів їх регуляції, що виступає основою для подальшого фізичного самовдосконалення.

Такий підхід передбачає побудову фізичного виховання за двома напрямами: «від моделі до предмета» та «від предмета до моделі». Лише за умови, коли освітній процес переходить від суто технологічного засвоєння рухових дій та розуміння їх кожним учнем до усвідомлення смислової основи, можливо створити цілісну систему фізкультурної освіти. Ця система передбачає, що учень будує власну індивідуальну оздоровчу програму, інтегруючи рухову активність у власне самовдосконалення та підтримання здоров'я.

У результаті зміст фізичного виховання перестає бути відчуженим щодо особистості школяра, а включає діяльність, спрямовану на розвиток через самоорганізацію, саморегуляцію та самовдосконалення. Такий підхід формує в учня свідоме ставлення до власного фізичного розвитку, роблячи навчальний процес більш особистісно зорієнтованим і значущим.

Організаційна діяльність розглядається як функція вчителя, спрямована на створення оптимальних умов для протікання процесу фізичного виховання. Вона реалізується через систему організаційних структур і технологій педагогічного процесу. Технологічні основи, у свою чергу, забезпечують досягнення мети навчання, трансформуючи зміст фізичної культури в напрям самокерованого розвитку учня. Це відбувається через впровадження синергетичних орієнтирів, поєднання загальних і індивідуальних стимулів, а також створення мотивуючих педагогічних умов.

Такі технологічні підходи визначають стратегічні напрямки розвитку навчального процесу (біфуркації) у культурологічному контексті самоорганізованого навчання фізичної культури. Вони також дозволяють формувати «педагогічні атрактори» та нелінійне освітнє середовище, за умови що взаємодія між учителем і учнем буде суб’єктно орієнтованою, спрямованою на реалізацію феномену «бути особистістю». У результаті організаційна діяльність учителя не лише забезпечує технологічну основу навчання, а й стимулює розвиток особистісної автономії, саморегуляції та активної участі учня у власному фізичному і духовному розвитку.

За визначенням О. Я. Савченка, технологія є моделлю або алгоритмом реалізації педагогічної концепції, при цьому в умовах суб’єкт–суб’єктного навчання та виховання її зміст має «орієнтувати вчителя на спільний із учнем пошук особистісного смислу та цінностей навчально-виховного процесу» [27, с. 271].

Виходячи з мети нашого дослідження та специфіки навчання фізичної культури, ми виділили два рівні принципів:

- **Загальні принципи фізичного виховання**, що регулюють стратегічні взаємини вчителя та учнів у процесі їхньої спільної діяльності;
- **Специфічні принципи**, які забезпечують створення безпосередніх умов для самоорганізованого навчання та виховання в системі фізкультурної діяльності.

Таке розмежування дозволяє не лише систематизувати педагогічну роботу вчителя, а й сприяти формуванню в учнів здатності до самостійного освоєння фізичних умінь, розвитку саморегуляції та усвідомленого ставлення до власного фізичного й особистісного розвитку.

Основні принципи фізичного виховання передбачають: природо- та культуровідповідність, гуманістичний підхід, активну особистісну діяльність, суб'єктивний контроль і інтеграцію особистості у значущу для неї діяльність. Окремі, або особистісні принципи включають: принципи самовдосконалення, самореалізації через творчість, самоповаги, а також врахування індивідуальних особливостей поведінки, психічних звичок, характеру, нервової системи, віку та статі. Не викликає сумнівів, що ці принципи відіграють провідну роль у системі фізичного виховання, формуючи основу для розвитку особистості та забезпечуючи ефективність процесу навчання і виховання.

У межах педагогічної синергетики *орієнтуючі умови* трактуються як особлива категорія виховного процесу. Вони постають не просто як зовнішні чинники, а як спеціально організоване освітньо-виховне середовище, яке гармонійно узгоджується з ціннісним потенціалом і внутрішніми структурами свідомості учня. Такі умови виконують роль підтримувального фону, необхідного для процесів самоорганізації особистості, створюючи простір для вільного розвитку та саморозкриття. Важливо підкреслити, що орієнтуючі умови відрізняються від традиційних педагогічних методів тим, що вони не нав'язують готових рішень, а стимулюють учня до самостійного пошуку, ініціативи та внутрішньої активності.

Суть «умов» полягає у створенні середовища, яке поєднує різноманітні можливості фізичного виховання. Серед них — можливості оцінювання,

формування різних типів взаємин (критичності, мотивації, самоствердження, самоактуалізації тощо). Педагогічна робота з орієнтуючими умовами сприяє розвитку свідомої діяльності учня, дозволяє перейти від механічного відтворення «чужого» до створення власного, індивідуально осмисленого способу дій [110].

Таким чином, орієнтуючі умови виступають ключовим елементом забезпечення ефективного процесу саморозвитку і самореалізації учнів у сфері фізичного виховання.

Основні ціннісно-цільові умови (постановка загальних і конкретних цілей уроку) включають: індивідуальний підхід до фізичного виховання та пріоритет культури здоров'я з валеологічною спрямованістю. Для їх реалізації на уроці слід створити такі умови:

1. **Планування діяльності учнем.** Учень повинен планувати власну діяльність відповідно до поставлених ним цілей. Для успішної організації уроку необхідно враховувати як навчальні цілі, так і методи їх досягнення. Лише постановка особистісних цілей учнем забезпечує його активну участь у процесі; без цього етапу фізичні вправи та навантаження втрачають свій сенс.

2. **Виділення особистісно значимих проблем.** Учень формулює цілі своєї діяльності через визначення особистісно значимих проблем, пов'язаних із власним фізичним розвитком та станом здоров'я у рамках теми уроку. Педагогічним інструментом у цьому процесі є створення умов для самооцінки стану здоров'я та фізичного розвитку учнями.

3. **Комплексна оцінка стану організму.** Найбільшу цінність має інтегральна оцінка фізичного стану, що поєднує суб'єктивні (власне відчуття благополуччя чи неблагополуччя) та об'єктивні показники (інструментальні, лабораторні тощо). Суб'єктивна оцінка передбачає регулярне спостереження та ведення простого обліку, наприклад у «Паспорті здоров'я». Об'єктивна оцінка визначається результатами контрольних тестів, фізичного розвитку та рівня фізичної підготовленості.

4. **Планування та корекція діяльності.** Порівнюючи суб'єктивні та об'єктивні оцінки, учень визначає цілі своєї діяльності, планує її, виокремлює важливу для себе проблему, шукає шляхи її вирішення, здійснює самоконтроль, рефлексію та самооцінку, і при необхідності коригує цілі та засоби їх досягнення. Така діяльність сприяє розвитку здатності учня приймати рішення та нести відповідальність за власні дії.

5. **Система контролю та документації.** Для виконання поставлених завдань слід організувати систему контролю і самооцінки, що включає оформлення документації (паспорт здоров'я, таблиці успішності, рівні фізичного розвитку і фізичної підготовленості). Для підвищення ефективності можна застосовувати комп'ютерний супровід навчального процесу.

Ціннісно-смислові умови сприяють формуванню у школяра внутрішніх мотивів та усвідомленого ставлення до навчальної чи виховної діяльності. Вони охоплюють ефективні стратегії виховання, організацію ситуацій вибору, залучення до використання різноманітних джерел підтримки та допомоги, що стимулює самостійний пошук оптимальних рішень, розвиток критичного мислення й формування відповідальності за власні дії та результати.

Ціннісно-емоційні умови, у свою чергу, забезпечують глибоке емоційне залучення учня в освітній процес, формують позитивне сприйняття специфічних педагогічних дій, спрямованих на створення особистісно орієнтованих ситуацій навчання та виховання. До таких умов належать: активізація мотивації до діяльності, підтримка процесів прийняття рішень та підвищення їхньої особистої значущості для дитини, формування позитивного емоційного клімату та «потепління» міжособистісних стосунків у колективі. Важливо, що ці умови сприяють не лише емоційній насиченості навчання, а й розвитку емпатії, довіри та партнерських взаємин між учнем і педагогом.

Формування у молодших школярів мотиваційно-ціннісного ставлення до власного здоров'я, яке базується на усвідомленні принципів здорового способу життя, реалізується переважно через створення ціннісно-смислових умов навчання та виховання. Одночасно розвиток вольових якостей, психічного та

фізичного здоров’я учнів відбувається завдяки формуванню та підтримці ціннісно-емоційних умов, що сприяють емоційному залученню, підвищенню внутрішньої мотивації та активній участі в фізкультурній діяльності. Крім того, важливим аспектом є інтеграція цих умов у повсякденне шкільне середовище, що дозволяє поєднати навчальні, ігрові та позакласні форми фізичного виховання, забезпечуючи комплексний вплив на особистісний розвиток учня.

Вищенаведене дає підстави визначити організаційні етапи процесу фізичного виховання як цілісний алгоритм особистісно орієнтованої взаємодії вчителя та учнів, що включає наступні складові:

1. **Діагностичний етап** – виявлення та фіксація ознак проблемності у навчанні чи фізичному розвитку учня. На даному етапі основна мета полягає у створенні сприятливих умов для того, щоб учень усвідомив сутність проблеми, визначив ціннісні протиріччя та сформував власні смисли. Цей етап реалізується на основі інформаційної бази даних, яка включає результати тестувань, медичних оглядів, індивідуальної динаміки розвитку особистості за п’ятьма критеріальними моделями, дані «Паспорту здоров’я». Учитель мотивує діяльність учня, формує позитивну настанову, орієнтує його щодо місця заняття у курсі та розвитку конкретних якостей, співвідносить особистий досвід школяра з навчальною діяльністю.

2. **Пошуковий етап** – спільне з учнем виявлення причин виникнення труднощів. Мета – забезпечити підтримку та сприяти усвідомленню учнем відповідальності за розв’язання конкретних завдань, використовуючи дані діагностичного етапу. Прийоми реалізації: актуалізація знань; проблематизація; створення інтриги; ігрові ситуації; розвиток пізнавального інтересу.

3. **Договірний етап** – це процес спільного проектування та узгодження дій між учителем і учнем, що передбачає розподіл функцій, визначення відповідальності й окреслення спільних цілей у розв’язанні конкретної проблеми. Основним завданням цього етапу є активне залучення учнів до розробки плану роботи, його детального обговорення та коригування. Такий підхід не лише забезпечує їхню готовність до виконання

запрограмованої діяльності, а й формує почуття співучасті, партнерства та відповідальності за досягнення результату, що сприяє розвитку навичок самостійності, комунікації та колективної взаємодії.

4. **Діяльнісний етап** – надання можливості модифікувати навчальну діяльність, обирати конкретні способи виконання завдань, засоби засвоєння нового матеріалу та формування практичних умінь і навичок. Мета – забезпечення успішного виконання діяльності через підтримку учителем учня, включаючи морально-психологічну підтримку, захист інтересів і прав.

