

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,<br>Людмила ШУБА,<br>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,<br>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,<br>Валентина НЕЧИПОРЕНКО,<br>Наталія ГОРДІЄНКО,<br>Олена ПОЗДНЯКОВА,<br>Світлана ВОЛКОВА,<br>Наталія СЕРГАТА | Формування мотиваційно - ціннісного ставлення студентів зов до занять фізичною культурою                                                                                    | 85  |
| Сергій СМЕТАНІН,<br>Олена ЗАХАРОВА,<br>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,<br>Світлана ДОВЖЕНКО,<br>Ольга ЛУЧКО,<br>Юлія РЖАВСЬКА                                                        | Використання мультимедіа у навчальному процесі з фізичного виховання у закладах вищої освіти                                                                                | 97  |
| Тетяна ШЕПЕЛЕНКО,<br>Світлана ДОВЖЕНКО,<br>Ольга ЛУЧКО,<br>Юлія РЖАВСЬКА                                                        | Основні аспекти організації фізичного виховання студентської молоді під час воєнного стану                                                                                  | 100 |
| Ілля ШУТЄЄВ<br>Андрій ЄФРЕМЕНКО                                                                                                 | В передчутті епохи електронного фізичного виховання                                                                                                                         | 104 |
| РЕКОМЕНДАЦІЇ ВСЕУКРАЇНСЬКОГО КРУГЛОГО СТОЛУ                                                                                     |                                                                                                                                                                             | 106 |

#### 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.

**Огляд літератури:** Зміни в організації фізичного виховання у сьогоденні тільки починають висвітлюватись у науковій літературі. На сучасному етапі увага приділяється організації фізичного виховання в умовах воєнного стану. Проблема мотивації до занять, зміни в організації тільки починає обговорюватись. Авторі головним чином приділяють увагу змінам у фізичному та психічному стані населення України, особливо дітей та молоді.

У ряді публікацій проведений аналіз змін фізичного та психічного стану молоді, шляхи подолання стану пригніченості, надані методичні та практичні поради.

Логічно припустити що для успішного вивчення та удосконалення процесу фізичного виховання у вищі необхідно приділити особливу увагу вивченню аспектів підвищення здоров'я як фізичного, так і психічного, дослідити мотивації молоді до систематичних практичних занять, введенню в процес вивчення історії України, набуття вмінь та навичок з військово-патріотичного, національно-патріотичного виховання.

**Методи дослідження:** теоретичний аналіз літературних даних, методи педагогічного спостереження, тестування,

**Результати та обговорення:** Безпеківі заходи воєнного стану обмежують людину у живому спілкуванні, звичайному для себе способі життя, але найважливішою проблемою є обмеження рухової активності. Все це ставить перед тренером-викладачем завдання знаходити дієві шляхи у вирішенні складних питань дистанційного навчання, організувати якісне навчання з використанням цифрових технологій, надихати і мотивувати студентів, надавати раду технічним проблемам виявилось зовсім не просто [1, с. 71].

Основною метою організації навчання онлайн є досягнення мотивованого, відповідального, свідомого виконання фізичних вправ здобувачами вищої освіти. Кожний викладач, стикаючись з викликом організації дистанційного навчання, має забезпечити досягнення очікуваних результатів навчання, але водночас враховувати, що деякі з них можуть бути недосяжними в умовах воєнного часу, деякі – потребуватимуть незначного корегування, а частина – залишаться незмінними.

Завдання тренера-викладача – співпрацювати зі усіма учасниками освітнього процесу. Він має пересвідчитися, що технічно готовий до праці на обраній платформі, створити групу зі студентами у зручному месенджері. Здобувачі вищої освіти, у свою чергу, мають опрацьовувати наданий матеріал для оволодіння відповідними компетентностями та досягнення очікуваних результатів навчання з фізичного виховання, при цьому дотримуючись принципів академічної доброчесності. Перед початком семестру тренеру-

викладачу бажано зробити онлайн-конференцію зі студентами та обговорити форми співпраці і організаційні питання.

