

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ЮРИДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ЯРОСЛАВА МУДРОГО
ВІДДІЛЕННЯ НОК УКРАЇНИ В ХАРКІВСЬКІЙ ОБЛАСТІ

**СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ УКРАЇНИ
В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ**

Збірник матеріалів і тез доповідей учасників
IV Всеукраїнського круглого столу

(м. Харків, 12 червня 2025 року)

Харків
«Право»
2025

Редакційна колегія збірника:

Нестерович Олексій Сергійович – голова редакційної колегії, науковий керівник центру спортивного права, проректор з навчально-виховної роботи та соціального розвитку Національного юридичного університету імені Ярослава Мудрого, доктор філософії в галузі права, доцент;

Попрошасєв Олександр Володимирович – член редакційної колегії, завідувач кафедри фізичного виховання Національного юридичного університету імені Ярослава Мудрого, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент;

Бодренкова Інна Олексіївна – член редакційної колегії, старший викладач кафедри фізичного виховання Національного юридичного університету імені Ярослава Мудрого, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент;

Романенко Людмила Віталіївна – член редакційної колегії, викладач кафедри фізичного виховання, провідний спеціаліст Центру спортивного права Національного юридичного університету імені Ярослава Мудрого, кандидат юридичних наук

Використано фото з офіційних джерел і зроблені Поліною Смисловою.

***Матеріали викладено в авторській редакції.
Відповідальність за їх якість, достовірність,
відсутність текстових запозичень несуть автори.***

Сучасні тенденції розвитку фізичного виховання у закладах
С94 вищої освіти України в умовах воєнного стану : зб. матеріалів і тез
доп. учасників IV Всеукр. круглого столу (м. Харків, 12 черв. 2025 р.)
/ [редкол.: Нестерович О. С. (голова) та ін.] ; М-во освіти і науки
України ; Нац. юрид. ун-т ім. Ярослава Мудрого ; Від-ня НОК
України в Харків. обл. – Харків : Право, 2025. – 112 с.

ISBN 978-617-8612-29-0

У збірнику представлено матеріали й тези доповідей, які присвячені проблемним питанням організації навчального процесу з дисципліни «Фізичне виховання» в закладах вищої освіти України в умовах воєнного стану, формуванню фізкультурно-оздоровчих компетентностей студентської молоді та підвищенню ефективності навчального процесу в умовах воєнного стану, впровадженню в навчальний процес із фізичного виховання та позанавчальну роботу сучасних оздоровчих, комунікаційних, інформаційних технологій для зміцнення соматичного і ментального здоров'я студентів, особливостям організації дистанційного навчання з фізичного виховання у ЗВО України, питанням військово-патріотичного виховання студентської молоді засобами фізичного виховання.

Збірник розрахований на науковців, викладачів, практичних працівників, членів спортивних федерацій, фахівців у галузі фізичної культури та спорту, здобувачів освіти, а також широке коло читачів, які цікавляться цією проблематикою.

УДК 378:796.011.3]“364”(082)

ISBN 978-617-8612-29-0

© Національний юридичний університет
імені Ярослава Мудрого, 2025

Ганна ОМОК, Людмила ШУБА, Сергій СМЕТАНІН	Використання адаптованого тренажерного обладнання та онлайн-програм для людей з обмеженими можливостями у підготовці фахівців з фізичного виховання	64
Вадим ПОДРУШНЯК	Щодо перспектив розвитку військово-патріотичного виховання засобами військово-прикладного та службово-прикладного спорту	69
Олександр ПОПРОШАЄВ	Організації Центрів студентського спорту в закладах вищої освіти України на прикладі Національного юридичного університету імені Ярослава Мудрого	71
Нурай Асаф кизи РЗАЄВА, Наталія СТРАТІЙ	Феномен «тілесного буфера» як захист від хронічного стресу для студентів	75
Людмила РОМАНЕНКО	Вдосконалення організації фізичного виховання студентської молоді в умовах воєнного стану в закладах вищої освіти України	77
Павло САДОВСЬКИЙ	Розвиток системи фізичного виховання у закладах вищої освіти в умовах воєнного стану	81
Ірина СОКОЛОВСЬКА, Валентина НЕЧИПОРЕНКО, Наталія ГОРДІЄНКО, Олена ПОЗДНЯКОВА, Світлана ВОЛКОВА, Наталія СЕРГАТА	Формування мотиваційно - ціннісного ставлення студентів зов до занять фізичною культурою	85
Сергій СМЕТАНІН, Олена ЗАХАРОВА, Євген КУРТА	Впровадження інформаційних, комунікаційних та цифрових технологій в навчальний процес з фізичного виховання з метою зміцнення соматичного та ментального здоров'я студентів	88
Наталія ЦИГАНОВСЬКА	Використання мобільних додатків для моніторингу фізичної активності у здобувачів вищої освіти під час дистанційного навчання	91
Тетяна ШЕПЕЛЕНКО, Світлана ДОВЖЕНКО, Ольга ЛУЧКО, Юлія РЖАВСЬКА	Використання мультимедіа у навчальному процесі з фізичного виховання у закладах вищої освіти	97
Тетяна ШЕПЕЛЕНКО, Світлана ДОВЖЕНКО, Ольга ЛУЧКО, Юлія РЖАВСЬКА	Основні аспекти організації фізичного виховання студентської молоді під час воєнного стану	100
Ілля ШУТЄЄВ Андрій ЄФРЕМЕНКО	В передчутті епохи електронного фізичного виховання	104
РЕКОМЕНДАЦІЇ ВСЕУКРАЇНСЬКОГО КРУГЛОГО СТОЛУ		106

Google Fit є універсальним і доступним, а MyFitnessPal сприяє комплексному підходу до поліпшення стану здоров'я.