5. **Рефлексивний етап** передбачає спільне осмислення учнем і вчителем досягнень, труднощів і проблемних ситуацій, а також пошук можливих шляхів їх подолання та формування ефективних стратегій самовираження учня. Мета цього етапу полягає у колективному оцінюванні результатів діяльності, усвідомленні досягнення поставлених цілей, стимулюванні внутрішньої мотивації та формуванні ціннісного ставлення до фізкультурної активності. Крім того, він сприяє активізації механізмів самоконтролю, взаємоконтролю, самоаналізу й взаємоаналізу, розвитку здатності учня рефлексивно оцінювати власну діяльність, визначати напрями вдосконалення та ефективно інтегрувати отриманий досвід у подальшу фізкультурну практику.

Форми організації процесу фізичного виховання молодших школярів мають бути спрямовані на забезпечення учням широких можливостей для вибору рівня засвоєння навчальної програми, змісту занять, способів їх проведення, методів оцінювання та організації власної навчальної діяльності. Такий підхід сприяє розвитку автономності дитини, формуванню внутрішньої мотивації та усвідомленню цінності щоденних самостійних фізичних вправ як важливого елемента здорового способу життя.

Організація навчального процесу в цьому контексті передбачає варіативність: поєднання групових і індивідуальних форм роботи, проведення занять як у межах навчального дня, так і в позаурочний час чи у вихідні дні. Це дозволяє не лише урізноманітнити педагогічні впливи, але й враховувати

індивідуальні потреби, інтереси та фізичні можливості кожної дитини. Важливо, щоб такі форми були інтегровані у цілісну систему виховання, де фізична активність поєднується з розвитком пізнавальної, емоційної та соціальної сфер особистості.

Очікувані результати процесу ФВ включають:

- активне залучення та використання сформованих переконань і ціннісних компонентів особистості щодо важливості регулярних занять спортом;
- досягнення успіхів у навчальній діяльності з дисципліни «Фізична культура»;
- розвиток навичок прийняття ефективних рішень і зменшення ймовірності виникнення стресу;
- формування позитивного ставлення до змін у собі та власного розвитку;
- опанування елементами **саногенного мислення**, спрямованого на зміцнення здоров’я та самопочуття.

Вважаємо доцільним наочно продемонструвати розроблену **модель інноваційної технології фізичного виховання молодшого школяра** (рис. 3.1), яка ілюструє взаємозв’язок між організаційними етапами, різними формами діяльності та очікуваними результатами. Модель також відображає логіку впровадження технології, послідовність дій учителя й учня, взаємодію мотиваційно-ціннісних, смислових та емоційно-ціннісних умов, а також механізми контролю, самоконтролю й рефлексії, що забезпечують формування всебічно розвиненої особистості школяра та активізацію його фізичної, психічної та соціальної компетентності.

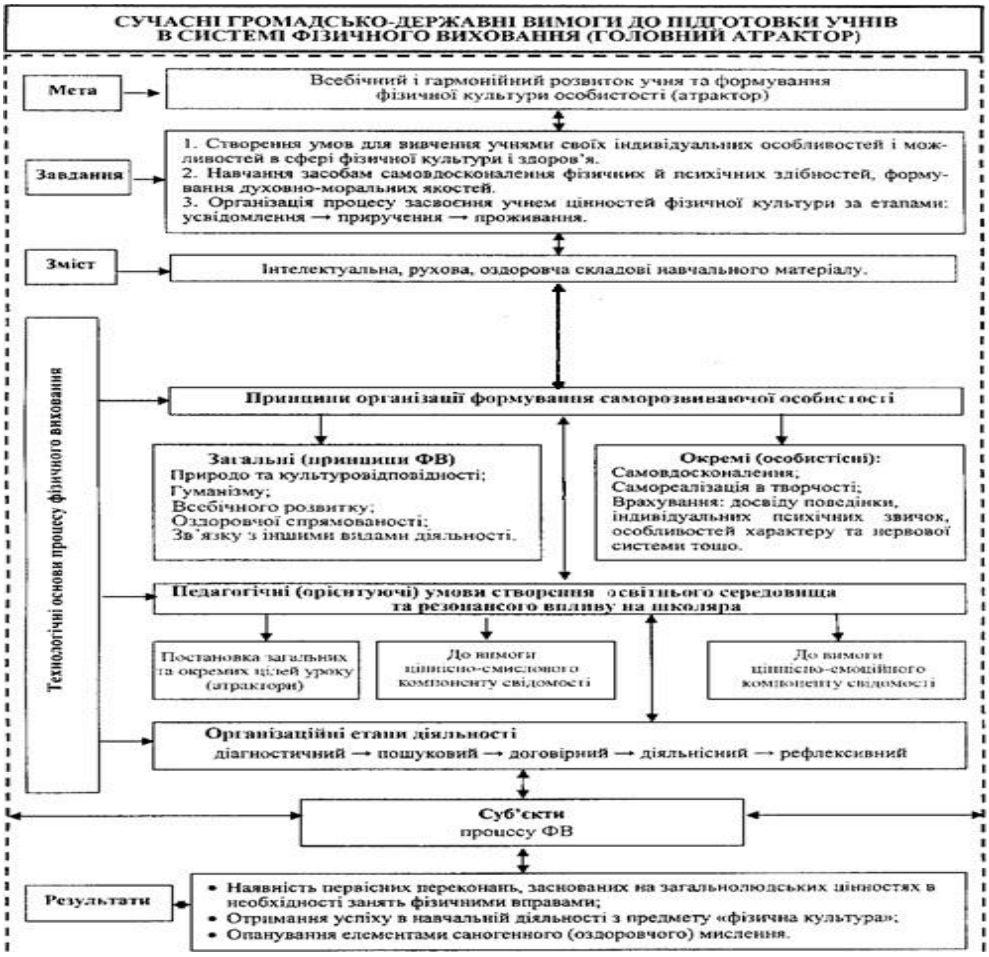


Рис. 2.1. Структурна схема особистісно орієнтованої технології фізичного виховання молодших школярів

Слід підкреслити, що **технологія навчання** не є статичною схемою, у яку «втискується» живий педагогічний процес. Вона є результатом **ретельно продуманої та творчої діяльності вчителя**, спрямованої на оцінку, інтеграцію та гармонізацію численних факторів, що визначають ефективність процесу фізичного виховання. Такий підхід передбачає гнучкість у застосуванні методів, адаптацію до індивідуальних особливостей учнів та здатність оперативно реагувати на зміни у навчальному середовищі, забезпечуючи оптимальні умови для розвитку фізичних, психічних та соціальних компетентностей школярів.

3.2. Сутність, ознаки, структура особистісно-розвивальної технології фізичного виховання школярів

Розглядаючи технологічний підхід до фізичного виховання учнів початкової школи, насамперед необхідно уточнити зміст понять «педагогічна технологія» та «освітня технологія», оскільки існує значна різноманітність тлумачень цих термінів у науковій літературі.

Відомо, що слово «технологія» походить від грецьких коренів, що поєднують поняття «мистецтво» та «наука про майстерність» [101, с. 421], що підкреслює одночасно практичний і теоретичний аспекти діяльності.

Сьогодні в науковій спільноті ці терміни є предметом активних дискусій щодо їхнього змісту та застосування в освітньому процесі. Проблема значення та класифікації педагогічних і освітніх технологій детально розглянута у працях таких дослідників, як І.Ф. Прокопенко, К.О. Баханов, В.І. Бондар, І.М. Дичківська, В.І. Євдокімов, Л.В. Коваль, Г.С. Сазоненко, Г.К. Селевко та інших, які підкреслюють важливість інтеграції методологічних, організаційних і технологічних аспектів у процесі формування ефективної системи фізичного виховання.

Так, О.Я. Савченко, досліджуючи питання сучасних дискусійних термінів, зазначає, що кількість їхніх тлумачень перевищує 300 [27, с. 17]. У нашому дослідженні ми зосереджуємо увагу на більш сучасних і актуальних трактуваннях понять **«педагогічна технологія»**, **«освітня технологія»** та **«технологія навчання і виховання»** у контексті фізичного виховання, які краще відповідають сучасним вимогам освітньої практики.

Значну увагу першому з цих понять приділила С.О. Сисоєва. Вона підкреслює, що **«педагогічна технологія»** у науково-освітньому середовищі розглядається як:

- засіб, який забезпечує реалізацію конкретної освітньої, навчальної чи виховної мети;
- науково-педагогічна діяльнісна система;

- модель реалізації модернізації освітнього простору;
- новітній, високотехнологічний підхід у навчанні та вихованні.

Таким чином, сучасне трактування педагогічної технології поєднує **методологічну основу, практичні інструменти та організаційні механізми**, що дозволяють оптимізувати процес фізичного виховання та підвищити його ефективність у формуванні фізичної культури учнів.

Термін **«педагогічна технологія»** та його похідні терміни найповніше розглянуті у працях **Г.К. Селевка**, який пропонує кілька підходів до їх трактування та порівняння суміжних понять. За його спостереженнями, **«освітня технологія»** має ширший зміст, ніж «педагогічна технологія», оскільки освітній процес включає не лише педагогічні аспекти, а й культурологічні, медичні, соціальні та інші компоненти. З іншого боку, поняття «педагогічна технологія» охоплює ключові аспекти навчання, виховання та розвитку учнів [12, с. 17], водночас передбачає системне поєднання цілей, змісту, методів, засобів та організаційних форм освітньої діяльності. Воно забезпечує прогнозовану ефективність педагогічного процесу та створює умови для цілеспрямованого формування знань, умінь, навичок і ціннісних орієнтацій учнів.

Аналіз сучасних джерел [14, 16–18] показує, що українські та зарубіжні дослідники виділяють такі ключові характеристики педагогічної технології:

- системність наукових знань щодо педагогічної технології;
- ефективність та продуктивність її застосування;
- формування алгоритмів організації навчально-виховного процесу;
- відтворюваність та можливість використання різноманітних методів і засобів навчання.

Разом із тим усі дослідники погоджуються, що педагогічна технологія реалізується або як наукова дисципліна, або як цілісна система факторів, методів і засобів, які застосовуються у практичному навчальному процесі та забезпечують досягнення конкретної освітньої мети.

Одним із проявів трансформації сучасного освітнього процесу є впровадження **інноваційних педагогічних технологій**, які передбачають якісно нові зміни як у загальному педагогічному процесі, так і в його окремих складових, що сприяє значному підвищенню його ефективності. Термін **«інновація»** походить від латинських слів *innovation* (in – «в», novas – «новий») і позначає **нововведення, зміну, запровадження чогось нового**.