Під час дистанційного навчання тренеру-викладачу слід враховувати особистий приклад, знання студентів щодо правил самостійної роботи, місце проживання студентів, використання нестандартного інвентарю та обладнання для занять у домашніх умовах, план роботи на період воєнного часу, зворотний зв'язок [2, с. 38].

В Україні, нажаль, немає досвіду підготовки цивільного населення до діяльності в екстремальних умовах воєнного часу [3, с. 275]. До повномасштабного вторгнення викладачі фізичного виховання не згадували на заняттях про таке основне завдання фізичного виховання, як підготовка до захисту країни та підтримка фізичної готовності населення для цього якомога довше, але обставини сьогодення вимагають згадати про це.

Засоби фізичної культури – це головний компонент методичної організації підготовки до діяльності в умовах воєнного часу. Основу такої підготовки повинні складати фізичні вправи, що включають до себе гімнастичні вправи (перекиди, різноманітні стрибки, підтягування та ін.). Гімнастичні вправи завжди характеризуються високим ступенем екстремальності, а у психологічному аспекті – вони відповідають вимогам формування таких якостей, як сміливість, рішучість, дисциплінованість.

Будь-яка змагальна діяльність (естафети, футбол, баскетбол за спрощеними правилами та ін.) характеризується наявністю екстремальних ситуацій та долаттям перешкод. Гімнастичні вправи та рухливі ігри можуть бути визначені як засоби фізичної культури, що спрямовані на формування загальної фізичної і психологічної готовності до складних умов воєнного часу [3, с. 281].

Змістовно-методична основа комплексу засобів фізичної культури для підготовки студентів до дій у надскладних умовах воєнного часу має складатися з наступного:

- розвиток фізичних якостей;
- формування спеціальних рухових умінь і навичок;
- розвиток адаптаційних можливостей організму;
- формування досвіду дій в екстремальних умовах.

Однією з головних цілей фізичного виховання є підготовка розвинутих особистостей за всіма напрямками. Такі особистості мають бути готовими до праці, до захисту Вітчизни. Відомо, що людина, яка має великий запас різноманітних рухових навичок, а також великий рівень розвитку фізичних та морально-вольових якостей здібна засвоювати у короткий термін будь-яку трудову діяльність. Такі ж якості потрібні і у військовій діяльності. Тому

фізичне виховання молоді слід спрямовувати на її моральне і патріотичне виховання.

По-перше, слід координувати та удосконалювати педагогічну діяльність, по-друге, розвивати в молоді патріотичне відчуття за допомогою бесід та матеріалів для самостійного вивчення з ознайомлення з історичними традиціями, воєнними та спортивними перемогами, по-третє, важливо сформуванню в процесі занять фізичною культурою вольове здорове покоління з розвинутими інтелектуальними якостями, що дозволить служити суспільству не тільки у мирний час, але й у тяжкі воєнні часи.

Складні умови воєнного часу потребують великих фізичних і нервово-емоційних напружень та фізичних зусиль. Готовність людини до цих умов, здібність переносити фізичні і психічні навантаження складають одну з вирішальних умов успіху військових дій. Фізична культура повинна забезпечити високий рівень фізичних і морально-вольових якостей.