Для максимальної ефективності рекомендується комбінувати ці додатки залежно від цілей навчання, рівня фізичної підготовленості у здобувачів вищої освіти та технічних можливостей.

Подальші дослідження будуть спрямовані на визначення впливу мобільних додатків на рівень фізичної підготовленості і мотивації до систематичних занять фізичною активністю у здобувачів вищої освіти.

Література:

1. Алексеева, Г., Кулікова, Г., Антоненко, О., Овсянніков, О., & Горбатьок, Л. (2025). Використання мультимедійних технологій у викладанні стретчингу для здобувачів вищої та професійної освіти в умовах дистанційної освіти. *Молодь і ринок*, 2 (234), 62–71.
2. Базильчук, В.Б., Базильчук, О.В., & Цісар, В.В. (2024). Інноваційні технології розвитку рухової активності студентів в освітньому середовищі університету. *Вісник Глухівського національного педагогічного університету імені Олександра Довженка*, 55, 47–52.
3. Кірпи́чова, К. К., & Лопуга, Г. В. (2025). Інноваційні цифрові технології у фізичному вихованні. Сучасні тенденції та перспективи розвитку якісної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту в умовах ступеневої освіти : зб. наук. праць за матер. VII Міжнар. наук.-практ. конф. Полтава – Лубни, 17–18 квіт. 2025 р. / за заг. ред. О. В. Отравенко. Полтава : вид-во ДЗ Луганський національний університет імені Тараса Шевченка», 82–85.
4. Лопатюк, О. В. (2022). Використання цифрових технологій під час занять із фізичної підготовки фахівців авіаційної галузі. *Науковий вісник Львівської академії. Серія : Педагогічні науки*, 12, 60–65.

Тетяна ШЕПЕЛЕНКО, к.н. з ф.в. і с., доцент,
Світлана ДОВЖЕНКО, ст. викладач,
Ольга ЛУЧКО, ст. викладач,
Юлія РЖАВСЬКА, викладач
*Український державний університет
залізничного транспорту
м. Харків, Україна*

ВИКОРИСТАННЯ МУЛЬТИМЕДІА У НАВЧАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Модернізація системи фізичного виховання стає наріжним каменем виховання студентської молоді. Стратегічно важливо спрямувати молодь на засвоєння основних цінностей фізичної і спортивної культури, які забезпечують зміцнення фізичного і морального здоров'я, розумової і фізичної працездатності. Сьогодні як ніколи актуальні стають сучасні підходи і методи фізичного виховання студентів.

Під час добору методів і форм організації навчального процесу слід враховувати мотивацію і зацікавленість студентів у регулярних заняттях фізичною культурою і спортом. Для багатьох дисциплін комп'ютерні технології стали загальноприйнятою справою. Фізичне виховання також має йти у ногу з часом. Мультимедійні технології є ефективним методом навчального процесу і самостійних занять [1, с. 409].

З точки зору педагогіки, теорії і методики спорту мультимедіа уявляє собою дидактичний комп'ютерний засіб, який, надаючи зміст матеріалу в естетично організованій, інтерактивній формі за допомогою двох модальностей (звукової та візуальної), забезпечує ефективне вирішення завдань фізичного виховання молоді. Ця інтерактивна система забезпечує роботу не тільки з текстами і нерухомими зображеннями, а й з рухомими, відео-анімаційною комп'ютерною графікою, промовою і звуком [2, с. 138].

Специфіка дисципліни «Фізичне виховання» передбачає велику кількість наочного матеріалу. В своїй практиці кафедра фізичного виховання та спорту Українського державного університету залізничного транспорту вже використовує відеоролики, слайд-шоу, презентації.

Одними з видів спеціалізації занять з фізичного виховання за видами спорту в університеті є аеробіка, художня гімнастика та черлідінг. В умовах воєнного часу здійснювати навчальний процес з використанням традиційних освітніх схем (вивчення базових рухових дій, поєднання їх у комбінації, а саме «від простого до складного») стало важко. Тому виникла потреба до традиційної схеми навчального процесу зі спеціалізацій «аеробіка», «художня гімнастика» та «черлідінг» додати мультимедійні технології, а саме презентація, анімація, фото, відео.

На навчальних заняттях використовуються інтерактивні схеми та зображення, які демонструють студентам різноманітність рухової активності, техніку виконання вправ, елементів складності тощо.