У контексті технологій навчання і виховання інновація означає впровадження сучасних методів і прийомів, таких як:

- **діалогові та діагностичні підходи**, що стимулюють взаємодію між учителем і учнем;
- **активні та інтерактивні методи**, які залучають учнів до творчої та пізнавальної діяльності;
- **колективні форми роботи у малих групах** та індивідуальні (самостійні) завдання;
- **розробка особистісно орієнтованих навчальних планів і програм**, де пріоритет надається розвитку особистості.

Таким чином, впровадження інноваційних технологій дозволяє **підвищити розвивальну функцію освіти**, забезпечуючи більш гнучкий і адаптований підхід до навчання та виховання [22, с. 271; 25, с. 137].

Розглянемо паралельно поняття «технологія» та «методика», щоб уникнути хибного враження про те, що одне з них витісняє інше з наукового обігу термінів.

За спостереженнями Г.К. Селевка, ці терміни часто використовуються поруч або навіть взаємозамінно, проте між ними існує принципова різниця, оскільки кожен із них підкреслює різні акценти. Технологія навчання зазвичай розглядається як визначений процес організації освітньої діяльності, тоді як методика має змістово-цільовий характер і іноді може бути складовою частиною технології. Навпаки, певні технології можуть інтегруватися в конкретні методики навчання, створюючи взаємодоповнюючу систему [32, с. 10].

Ми поділяємо позицію українських науковців, таких як В.П. Андрущенко [22] та В.І. Бондар [16], які наголошують, що технологія не замінює методику, а існує завдяки їй. У цьому контексті методика розглядається як комплекс рекомендацій та порад щодо організації та проведення навчального процесу, або, як зауважує В.П. Андрущенко, як система діяльнісного обміну інформацією між учителем і учнем. Натомість технологія є сукупністю спеціально структурованих процедур і методів, спрямованих на модернізацію, оптимізацію та підвищення ефективності професійної діяльності педагога та освітнього процесу загалом.

Слід зазначити, що наразі не виявлено наукових досліджень, які б безпосередньо описували властивості навчальних технологій. У своєму дослідженні ми спираємося на позицію К.О. Баханова, який підкреслює, що класифікація технологій за певними ознаками залишається маловивченою, проте ключові риси технологій можна виділити з основного поняття «педагогічна технологія». Він трактує їх як зразки навчання, спрямовані на досягнення позитивного результату. На думку науковця, першою характеристикою має бути загальна спрямованість мети, а другою – основний шлях реалізації цієї мети [17, с. 245].

Ми підтримуємо таке наукове обґрунтування, визнаючи його особливо актуальним у сучасному освітньому середовищі. Тому пріоритетним у нашому дослідженні є цілеспрямоване створення умов для реалізації фізичного виховання через особистісно-розвивальний компонент, із врахуванням вимог Державного стандарту початкової школи у галузі «Здоров’я і фізична культура Ключовими напрямами реалізації цієї мети є гуманізація початкової освіти, забезпечення особистісно орієнтованого підходу та формування позитивних цінностей щодо здоров’я та фізичного розвитку учнів.

Багато емпіричних прикладів вирішення завдань особистісного розвитку учнів у системі фізичного виховання мають здебільшого експериментальний або пошуковий характер і часто не відповідають методологічним засадам педагогічних та психологічних досліджень школярів. Ефективна реалізація таких завдань

можлива лише за умови наявності цілісної концепції гуманізації освіти**,** яка виступає як система теоретичних положень, що в комплексі забезпечують глибоке та всебічне розуміння сутності цього феномену**.** Така концепція дозволяє поєднати практичні дії вчителя з науково обґрунтованими підходами до розвитку особистості, формуючи умови для системного саморозвитку учнів та гармонійного поєднання фізичного, психологічного та соціального аспектів їх становлення**.**

Гуманізація шкільної освіти у сфері фізичного виховання зумовлена потребою подолання певних проблемних протиріч, серед яких:

- Існує протиріччя між потребою створення сприятливих умов для формування та розвитку особистості учня та недостатньою здатністю шкільної освітньої системи повністю забезпечити цей процес;
- Протиріччя між обґрунтованою потребою впровадження сучасних освітніх технологій у навчально-виховний процес фізичного виховання та обмеженим використанням цих технологій на практиці;
- Існує протиріччя між потребою максимально ефективно використовувати ціннісний потенціал фізкультурно-оздоровчої діяльності та його формальним, репродуктивним відтворенням у навчально-виховному процесі, що не створює реальної особистісної значущості для учня.

Такий підхід до гуманізації освіти передбачає не лише трансформацію змісту та методів фізичного виховання, а й активне включення учня у процес самоорганізації, саморозвитку та усвідомленого вибору способів фізичної активності, що сприяє формуванню його цілісної особистості та стійких здоров’я збережувальних навичок.

Мета гуманізації фізичного виховання полягає у створенні умов для розвитку системи освіти з фізичної культури (ФК), які б враховували особистісні інтереси учнів та соціальні потреби суспільства. Це сприяє підвищенню якості освіти та посиленню гуманізуючого потенціалу фізкультурної освіти у формуванні фізичної культури особистості та розвиткові здорового способу життя (ЗСЖ).

Водночас ідеї гуманізації освіти не завжди отримують належне розуміння та ефективне практичне впровадження у навчально-виховному процесі через обмежене використання механізмів їх реалізації. Це створює перешкоди для розвитку особистісних, соціальних та моральних компетентностей учнів, обмежує формування творчої активності, самостійності та усвідомленого ставлення до навчання й здорового способу життя.

Сучасна система фізичного виховання в українських школах характеризується глибокими структурними змінами, формуванням її як цілісної концепції, що інтегрує освітні, оздоровчі та виховні функції. За словами Т.Ю. Круцевич, ідеї концепту фізичного виховання, різноманітність підходів до структури та мети ФВ у різних вікових групах учнів, ініційовані на наступні десятиліття, розвиваються на основі гуманістично-демократичних принципів та орієнтовані на реалізацію індивідуально-особистісного розвитку учня [18, с. 4].

Розглядаючи проблему гуманізації освіти з фізичної культури (ФК) у її багатогранності та багатоплановості, можна виділити такі ключові напрями:

1. Розробка та впровадження гуманістично орієнтованих технологій фізкультурно-спортивної діяльності, що передбачають:

- гуманізацію цілей, підходів, змісту, форм, методів та засобів освіти, спрямованих на розвиток особистості;
- гуманізацію міжособистісних відносин між учасниками освітнього процесу, зокрема в ланках «педагог – вихованець», «учитель – учні», «учень – учні», що забезпечує створення атмосфери взаємоповаги, співпраці та підтримки.

2. Гуманізація освітнього середовища навчального закладу, яка полягає у формуванні безпечного, доброзичливого та стимулюючого простору для фізичного, психічного та соціального розвитку учнів.

3. Гуманізація освіти через підготовку майбутніх спеціалістів, перш за все вчителів ФК, як носіїв гуманістичного світогляду та активних агентів формування ціннісно-орієнтованої освітньої діяльності.

Ці напрями взаємопов’язані та взаємозалежні, оскільки вони не є окремими аспектами гуманізації, а конкретними проявами єдиної концептуальної основи, яка опосередковано впливає на процес фізичного виховання. Основною метою цього процесу є формування гармонійно розвинутої особистості, здатної до саморозвитку, соціальної адаптації та відповідального ставлення до власного здоров’я.

Водночас ідеї гуманізації освіти часто не отримують достатнього розуміння та практичного втілення у навчально-виховному процесі через недостатнє застосування ефективних механізмів їх реалізації. Це обмежує можливості формування ціннісного ставлення учнів до навчання, розвитку їх творчих здібностей, соціальних навичок та особистісної самореалізації. Це обумовлює необхідність розробки та впровадження ефективних гуманістично орієнтованих технологій у навчально-виховну роботу з учнями, що дозволить інтегрувати гуманістичні принципи у щоденну педагогічну практику.

Гуманістично орієнтованою освітньою технологією вважається будь-яка система навчально-виховних заходів, адаптована до сучасних умов освіти, яка забезпечує ефективний режим діяльності та створює сприятливе середовище для творчої самореалізації, активного пізнання та всебічного розвитку особистості. Гуманістична спрямованість пронизує саму сутність технології, оскільки вона виступає інтегруючим зв’язком між науково-теоретичними засадами, методологією навчання та практичною діяльністю педагога, спрямованою на підтримку індивідуальних потенціалів учня, розвиток його критичного мислення, соціальної компетентності та ціннісних орієнтацій.

В аспекті гуманізації вдосконалення освітніх технологій передбачає:

- переведення навчального процесу на суб’єктивну основу, де учень стає активним учасником власного навчання;
- орієнтацію на саморозвиток і самовдосконалення особистості;
- створення умов, що забезпечують ефективність і результативність навчально-виховної діяльності;

- впровадження форм і методів, які стимулюють критичне мислення, автономність, ініціативність та відповідальність учня.

Таким чином, гуманістично орієнтована технологія не лише оптимізує педагогічний процес, а й сприяє формуванню ціннісно-орієнтованої, самодостатньої та гармонійно розвиненої особистості, здатної до свідомого управління власним навчанням і здоров'ям.

Можливість осмислення педагогічного процесу фізичного виховання як цілісної технологічної системи стає реальною завдяки аналізу навчальної діяльності з позицій системного підходу та синергетики. Саме поєднання системного та синергетичного підходів у педагогічних дослідженнях [16–19] дозволяє виділити ключові структурні компоненти процесу фізичного виховання, визначити їхню функціональну взаємозалежність, простежити динаміку інтерактивних взаємодій між учителем та учнями та оцінити вплив цих взаємодій на розвиток фізичних, психічних та соціальних якостей школярів. Такий підхід забезпечує наукове обґрунтування технологічних рішень, спрямованих на максимізацію ефективності навчально-виховного процесу та індивідуалізацію освітнього впливу.

У цьому контексті педагогічна технологія трактуються як проект або модель педагогічної системи, яка реалізується на практиці в конкретному навчальному закладі. Вона забезпечує комплексне застосування різних підходів до навчання, виховання та розвитку учнів, інтегруючи дисциплінарні знання з формуванням ключових компетентностей, соціальних навичок та ціннісного ставлення до власного розвитку. Вона не лише структурує процес навчання, а й створює умови для систематичної організації діяльності учителя і учнів, оптимізує педагогічну взаємодію та підвищує ефективність досягнення освітніх цілей [16, 32].

Для виділення ключових технологічних структур у педагогіці застосовують загальновизнані наукові критерії, які дозволяють визначити головні складові досліджуваної системи. У контексті педагогічних процесів

розрізняють такі системно-технологічні компоненти: цільовий, змістовний, діяльнісний (організаційно-управлінський) та результативний.