Спортивна діяльність, виховуючи патріотизм і формуючи морально-вольові якості (чесність, відповідальність, дисциплінованість, цілеспрямованість та ін.), розвиває у молоді почуття любові до Вітчизни та високої відповідальності за свою фізичну підготовку. Виховання морально-вольових якостей щільно пов'язане з патріотичним вихованням та психологічною підготовкою. У почутті патріотизму, боргу перед колективом (група, команда та ін.), прагнення своєю перемогою на змаганнях підняти престиж вишу, міста, держави є міцним стимулом для систематичних занять фізичною культурою і спортом. А це, у свою чергу, сприяє наполегливості, цілеспрямованості, волі до перемоги, бажанню долати будь-які перешкоди. Головна роль у формуванні громадянського світогляду молоді належить педагогу, який має допомогти їй в цьому. У сучасних жорстких умовах підготовка молоді до життя в умовах воєнного часу та після нього – це, по-перше, формування в неї цілеспрямованості та самостійності, впевненості у власних силах. Відродження патріотичних почуттів можливо досягти вирішенням різних задач, зокрема й через фізичний розвиток молоді і формування потреби у здоровому способі життя.

**Висновки:** Система фізичного виховання здатна сформувати у молоді не лише повагу до загальнолюдських цінностей, а й забезпечити виховання патріотично налаштованої свідомої молоді, творчої особистості, яка здатна самостійно приймати рішення і реалізовувати їх у процесі життєдіяльності з метою збереження національної ідентичності та підвищення іміджу країни. У процесі систематичних занять фізичною культурою і спортом здійснюється глибокий зв'язок фізичного виховання з моральним, розумовим і естетичним розвитком особистості. Багатогранні здібності, що сформовані фізичною

культурою і спортом, у процесі праці, соціального спілкування, наукового пізнання стають необхідними компонентами подальшого розвитку людини і різних видів суспільної діяльності. Тому елементи духовного і фізичного вдосконалення людини, що надбані у процесі фізичної і спортивної діяльності виступають важливими сторонами її індивідуального соціально-духовного, патріотичного розвитку [4, с. 66].

Фізичне виховання сьогодення потребує формування фізичної готовності молоді до виконання громадського та конституційного обов'язку щодо відстоювання інтересів та незалежності держави, високих морально-вольових якостей.

Саме у період навчання у виші ефективніше за все повинно здійснюватися удосконалення фізичного розвитку, функціональних систем організму молоді людини, формуватися впевненість у розвитку життєво необхідних якостей, властивостей та рис особистості, що у цілому має знаходити своє відображення у психічній і фізичній надійності майбутнього фахівця та його готовності до захисту Вітчизни.

Історія наших пращурів та теперішні часи навчили нас, що за майбутнє необхідно боротися. Виховний процес через фізичну культуру та спорт – залог морального і патріотичного виховання молоді.

#### **Література:**

1. Журавльова І.М., Соколюк О.В., Христенко Д.О. Фізичне виховання здобувачів вищої освіти в умовах сьогодення. *Сучасні методи та форми організації освітнього процесу у закладах вищої освіти* : матеріали Всеукр. наук.-метод. конф., 15 черв. 2022 р. Одеса : Університет Ушинського, 2022. С. 70 – 74.
2. Методичні рекомендації щодо викладання фізичної культури у 2022 – 2023 навчальному році. URL: <https://www.schoollife.org.ua/metodychni-rekomendatsiyi-shhodo-vykladannya-fizychnoyi-kultury-u-2022-2023-navchalnomu-rotsi/> (дата звернення : 26.08.2022).
3. Подгорна В., Кокотєєва А., Гибескул О. Теоретичне обґрунтування методів і засобів фізичної культури для підготовки студентів до громадської діяльності в умовах воєнного часу. *Перспективи та інновації науки*. 2022. № 4 (9). С. 273 – 284.
4. Возний А.П. Фізична культура та спорт – найважливіші елементи військово-патріотичного виховання сучасної молоді. *Інноваційні технології в системі підвищення кваліфікації фахівців фізичного виховання і спорту* : тези доп. IV Міжнар. наук.-метод. конф., 13 – 14 квіт. 2017 р. Суми : СДУ, 2017. С. 64 – 67.

**Ілля ШУТЕЄВ**

*аспірант 1-го року навчання*

**Андрій ЄФРЕМЕНКО**

*кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,*

*доцент кафедри легкої атлетики,*

*Харківська державна академія фізичної культури*