Відеоролики з комплексами вправ з аеробіки, художньої гімнастики та черлідінгу сприяють вивченню правильної техніки базових кроків, термінології та методиці розучування. Студенти можуть самостійно вивчати інтернаціональні символи-жести, за допомогою яких викладач керує групою та передає інформацію про вправи.

Наприклад, під час практичних занять з аеробіки та черлідінгу використання анімації (постановка ноги на степ-платформу, піднімання коліна під час виконання вправи, базові кроки в аеробіці, випади, махи ногами, базові рухи рук в черлідінгу та ін.) допомагає студентам мати уяву про техніку виконання вправи і роботу м'язів. Завдяки презентації студенти навчаються систематизувати фізичне навантаження. Фото і відео зйомка під час занять

допомагають аналізувати виконання вправ, знаходити помилки та виправляти їх самостійно, постійно контролювати якість виконання тих чи інших вправ, елементів тощо.

Одним з ефективних прийомів навчання та удосконалення музично-ритмічних рухів є прийом «відео-лідер». Усі учасники навчального процесу виконують вправи в одному темпі і однаковій послідовності. Музично-ритмічні рухи транслюються через мережу або записані на носіях зберігання інформації і виконуються під музичний супровід. Цей прийом можна використовувати і для самостійних занять. Це полегшує роботу викладачу, який може здійснювати контроль за якістю виконання музично-ритмічних рухів та візуально спостерігати щодо впливу навантаження на організм кожного учасника занять.

Використання мультимедіа під час занять з аеробіки, черліденгу, художньої гімнастики дозволяє студентам бути «читачами» – отримувати інформацію про техніку виконання фізичних вправ, «слухачами» – вчитися вибудовувати музичний ритм та виконувати вправи під музичний супровід, «глядачами» – мати можливість бачити правильне виконання вправ спортсменами високого класу за допомогою відеозапису, а також власне виконання.

Використання мультимедійних технологій у навчальному процесі з цих видів спеціалізації показало позитивні результати. Студенти опановують техніку виконання спеціальних вправ, характерних цим видам спорту, виконують складні координаційні зв'язки, покращують рівень технічної і фізичної підготовки. Інформаційні технології дозволяють індивідуалізувати навчальний процес, підвищують активність студентів, допомагають інтенсифікувати процес фізичного виховання, підвищують мотивацію студентів, створюють умови для самостійної роботи, сприяють випрацюванню самооцінки у студентів.

Таким чином, можна зробити висновок, що використання мультимедійних технологій у навчальному процесі спеціалізації за видами спорту «аеробіка», «художня гімнастика», та «черліденг» – це міцний ривок сучасності, завдяки якому покращується фізична і технічна підготовка, мотивація до занять, когнітивний рівень студентів. З використанням мультимедійних систем навчально-тренувальні заняття стали ефективними, пізнавальними і менш нудними.

Література:

1. Храмов В.В., Герасимова Ю.Е. Мультимедийные технологии на уроке аэробики в общеобразовательной школе. *Вісник Чернігівського національного університету імені Т.Г. Шевченка*. 2011. Вип. 1. Т.86. Сер. Педагогічні науки. Фізичне виховання і спорт. С. 408 – 411.
2. Шепеленко Т.В. Комплектація команд у спортивній аеробіці на основі психофізіологічних показників спортсменів : дис. канд. наук з ф.в. і с. : 24.00.01. Харків, 2018. 229 с.

Тетяна ШЕПЕЛЕНКО, к.н. з ф.в. і с., доцент,
Світлана ДОВЖЕНКО, ст. викладач,
Ольга ЛУЧКО, ст. викладач,
Юлія РЖАВСЬКА, викладач
*Український державний університет
залізничного транспорту
м. Харків, Україна*

ОСНОВНІ АСПЕКТИ ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ

Анотація: в роботі розкрито змінення процесу фізичного виховання у вищій під час воєнного стану, показані засоби фізичного виховання як головного компоненту методичної організації підготовки до діяльності.

Ключові слова: воєнний стан, фізичне виховання, засоби фізичного виховання, патріотичне виховання.

Вступ Воєнний стан – це особливий правовий режим, що вводиться у разі збройної агресії чи загрози нападу, небезпеки державної незалежності, територіальної цілісності [2, с. 43].

У надскладних умовах воєнного часу організація освітнього процесу потребує іншого змісту та підходів.

Воєнна агресія проти України внесла суттєві корективи щодо організації навчального процесу з фізичного виховання. Питання організації ефективного навчання стали питаннями безпеки і збереження здоров'я та життя здобувачів вищої освіти.

В умовах війни здобувачі закладів вищої освіти продовжують навчатися в тих регіонах, де це можливо, багато з них займаються волонтерською діяльністю або вступили до лав територіальної оборони. Але, не дивлячись на те, яким чином молодь допомагає країні долати ворога, потрібно знаходити час для зміцнення фізичних якостей і здоров'я, які є складовими впевненості і незламного духу українця, і вони формуються завдяки фізичним навантаженням.