Цільовий компонент охоплює повний спектр цілей і завдань педагогічної діяльності – від глобальної мети всебічного розвитку особистості та її соціальної адаптації до конкретних завдань, спрямованих на формування у учня індивідуальних фізичних, психічних і соціальних якостей, компетентностей та практичних навичок. Крім того, він передбачає стимулювання внутрішньої мотивації, розвиток самостійності, відповідальності та ціннісного ставлення до фізичного вдосконалення й здорового способу життя. Він визначає орієнтири освітнього процесу, забезпечує послідовність і спрямованість навчально-виховної роботи та слугує основою для побудови ефективних методів і технологій навчання.

Змістовний компонент уявляється як система знань, умінь, навичок і цінностей, що відображає логіку та смисл досягнення поставлених цілей, інтегрує міждисциплінарні знання і дозволяє забезпечити цілісність освітнього процесу.

Діяльнісний компонент визначає взаємодію між учителем та учнями, організацію навчально-виховного процесу, співпрацю, координацію дій та оптимізацію використання педагогічних засобів.

Результативний компонент характеризує ефективність педагогічного процесу, досягнення його кінцевих цілей, рівень засвоєння знань та розвитку особистісних якостей учнів.

Ефективність будь-якої технологічної моделі додатково залежить від сукупності взаємозв’язків між її компонентами, що охоплюють інформаційні, організаційні, функціональні та причинно-наслідкові зв’язки [13].

Внутрішня діалектика педагогічного процесу проявляється у єдності та автономності складових процесів, а поєднання загального і специфічного реалізується через зміст навчальних дисциплін, що дозволяє забезпечити гармонійний розвиток особистості та системну інтеграцію знань, умінь і навичок.

Розробка теоретичних засад, осмислення та технологічне оформлення особистісно спрямованої освіти є одним із ключових напрямків сучасної початкової шкільної освіти. На сьогодні спостерігається інтенсивна робота з формування особистісно-розвивальних підходів та технологій у викладанні майже всіх шкільних предметів: теоретичні та практичні аспекти педагогічних підходів досліджують такі науковці, як У.А. Захарченко, Ю.П. Півненко, В.В. Маткін; у сфері фізичного виховання – О.П. Аксьонова, В.С. Якимович, С.В. Барбашов.

У межах дидактичних досліджень особистісно орієнтований підхід реалізується шляхом аналізу природи та умов розвитку освітніх функцій, спрямованих на особистісний розвиток, а також через визначення цільових, змістових і процесуальних характеристик навчального процесу. Проте більшість розроблених підходів до особистісного розвитку учня залишаються системними педагогічними технологіями, які не завжди повною мірою відповідають сучасним вимогам гуманістично-інноваційної освіти.

За оцінкою провідних фахівців у галузі фізичного виховання, на теренах колишніх радянських країн протягом багатьох років науково обґрунтованою та відпрацьованою технологічною моделлю є методика навчання школярів рухових дій у межах основних видів спорту, що поєднується з одночасним розвитком фізичних якостей. Цю модель умовно можна визначити як «рухово-орієнтовану технологію фізичного виховання» [8, 9, 16]. Вона демонструє, як системний підхід до освоєння рухових навичок може інтегруватися з формуванням особистісних якостей учнів, проте потребує подальшого розвитку у напрямі гуманістично-орієнтованих інноваційних моделей.

Гуманістичний аспект технології фізичного виховання школярів відображено в низці наукових досліджень [13–15, 28 та ін.], які підкреслюють значення особистісно-орієнтованого підходу в процесі фізкультурного навчання. На основі цих робіт, ряд авторів [13, 14] розробляють моделі, спрямовані на формування цілісного особистісного розвитку учня у системі фізичного виховання. Зокрема, С.В. Барбашов надає теоретичне обґрунтування

моделі розвитку молодшого школяра у сфері фізичної культури (табл. 1.2), яка ілюструє, що молодший шкільний вік, як зазначають і інші дослідники [5, 6, 31], характеризується високими темпами фізичного, психічного та когнітивного розвитку, а також підвищеною чутливістю до виховних впливів. Саме це робить даний період особливо сприятливим для впровадження гуманістично орієнтованих технологій фізичного виховання, спрямованих на формування гармонійного розвитку особистості, розвиток рухових умінь та усвідомлення цінності здорового способу життя.

Оскільки когнітивний розвиток значною мірою забезпечується розумовою діяльністю, проявленою через засоби фізичної культури, технологія особистісного розвитку молодшого школяра в системі фізичного виховання має базуватися на поєднанні фізичної та інтелектуальної активності, де рухова діяльність супроводжується усвідомленням її значущості та ефекту.

Поряд із фізичним компонентом розвитку, у молодшому шкільному віці особливе значення набувають психічні та соціальні закономірності, що формують основу для включення до технології механізмів розвитку наукового світогляду щодо фізкультурних явищ, формування ціннісних орієнтацій на підтримку власного здоров'я та фізичної дієздатності, а також врахування індивідуально-типологічних особливостей школяра. Такий підхід дозволяє поєднати фізичний, когнітивний і соціально-психологічний аспекти розвитку, створюючи умови для гармонійного особистісного зростання кожного учня.

Таблиця 1.2

Характеристики особистісного розвитку молодшого школяра у сфері фізичної культури

Компоненти особистісного розвитку	Характеристики особистісного розвитку
Фізичний розвиток	Інтенсивний розвиток всіх органів і систем організму, що супроводжується активним зростанням фізичних якостей (сили, витривалості, швидкості, гнучкості) та рухових здібностей школяра. Одночасно відбувається формування та вдосконалення техніки широкого спектра рухових дій, розвиток координації та моторного контролю. Завершуються адаптаційні процеси до фізичних, соціальних і природних умов

	середовища проживання, що забезпечує гармонійний фізичний розвиток і підготовку до активної життєдіяльності.
Психічний розвиток	Інтенсивний розвиток просторової, часової та силової диференціації рухових дій, що забезпечує точність і координацію виконання завдань. Формується рухова пам'ять, удосконалюється швидкість мислення та здатність до оперативного прийняття рішень у різних ситуаціях. Завершується формування основ вольової поведінки, включаючи самоконтроль, стійкість до труднощів, уміння доводити розпочату справу до кінця та планувати власні дії.
Когнітивний розвиток	Формування широкого спектра світоглядних уявлень про фізичну культуру, включаючи усвідомлення її значення для здоров'я, саморозвитку та соціальної взаємодії. Розвиваються абстрактні форми засвоєння рухових дій, що передбачають здатність аналізувати, узагальнювати та застосовувати рухові вміння в різних ситуаціях, а також формування внутрішнього критерію оцінки власних фізичних досягнень і прогресу.
Розвиток соціальних навичок	Створення цілісного розуміння значення фізичної культури в суспільстві та її впливу на здоров'я людини, соціальної активності та розвитку громадянських якостей. Розвиток індивідуальних та командних форм взаємодії в іграх, змаганнях і спільних фізичних активностях, що сприяє формуванню вміння співпрацювати, планувати дії та підтримувати командний дух. Формування соціально спрямованої мотивації щодо збереження власного здоров'я, усвідомлення особистої відповідальності за фізичний розвиток та пропагування здорового способу життя серед однолітків.

У теорії педагогіки самоорганізації розглядається можливість побудови навчальних ситуацій із застосуванням технологій трьох рівнів:

1. Технологія завданнєвого підходу передбачає подачу освітнього матеріалу у формі різноманітних завдань, орієнтованих на особистість учня, що стимулюють його активну позицію та розвиток самостійності.

2. Технологія навчального спілкування – це організований процес засвоєння освітнього змісту в умовах інтерактивного дидактико-комунікативного середовища, що забезпечує розвиток суб'єктивного і смислового досвіду учня, стимулює його рефлексивні здібності, самопізнання та самореалізацію. Така технологія передбачає активну взаємодію учителя та учнів, використання прийомів діалогового навчання, колективного

обговорення, евристичних запитань і ситуаційного моделювання, що формує навички комунікації, критичного мислення та усвідомленого засвоєння знань.

3. Технологія імітаційних ігор та ситуацій – створення соціально-рольових, просторово-часових умов, що дозволяють реалізувати особистісні функції учня у ситуаціях внутрішньої конфліктності, колізійності чи змагальності.

Для ефективної реалізації цих технологій важливо забезпечити низку умов:

- постійна діагностика розвитку учня, що дозволяє відстежувати прогрес та коригувати навчальний процес;
- планування та моделювання освітнього середовища, яке охоплює рівні класу та школи загалом;
- збалансоване поєднання навчальної та позанавчальної активності, що формує режим життєдіяльності та сприяє гармонійному розвитку фізичних, когнітивних і соціальних компетентностей учнів.

Цей підхід забезпечує інтеграцію особистісно-розвиваючих механізмів у навчально-виховний процес, стимулює автономність та відповідальність школярів за власне навчання та розвиток.

Беручи до уваги наведене визначення та визначені особливості процесу фізичного виховання молодших школярів, технологію особистісно-розвиваючого фізичного виховання можна розглядати як цілісну системну структуру, що інтегрує спеціальні педагогічні та психологічні знання, а також передбачає послідовний процес розробки та впровадження в навчальному закладі відповідного освітнього проекту чи моделі. Така технологія спрямована на всебічний розвиток школяра, поєднуючи фізичне, інтелектуальне, емоційне та соціокультурне зростання, формування ціннісних орієнтацій, рухових умінь та навичок, а також здатності до саморегуляції та самовдосконалення.

Відповідно до визначених пріоритетів фізичного виховання молодших школярів, у контексті нашого дослідження виділено такі напрями розробки технології:

- Інтеграція фізичного, психічного та духовного розвитку, що забезпечується поетапним засвоєнням цінностей фізичної культури;
- Формування світоглядних категорій та понять, які сприяють усвідомленню важливості фізичного самовдосконалення та здорового способу життя;
- Розвиток ціннісних орієнтацій на підтримку власного здоров'я і гармонійний розвиток особистості;
- Набуття сукупності рухових умінь і навичок, які виступають невід'ємними складовими життєдіяльності школяра та забезпечують активну соціалізацію та самореалізацію.

Таким чином, технологія особистісно розвиваючого фізичного виховання виступає комплексним інструментом, що поєднує знання, практичні методи та ціннісні орієнтири, спрямовані на формування цілісної та гармонійно розвиненої особистості учня.

3.3. Умови реалізації особистісно-розвиваючої технології фізичного виховання в початковій школі

Беручи до уваги виявлені особливості розробленого підходу до фізичного виховання, ми визначили та деталізували систему психолого-педагогічних умов, необхідних для ефективної реалізації технології особистісного розвитку учнів молодшого шкільного віку. Ця система передбачає створення сприятливого освітнього середовища, активне залучення школярів до навчально-фізкультурної діяльності, формування мотивації та ціннісних орієнтацій, а також підтримку з боку вчителя, батьків і фахівців супроводу.

- Ознайомлення учнів із сутністю фізичної культури як соціально-культурного явища та формування їх життєвої позиції на засадах здорового способу життя;

- Формування наукових основ фізкультурних знань, що включають розуміння закономірностей розвитку фізичних, психічних і соціальних якостей особистості;
- Узгодження загальних і особистісних цілей та завдань з урахуванням індивідуальних особливостей учнів і закономірностей їх особистісного розвитку в галузі фізичної культури;
- Забезпечення системного вивчення практичного досвіду школяра, його регулярного зіставлення зі смисловим наповненням нових практичних інтересів і завдань;
- Запровадження суб'єкт-суб'єктного стилю взаємодії між педагогом і учнем (або групою учнів), що передбачає спільне визначення мети та завдань уроку, створення умов для активної внутрішньої мотивації, усвідомленого засвоєння знань і формування умінь, а також організацію педагогічних ситуацій комунікації. Такий підхід стимулює прояв ініціативи, творчості, самостійного пошуку особистісного сенсу та цінностей навчально-виховного матеріалу, сприяє розвитку критичного мислення, відповідальності та соціальної взаємодії учнів.
- Орієнтація на інтеграцію ціннісних, мотиваційних і практичних компонентів, що забезпечує формування цілісної особистості, здатної свідомо приймати рішення щодо власного фізичного, психічного і соціального розвитку.

Таким чином, зазначені умови створюють надійний психолого-педагогічний фундамент для реалізації особистісно орієнтованого підходу до фізичного виховання та сприяють гармонійному розвитку молодшого школяра.

Вказані психолого-педагогічні умови доцільно доповнити об'єктивними організаційними та ресурсними факторами, які забезпечують ефективність технології особистісно розвиваючого фізичного виховання:

- Планування та регламентація тижневого фізичного навантаження учнів з урахуванням фізіологічно обґрунтованих норм, індивідуальних особливостей розвитку, динаміки розумової та фізичної працездатності, а також

забезпечення оптимального чергування періодів активності та відпочинку для ефективного збереження здоров’я та підтримки високого рівня продуктивності під час навчального процесу;

- Організація оптимального режиму рухової активності, що передбачає гармонійне поєднання обов’язкових занять та самостійної фізичної діяльності учнів;
- Створення комфортного предметно-просторового середовища у класі чи спортивному приміщенні, яке сприяє розвитку фізичних, психічних та соціальних якостей: музичний супровід, відповідне обладнання та інвентар, наочні посібники, приваблива спортивна форма;
- Організація педагогічного процесу за підтримки служб супроводу, до яких належать психолог, медичний працівник, класний керівник та батьки, з метою всебічного впливу на фізичний, психічний та особистісний розвиток учнів. Такий підхід дозволяє координувати дії всіх учасників освітнього процесу, забезпечувати індивідуалізацію навчання та створювати умови для формування у школярів ціннісного ставлення до здорового способу життя та фізичної активності.
- Інформаційне забезпечення навчальної діяльності, зокрема через комп’ютерний моніторинг процесу фізичного виховання та аналіз результатів для своєчасної корекції навчально-виховного процесу;
- Творчий та експериментальний підхід педагогів, які реалізують технологію, що передбачає використання новітніх методик, інноваційних вправ, індивідуалізацію та диференціацію завдань відповідно до особливостей учнів;
- Врахування матеріально-технічного забезпечення та ресурсного потенціалу школи, що дозволяє реалізувати комплексні програми фізичного виховання, включаючи позакласні та факультативні заняття.

Комплексне дотримання цих умов забезпечує створення оптимального освітньо-розвиваючого середовища фізичної культури, сприяє формуванню у

молодших школярів свідомої мотивації до фізичної активності та підтримки здорового способу життя.

Особистісно орієнтований підхід до навчання, що сформувався до середини 1990-х років, здебільшого трактувався як суб'єктивно орієнтована організація та управління навчальною діяльністю учителя щодо її суб'єкта – учня. Водночас, з позицій сучасного синергетичного підходу, процес фізичного виховання доцільно розглядати двосторонньо, враховуючи також перспективу та активну участь самого учня. Це обумовлено тим, що специфіка навчально-виховної діяльності полягає у розвитку та саморозвитку всіх її учасників, включно з формуванням мотиваційної, пізнавальної та фізичної активності, соціальних навичок і здатності до самостійного прийняття рішень [17-19].

Б.М. Шиян [31] підкреслює, що взаємодія між учителем і школярем сприяє розвитку особистісних якостей учня та проявляється у таких аспектах:

- розширення суб'єктивних властивостей школяра, що включає формування самосвідомості, активності та відповідальності за власні дії;
- зміна здібностей учня: школяр починає проявляти більше організаторських, комунікативних та когнітивних навичок, ніж під час автоматичного виконання інструкцій учителя;
- підвищення рівня самостійності та незалежності у процесі виконання навчальних і практичних завдань, що сприяє розвитку критичного мислення та внутрішньої мотивації до діяльності.

Аналізуючи особистісно орієнтований підхід, Б.М. Шиян пропонує організовувати навчальне співробітництво у фізичному вихованні за чотирма основними напрямами взаємодії:

- учитель – учень – учні;
- взаємодія учнів між собою у парах, трійках та малих групах;
- фронтальна взаємодія всього класу;
- співпраця учителя з педагогічним колективом.

Б.М. Шиян поділяє точку зору психологів, які виділяють динаміку розвитку спільної діяльності учнів і вчителя у три фази та шість конкретних її форм:

Перша фаза – «заохочення до діяльності», що включає:

- розподіл обов'язків між учителем і учнями;
- імітовані дії школярів;
- виконання дій за зразком учителя.

Друга фаза – узгодження діяльності учнів із модератором освіти, яка реалізується через:

- сомарегулюючі дії учнів;
- самоорганізуючі дії;
- спонукальні дії школярів, що формують активну участь у процесі навчання.

Третя фаза – співробітництво в удосконаленні оволодіння діяльністю, спрямоване на формування самостійності та внутрішньої мотивації.

У цьому контексті Б.М. Шиян наголошує, що навчальна діяльність має зовнішню структуру, яка охоплює такі ключові складові:

1. мотивацію;
2. навчальні завдання;
3. навчальні дії;
4. контроль, що трансформується у самоконтроль;
5. оцінку, що переходить у самооцінку [31, с. 235].

Синтезуючи наведене, можна визначити інноваційну технологію фізичного виховання молодшого школяра як системну послідовність дій, що забезпечує ефективну взаємодію учнів та вчителя. Вона спрямована на організацію та корекцію процесу фізичного виховання через реалізацію навчальних дій, з акцентом на всебічний розвиток особистості учня, формування фізичних, когнітивних, соціальних і ціннісних компетентностей.

Рівні взаємодії між учителем та учнями організовуються у послідовності таких етапів: діагностичний → пошуковий → договірний → діяльнісний →

рефлексивний. На кожному з цих етапів процес фізичного виховання виступає як чинник накопичення унікального досвіду учнів, формуючи компетентності та навички саморозвитку. Алгоритм реалізації взаємодії є універсальним і може ефективно застосовуватися як у індивідуальній роботі з учнем, так і в колективних формах співпраці, включаючи фронтальне заняття, роботу в парах або малих групах. Крім того, кожен рівень передбачає розвиток когнітивних, соціальних і мотиваційних аспектів особистості, що сприяє комплексному формуванню фізичної та психологічної готовності школяра до активної участі у фізкультурно-оздоровчій діяльності.

Зміст нашого підходу можна окреслити наступним чином:

– Вчитель фізичного виховання, ґрунтуючись на отриманих результатах дослідження, стає володарем конфіденційної інформації про особливості кожного учня, що дає змогу індивідуально формувати траєкторії навчання та розвитку.

– Забезпечується спільне з учнем виявлення та усунення причин труднощів у навчанні, розвиток уміння брати відповідальність за власні дії та отримувати підтримку від педагога у процесі самостійного вирішення завдань.

– Договірний етап реалізується через взаємопогоджені дії вчителя та учня, спрямовані на досягнення оптимального поєднання складників індивідуального розвитку здоров’я. Він передбачає активне залучення учнів до виконання завдань із внутрішньою зацікавленістю та мотивацією, стимулює усвідомлений вибір способів діяльності, формує відповідальність за власні результати та підтримує розвиток самостійності й ініціативності у процесі фізичного виховання.

– Вчитель надає варіативні моделі навчальної діяльності, адаптовані для кожного учня, що дозволяє школяру реально переживати навчальні ситуації та формувати власне розуміння цінностей фізичної культури.

– Спільний аналіз успіхів і невдач, розбір проблемних ситуацій та пошук шляхів їх подолання формує у школярів стійкі навчально-пізнавальні

мотиви, активізує процес «цінування» знань та коригує сенс інтелектуальної, рухової та оздоровчої складових системи фізичного виховання.

Плануючи організацію навчальної співпраці, ми виходили з того, що найповнішою та найбільш охоплюючою є взаємодія учасників освітнього процесу за такими ключовими напрямами:

1. Учитель – учень (учні), що передбачає безпосередній педагогічний вплив та корекцію дій учнів;

2. Учень – учень, організований у пари (діади), трійки (тріади) або малі групи, що сприяє розвитку комунікативних навичок, спільного пошуку рішень та взаємного навчання;

3. Фронтальна групова взаємодія всього класу, яка забезпечує колективне виконання завдань та формування командних навичок;

4. Співпраця учня «з самим собою», що включає самооцінку, самоконтроль та внутрішню рефлексію власних дій і результатів (аналогічно цей принцип застосовується й до діяльності вчителя) [9].

Ці рівні взаємодії створюють цілісну систему педагогічного впливу, яка забезпечує розвиток особистості школяра на різних рівнях пізнавальної, фізичної та соціальної діяльності, сприяючи формуванню самостійності та відповідальності.

Реалізація навчальної співпраці за кожною із зазначених напрямів відбувалася за умов постійної взаємодії всіх учасників освітнього процесу, що є ключовим компонентом інтерактивного навчання. У цьому контексті активно використовувалися спеціальні методичні прийоми, такі як «Мозкова атака», «Мікрофон», «Коло ідей» та інші, які сприяють активній участі учнів, розвитку їх творчого мислення, навичок аргументації та умінню спільно знаходити рішення. Застосування цих методів дозволяло не лише підвищити ефективність навчального процесу, а й формувати соціальні компетентності, комунікативні навички та відповідальність за власне навчання.

Під час організації навчальної співпраці на уроках широко використовувалися пошукові та евристичні методи навчання, у яких школярі

розвивалися через евристичні бесіди, вирішення проблемних ситуацій, участь у дискусіях та аналіз колективних ідей. У системі фізичного виховання початкової школи доцільним є застосування ключових евристичних запитань, що спонукають учнів до самостійного мислення та аналітичної діяльності.

Використання елементів проблемного навчання передбачає стимулювання учнів до розгляду кожного завдання уроку з різних аспектів – інтелектуального, фізичного та оздоровчого. Під час виконання навчальних завдань вчитель формує в учнів навичку відповідати на евристичні запитання: «де?», «чому?», «коли?», «як?», «звідки?», «чим?», «хто?», «що?», одночасно заохочуючи школярів ставити аналогічні запитання один одному та самому собі, що сприяє глибшому усвідомленню змісту навчального матеріалу та розвитку особистісної активності.

При реалізації педагогічних завдань, пов’язаних із руховим та оздоровчим компонентами, ми використовували «кооперативну» форму організації навчання, у якій індивідуальні завдання поступово трансформуються у фронтальні, виконувані малими групами. Поділ класового колективу на малі групи передбачав диференціацію обсягу навантаження відповідно до початкового рівня фізичного та рухового розвитку учнів. Упродовж певного часу (в межах уроку, теми або розділу) групи діяли самостійно, що давало можливість кожному учневі проявити індивідуальні здібності та ініціативу.

Під час дослідження ми виявили, що деякі учні під час самостійної діяльності прагнули виконувати завдання більш високого рівня складності, ніж передбачено навчальною програмою. Для задоволення цього випереджувального інтересу була сформована окрема група, якій учитель пропонував завдання з виконанням рухових елементів. Виконання цих завдань супроводжувалося високим рівнем зацікавленості, задоволення та ентузіазму учнів, що, своєю чергою, сприяло розвитку їхньої самостійності, мотивації до навчання та здатності до активного засвоєння фізкультурних навичок.

Деякі дослідники визначають цю діяльність як імітацію соціально-рольових ситуацій, що реалізується через гнучке залучення учнів у різні малі групи. Такий підхід передбачає поетапне переорієнтування діяльності школярів на виконання більш складних педагогічних завдань у міру зниження інтересу до попередніх видів робіт [171, 173]. У результаті це сприяє розвитку самостійності, відповідальності, комунікативних навичок та соціальної взаємодії учнів, а також формує здатність до колективного прийняття рішень і взаємопідтримки у процесі фізичного виховання.

3.4. Результати експериментальної перевірки ефективності моделі особистісно-розвивальної технології виховання молодших школярів

До початку педагогічного експерименту учні контрольних класів (КК) не відрізнялися від учнів експериментальних класів (ЕК) за показниками фізичного стану та особистісного розвитку. Тривалість педагогічного експерименту становила один навчальний рік. Тижневе навантаження з фізичної культури в обох групах становило 3 години (у КК третій урок був присвячений футболу). Як контрольні, так і експериментальні класи мали по два паралельні класи. Загальна кількість уроків у ЕК протягом 2024 навчального року відповідала встановленим нормам.

Навчальна діяльність учнів КК проводилася вчителем фізичної культури за програмою «Онови здоров’я і фізична культура» із застосуванням традиційної методики. У ЕК впроваджувалася інноваційна технологія, яку реалізовували спеціально підготовлені вчителі фізичної культури у взаємодії з учителями початкових класів, вихователями, реабілітологом, медичним працівником та батьками. Координація та організація експериментальної роботи здійснювалася в рамках програми «Спорт заради розвитку» за підтримки науково-педагогічного персоналу факультету фізичної культури, спорту та реабілітації Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича.

Завдяки такій інтегрованій моделі, експериментальна група отримувала комплексну підтримку у фізичному, психічному та соціальному розвитку, що дозволяло оцінити ефективність інноваційної технології у порівнянні з традиційним підходом.

Згідно з розробленою технологією, учні 1–2-х класів експериментальних (ЕК) та контрольних класів (КК) навчалися за стандартною дидактичною системою початкової школи, що передбачала організацію групових занять, ефективне використання технічних засобів навчання та оптимальний розподіл інформаційного потоку. Водночас у ЕК застосовували спеціально розроблені вправи, методи діалогового стимулювання, а також імітаційні навчальні завдання та ігри, які враховували індивідуальні особистісні характеристики учнів у певних ситуативних контекстах.

Учням експериментальних класів (ЕК) було запропоновано присвячувати близько 30% часу уроку виконанню індивідуальних завдань, спрямованих на самовдосконалення та розвиток особистих компетентностей. Крім того, у 3–4-х класах ЕК активно застосовувалася кооперативна форма навчання, при якій індивідуальна діяльність поступово трансформувалася в роботу в малих групах. Такий підхід сприяв розвитку самовираження, творчої активності та соціальної взаємодії, створюючи умови для гармонійного поєднання індивідуального і колективного навчального досвіду.

У 1–2-х експериментальних класах (ЕК), де оцінювання успішності учнів здійснювалося без традиційної бальної системи, активізація розв’язання педагогічно-освітніх завдань відбувалася завдяки значному обсягу цікавої та доступної для школярів інформації. Вона закріплювалася в пам’яті учнів та інтегрувалася у рухову діяльність: інформаційний компонент, подібно оздоровчому, реалізовувався паралельно з руховим. Учні усвідомлено сприймали навчальний матеріал, що було забезпечено ґрунтовною підготовкою вчителя фізкультури, методичним супроводом та ефективним організаційним забезпеченням, що сприяло активному розвитку фізичних якостей школярів.

У третьому експериментальному класі було зафіксовано поступове зміщення акценту від переважного розвитку рухових умінь до інтенсивнішого опрацювання інформаційного складника, що передбачав тренування логічної пам’яті та глибше засвоєння навчального матеріалу. Наприкінці 3-го та протягом 4-го ЕК інформаційна складова навчання дедалі відокремлювалася від рухової, водночас головна увага залишалася на формуванні правильних основ рухової діяльності та техніки виконання фізичних вправ.

З метою активізації рухової діяльності учнів 1–4-х класів було впроваджено спеціальну додаткову програму, яка охоплювала не лише навчальні заняття з фізичної культури, а й різноманітні позакласні культурно-спортивні активності, організований активний відпочинок, ранкові гімнастичні вправи та інші оздоровчі заходи. Учні отримували комплексний досвід: займалися руховою активністю, набували теоретичних знань із фізичної культури, виконували творчі завдання щодо здорового способу життя, а також брали участь в оздоровчо-фізкультурних рефлексійних заняттях, що сприяло всебічному розвитку особистості.

Позитивним результатом експерименту стало те, що за його підсумками відсоток учнів, які належать до основної медичної групи, у експериментальних класах (ЕК) збільшився в середньому на 10,2%, тоді як у контрольних класах (КК) приріст склав лише 4,1%. Водночас частка учнів підготовчої групи зросла на 14,3% в ЕК проти 9,2% у КК. Частка учнів спеціальної медичної групи в ЕК зменшилася на 24,0%, тоді як у КК спостерігалося її зростання на 5,7%.

Аналіз показників стану здоров’я, отриманих після завершення експерименту (табл. 3.1), виявив суттєві відмінності за окремими параметрами. Так, середні показники ЕК були нижчими порівняно з КК: у 1-му класі – за кількістю випадків захворювань протягом навчального року, у 2-му класі – за кількістю пропущених навчальних днів. Це свідчить про позитивний вплив застосованої інноваційної технології фізичного виховання на фізичний стан учнів і підтверджує ефективність особистісно-розвиваючого підходу в умовах шкільного навчання.

Одним із суттєвих результатів експерименту стало зафіксоване підвищення рівня задоволеності учнів процесом фізичного виховання, а також зростання їхньої рухової активності поза межами уроків. Це простежується у збільшенні кількості школярів експериментальних класів (ЕК), які почали систематично долучатися як до самостійних занять, так і до організованих форм фізкультурної діяльності (спортивні секції, групові тренування тощо) (табл. 3.2).

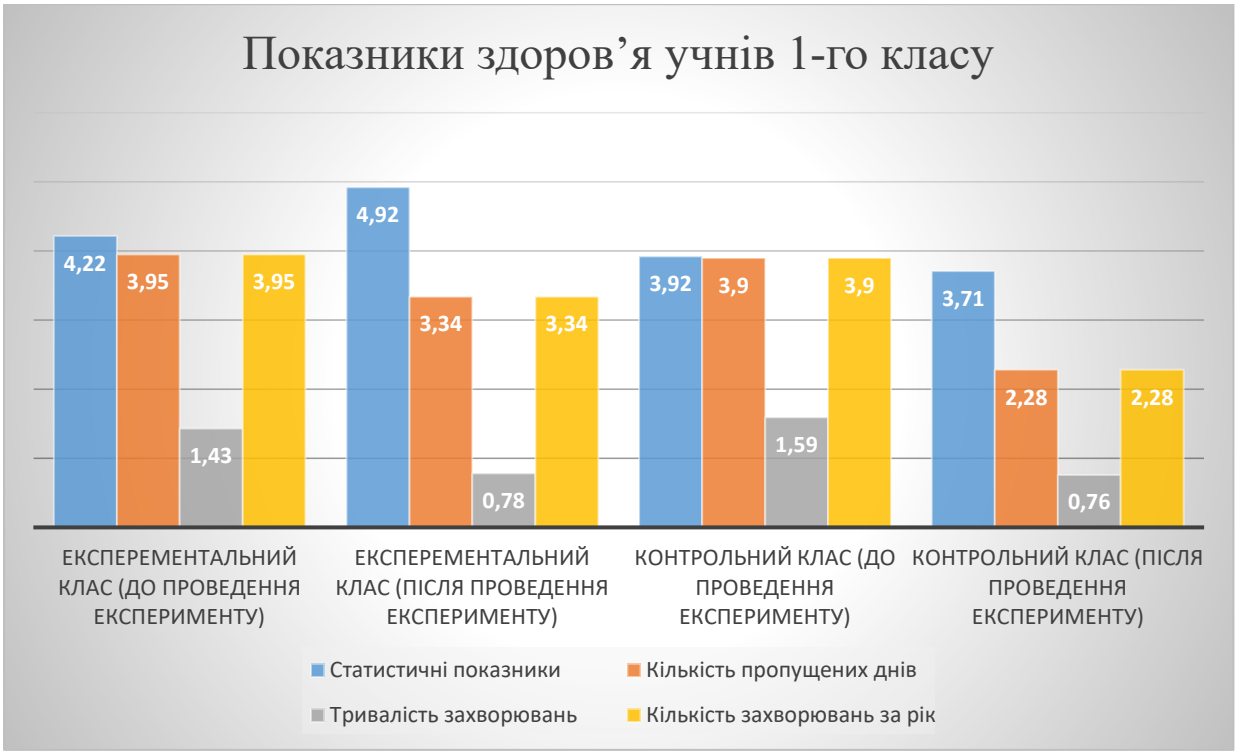
Досягнутий результат, на нашу думку, зумовлений упровадженням розробленої інноваційної технології фізичного виховання, що поєднує оздоровчий і фізкультурний компоненти та має комплексний характер. Вона не лише сприяє поліпшенню фізичного стану учнів, а й забезпечує формування в них внутрішньої та стійкої позитивної мотивації до регулярних занять фізичною культурою і спортом. Крім того, технологія орієнтована на розвиток усвідомленого ставлення до власного здоров’я та активної участі у фізкультурно-спортивній діяльності як важливої складової повсякденного життя. Крім того, технологія стимулює усвідомлене ставлення до здорового способу життя (ЗСЖ), розвитку саморегуляції та відповідальності за власний фізичний стан, створюючи умови для інтеграції фізичної, когнітивної та соціальної складових особистісного розвитку.

Таблиця 3.1

Показники здоров'я учнів 1-4 класів

Класи		Статистичні показники	Кількість пропущених днів	Тривалість захворювань	Кількість захворювань за рік
1	Е	4,22	3,95	1,43	3,95
		4,92	3,34	0,78	3,34
	К	3,92	3,90	1,59	3,90
		3,71	2,28	0,76	2,28
2	Е	6,60	3,93	1,85	3,93
		4,99	2,30	0,89	2,30
	К	9,06	9,47	1,92	9,47
		9,25	2,79	0,87	2,79
3	Е	7,41	3,82	1,70	3,82
		5,82	2,52	0,83	2,52
	К	6,28	3,65	1,81	3,65
		4,61	2,01	0,83	2,01
4	Е	3,16	2,03	1,76	2,03
		3,04	2,47	0,76	2,47
	К	7,36	3,77	1,85	3,77
		5,77	2,47	0,78	2,47
Критерій Ст'юдента t		**1**$_{Е-К}$ =	0,73	1,14	1,82
		2 $_{Е-К}$ =	1,95	2,28	0,91
		3 $_{Е-К}$ =	0,44	1,02	0,83
		4 $_{Е-К}$ =	0,83	1,14	0,81
P		>0,05			

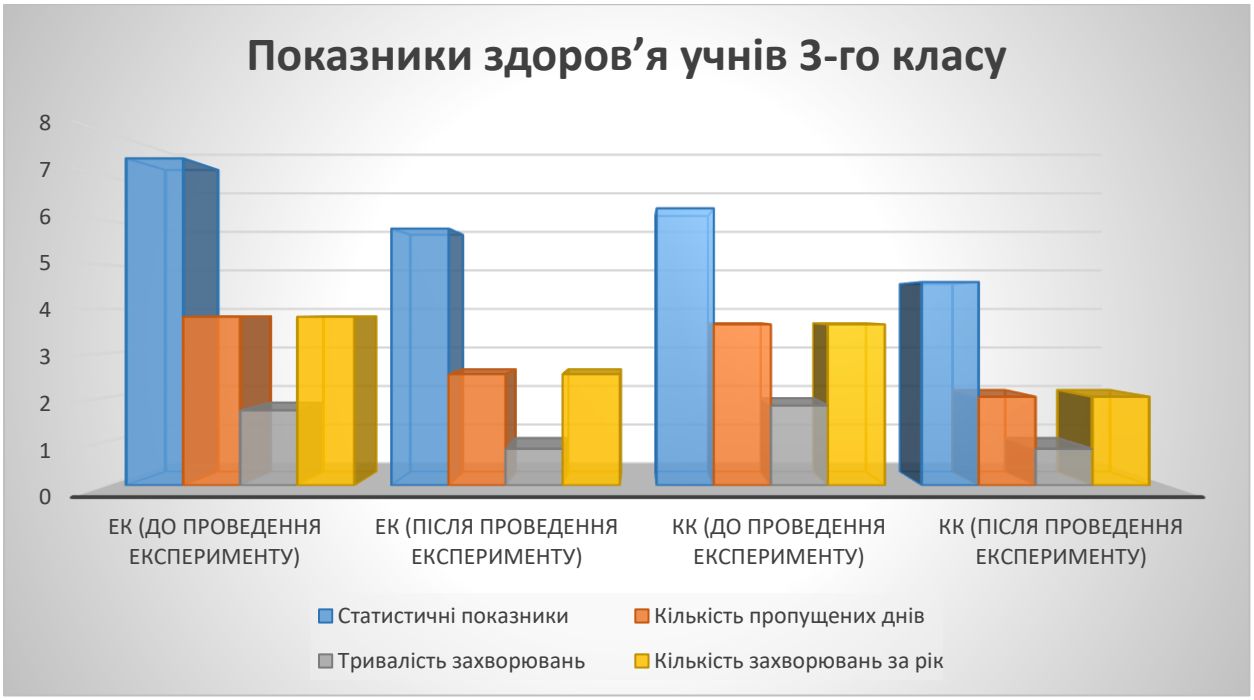
Для наочності таблиця 3.1 подана у вигляді діаграм:



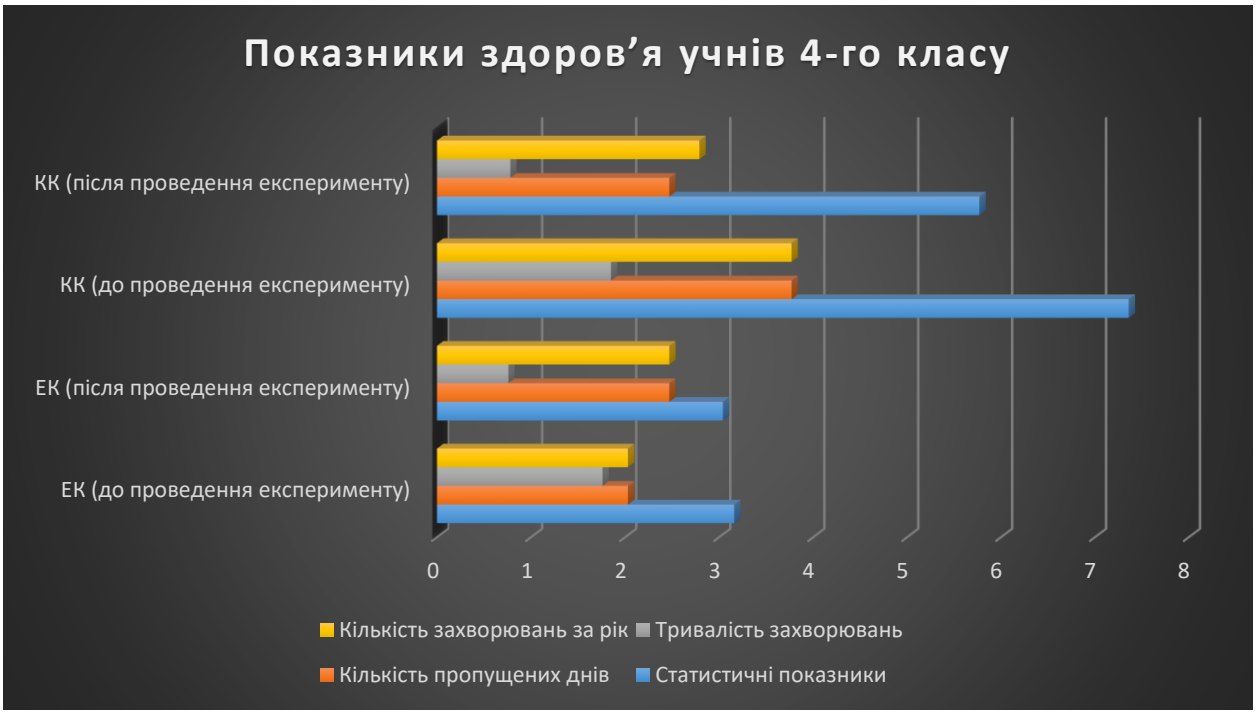
Діаграма показів здоров’я учнів 1-го класу.



Діаграма показів здоров’я учнів 2-го класу.



Діаграма показів здоров’я учнів 3-го класу.



Діаграма показів здоров’я учнів 4-го класу.

Отримані результати в експериментальних класах (ЕК) зумовлені суттєвим підвищенням інтелектуальної складової процесу фізичного виховання та його індивідуалізацією, що забезпечується створенням спеціально організованого освітньо-виховного середовища. Таке середовище сприяє

цілеспрямованому культуро-розвивальному впливу на кожного учня та розвитку його особистісних компетенцій. Ми пояснюємо ці досягнення застосуванням інтерактивних методів навчання, активної педагогічної діяльності вчителя на основі розробленої інноваційної технології, а також за рахунок поєднання диференційованого та індивідуального підходів до учнів із використанням технології співпраці та взаємодії, яка стимулює самостійне мислення, соціальну активність та особистісне самовдосконалення.

Таблиця 3.2

Рівень задоволеності школярів організацією та змістом фізичного виховання, (%)

Питання	Клас	Так		Ні		Інколи	
		До	Після	До	Після	До	Після
Чи подобається Вам уроки фізичної культури в школі	ЕК	79,0	88,5	9,4	8,0	11,6	3,5
	КК	74,5	66,0	10,7	12,5	14,8	21,5
Чи влаштовує Вас спосіб проведення фізкультурних пауз і хвилинок під час інших навчальних занять?	ЕК	59,5	86,8	10,2	5,4	30,3	7,8
	КК	61,4	60,6	11,3	8,8	28,3	30,6
Чи займаєтесь Ви вранці гімнастичними вправами	ЕК	31,0	59,4	24,5	14,4	44,5	26,2
	КК	28,8	32,2	22,6	26,3	48,8	41,5
Чи займаєтеся Ви спортивною діяльністю поза шкільними уроками фізичної культури?	ЕК	39,3	66,6	37,4	20,2	23,3	13,2
	КК	42,8	37,4	34,5	39,3	22,7	23,3

Підвищення ефективності фізичного виховання учнів за умов використання розробленої технології можна пояснити синергетичним впливом інноваційних підходів та взаємозв’язків між окремими елементами системи занять у варіанті експериментальних класів (ЕК), яких немає в контрольних класах (КК). Реалізація цієї технології створює освітнє середовище, в якому навіть «слабкий сигнал» у діяльності учня здатний викликати резонансну педагогічну реакцію, стимулюючи більш глибоке засвоєння матеріалу та розвиток особистісних якостей. Ймовірно, під час занять за варіантом ЕК відбувається перебудова попередніх взаємозв’язків у свідомості учня та формування нових, які визначають перехід психічної системи школяра у більш стабільний і продуктивний стан поведінки. Така реорганізація сприяє значному

підвищенню кінцевого результату навчально-виховного процесу, збільшуючи ефективність формування фізичних, інтелектуальних і соціальних компетенцій.

ВИСНОВКИ

Теоретичний огляд наукових джерел показує еволюцію підходів до фізичного виховання учнів: від класичної орієнтації на розвиток фізичних якостей за визначеними нормативами до розроблення цілісних моделей і технологій, спрямованих на поступове формування цінностей фізичної культури. Найбільш ефективним підходом до аналізу та оптимізації педагогічної практики є застосування системної методології для розробки особистісно-розвивальної технології фізичного виховання, що інтегрує фізичний, психічний та духовний розвиток молодших школярів. У роботі уточнено поняття «технологія особистісно-розвивального фізичного виховання» як системної сукупності, що включає спеціальні знання, процес проєктування та реалізації педагогічного проєкту (моделі), спрямованого на всебічний культурний і особистісний розвиток школяра. Окреслено провідний вектор створення інноваційної технології, який полягає у поступовому формуванні цінностей фізичної культури. Це здійснюється через розвиток базових світоглядних уявлень і понять, становлення ціннісних орієнтацій на фізичне самовдосконалення та здоровий спосіб життя, а також через набуття системи рухових умінь і навичок.

На підґрунті теоретичного аналізу функціонування шкільної системи фізичного виховання була розроблена структурна модель особистісно-розвивальної технології для учнів молодшого шкільного віку. Вона дає змогу окреслити можливі шляхи, принципи, зміст і умови комплексного розвитку дитини у сфері фізичної культури та зміцнення здоров’я.

Експериментальні дослідження підтвердили значні переваги впровадження розробленої технології порівняно з традиційним підходом. Це проявляється у підвищенні задоволеності учнів процесом фізичного виховання, покращенні стану їхнього здоров’я, а також у більш ефективному розвитку

фізичних і психічних здібностей школярів. Отримані результати свідчать про доцільність впровадження особистісно-розвивальної технології у навчально-виховний процес початкової школи для забезпечення всебічного розвитку дитини.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрєєва, О. В. *Особистісно орієнтоване фізичне виховання школярів.* – Київ: НУФВСУ, 2018. – 212 с.

2. Артем'єва, Г. С. *Фізичне виховання молодших школярів у контексті Нової української школи.* // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я. – 2020. – № 3. – С. 45–49.

3. Бех, І. Д. *Особистісно орієнтоване виховання: науково-методичні засади.* – Київ: Либідь, 2015. – 288 с.

4. Виленський, М. Я. *Педагогіка фізичної культури.* – Київ: Освіта, 2017. – 364 с.

5. Вільчковський Е. С. *Система фізичного виховання молодших школярів* / Е. С. Вільчковський, М. П. Козленко, С.Ф. Цвек. –К.: ІЗМН, 1998. – 232 с.

6. Вільчковський Е.С. *Фізична культура в початковій школі* / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок. –К.: Президент, 2007. – 374 с.

7. Гончаренко, С. У. *Педагогічні технології у фізичному вихованні школярів.* – Харків: Основа, 2019. – 256 с.

8. Грищенко, С. В. *Індивідуальний підхід у процесі фізичного виховання учнів молодшого шкільного віку.* // Молодь і ринок. – 2021. – № 2. – С. 132–136.

9. Державний стандарт початкової освіти (затверджено постановою КМУ №87 від 21.02.2018 р.).

10. Дубогай О.Д. *Навчання в русі. Здоров'язберігаючі педагогічні технології в початковій школі* / О.Д. Дубогай.–К.: Шкільний світ, 2005.–110 с.

11. Дубогай О. Д. *Фізкультура як складова здоров'я та успішного навчання дитини* / О.Д. Дубогай. – К.: Шкільний світ, 2006. – 127 с.

12. Єрмолова, В. М. *Психолого-педагогічні умови розвитку особистості молодшого школяра.* – Київ: Педагогічна думка, 2016. – 180 с.

13. Жамардій, В. О. *Технології фізичного виховання у закладах загальної середньої освіти.* – Суми: Університетська книга, 2020. – 220 с.

14. Іваній І. *Моніторинг стану здоров'я школяра в системі фізичного виховання початкової школи* / Ігор Іваній// Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб. наук. пр. Волинського державного університету ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2008. – Т. 2. – С.123-128

15. Ільїн, Є. П. *Психологія фізичного виховання.* – СПб.: Пітер, 2015. – 352 с.

16. Круцевич, Т. Ю. *Теорія і методика фізичного виховання: підручник у 2 т.* – Київ: Олімпійська література, 2017. – Т. 1. – 392 с.

17. Круцевич, Т. Ю., Безверхня, Г. В. *Рекреація у фізичній культурі різних груп населення.* – Київ: Олімпійська література, 2018. – 256 с.

18. Круцевич Т. Ю. *Методичні рекомендації щодо підвищення ефективності різних експериментальних програм фізичного виховання в школі, їх зміст та технологіїреалізації* / [Т.Ю. Круцевич, О.Л. Благій, Г.Г. Смоліус, О.В. Андреева] –К.: Наук, світ, 2006. – 25 с.

19. Ляшенко, О. І. *Теоретичні засади розвитку особистісного потенціалу учнів у навчальному процесі.* – Чернівці: Рута, 2019. – 204 с.

20. Максимчук, Б. А. *Професійна підготовка майбутнього вчителя фізичної культури до особистісно-орієнтованої діяльності.* // Педагогічні науки. – 2020. – № 89. – С. 67–72.

21. Маслоу А. *Самоактуалізація особистості та освіта*: [пер. з англ. Л. А. Стрижак]. - Київ - Донецьк: Вебер, 1994. - 471 с.

22. Марченко С.І. *Особливості рухомої підготовленості молодших школярів* / С.І. Марченко // Теорія та методика фізичного виховання, 2004.–№ 5. – С. 15.

23. Мартинюк, О. І. *Розвиток мотивації до занять фізичною культурою в молодшому шкільному віці.* – Київ: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2021. – 148 с.

24. Михайлова, Т. І. *Технологічний підхід до формування особистісних якостей у молодших школярів.* – Львів: Світ, 2020. – 198 с.

25. Москаленко Н.В. *Фізичне виховання молодших школярів*: Монографія / Н.В. Москаленко.– Д.: Інновація,2007. – 252с.

26. Новосельський, М. Ф. *Інноваційні методи у фізичному вихованні школярів.* // Фізична культура, спорт і здоров'я нації. – 2021. – № 4. – С. 24–28.

27. Нова українська школа: *концептуальні засади реформування середньої освіти*. – Київ: МОН України, 2016. – 40 с.

28. Огієнко, О. І. *Компетентнісний підхід у сучасній освіті.* – Київ: Освіта України, 2018. – 172 с.

29. Орленко, І. М. *Формування позитивної мотивації до занять фізичними вправами у дітей молодшого шкільного віку.* // Теорія і практика фізичного виховання. – 2020. – № 1. – С. 55–60.

30. Підласий, І. П. *Педагогіка: новий курс.* – Київ: Академвидав, 2018. – 544 с.

31. Приступа, Є. М. *Теоретико-методичні засади організації фізичного виховання школярів.* – Львів: ЛДУФК, 2019. – 310 с.

32. Романенко, В. А. *Діагностика рухових здібностей людини.* – Київ: Олімпійська література, 2018. – 312 с.

33. Савченко, О. Я. *Дидактика початкової школи.* – Київ: Генеза, 2019. – 368 с.

34. Сінгаєвський С. М. *Фізичне виховання – здоров'я школярів: методологічні, змістовно-спрямувальні та управлінські основи*. Кіровоград, 2006. – 272 с.

35. Столітенко Є.В. *Виховання позитивного ставлення до фізичної культури в учнів*/ Є.В. Столітенко // Фізичне виховання в школі.– 2001. – № 2. – С. 40-44.

36. Сущенко, Л. П. *Формування здоров'язбережувальної компетентності учнів у процесі фізичного виховання.* – Київ: НУФВСУ, 2017. – 228 с.

37. Тимошенко, О. М. *Індивідуалізація фізичного виховання молодших школярів у системі особистісно орієнтованого навчання.* // Педагогічний процес: теорія і практика. – 2021. – № 3. – С. 102–106.

38. Тищенко, В. П. *Педагогічна майстерність учителя фізичної культури.* – Харків: Основа, 2020. – 240 с.

39. Томенко О.А. *Теоретико-методологічні основи неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді*: автор. дис.... д-ра наук з фізичного виховання та спорту, спец. 24.00.02. Нац. ун-т фізичної культури і спорту України. – Київ. – 2012. – 37с

40. Фурман, А. В. *Теорія особистісно розвивального навчання.* – Тернопіль: Екон. думка, 2017. – 324 с.

41. Чепурна, О. В. *Формування особистісних цінностей учнів у процесі фізичного виховання.* – Суми: СумДПУ, 2021. – 190 с.

42. Шиян, Б. М. *Теорія і методика фізичного виховання школярів.* – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2020. – 408 с.

Заява

(скорочений варіант)

Кваліфікаційна робота місить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів наукових досліджень інших авторів мають посилання на відповідне джерело.

«___»_____2025 р.

_____Нагірняк Єгор Васильович

_____

(підпис) **(Прізвище ім'я по батькові)**

РЕЦЕНЗІЯ
кваліфікаційної роботи другого (магістерського) рівня вищої освіти
спеціальності 014.11 «Середня освіта (фізична культура)»
ОП Фізична культура
Студента (ки) _____ групи

_____

на тему

_____
_____

Характеристика наукової роботи
(актуальність, новизна, оригінальність, теоретичні наукові результати, практичне спрямування результатів дослідження, тощо)

_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

Недоліки та зауваження

_____
_____
_____
_____

Загальний висновок

_____
_____

Дата _____

Рецензент _____ (_____)

Чернівецький національний університет
імені Юрія Федьковича

ПОДАННЯ
ЩОДО ЗАХИСТУ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ

Направляється здобувач Нагірняк Єгор Васильович до захисту кваліфікаційної роботи
(прізвище та ініціали)
рівень вищої освіти __*другий (магістерський)*_____

спеціальність__*014.11 «Середня освіта (фізична культура)»*_____
(шифр та назва спеціальності)
освітньо-професійна програма __*Фізична культура*_____
(назва ОП)
на тему : **МЕТОДИЧНІ ТА ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ОСОБИСТІСНО-РОЗВИВАЛЬНОЇ ТЕХНОЛОГІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ**

_____
_____

Висновок керівника кваліфікаційної роботи

Студент (ка)_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

Керівник кваліфікаційної роботи _____
(підпис)
“____”_____2025 року

Висновок кафедри про кваліфікаційну роботу

Студент (ка)_____ допускається до захисту кваліфікаційної роботи
(прізвище та ініціали)

Протокол № ____від листопада 2025 р.

Завідувач кафедри _*теорії та методики фізичної культури*_____
(назва)

_____ _____*Іван ВАСКАН*___
(підпис) (прізвище та ініціали)

“_____”_____2025 року