
Формування ключових компетентностей учнів на уроках фізичної культури

Ірина Волкова,

*старший викладач кафедри освітнього менеджменту та виховання
(секція культури здоров'я, психологічної та інклюзивної освіти)*

КВНЗ «Харківська академія неперервної освіти»,

магістр педагогіки вищої школи, тренер НУШ

i_y_volkova@ukr.net

У статті розглянуто особливості впровадження компетентнісного підходу на уроках фізичної культури в закладах загальної середньої освіти. Проаналізовано сутність поняття компетентності, визначено роль фізичної культури у формуванні ключових компетентностей учнів. Наведено приклади формування ключових компетентностей на уроках фізичної культури.

Ключові слова: компетентнісний підхід, фізична культура, ключові компетентності, освітній процес, рухова активність.

Сучасний розвиток системи освіти характеризується переходом від традиційної знаннєвої моделі навчання до компетентнісної, яка орієнтує освітній процес на формування здатності особистості застосовувати набуті знання, уміння та навички у практичній діяльності. У контексті освітніх реформ та впровадження Концепції «Нова українська школа» особливої актуальності набуває проблема формування ключових компетентностей і наскрізних умінь учнів, що забезпечують всебічний розвиток особистості та підготовку до активної участі в суспільному житті [1; 2; 3].

Згідно з Концепцією реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа» на період до 2029 року (2016) реформування змісту загальної середньої освіти передбачає розроблення принципово нових державних стандартів загальної середньої освіти, які повинні ґрунтуватися на компетентнісному та особистісно орієнтованому підході до навчання, ураховувати вікові особливості психофізичного розвитку учнів, передбачати здобуття ними умінь і навичок, необхідних для успішної самореалізації в професійній діяльності, особистому житті, громадській активності [3].

Фізична культура посідає важливе місце в системі загальної середньої освіти, оскільки сприяє не лише фізичному розвитку школярів, а й формуванню життєво важливих компетентностей. У процесі занять фізичними вправами учні набувають навичок здорового способу життя, навчаються працювати в команді, розвивають комунікативні та соціальні здібності тощо.

В умовах освітньої реформи «Нова українська школа» змінюється й підхід до викладання фізичної культури, що спонукає здійснювати пошук ефективних і сучасних підходів до вдосконалення професійної підготовки педагогічних працівників. Вагомою передумовою зміни підходів у професійній діяльності вчителя фізичної культури є те, що сучасний освітній процес зосереджується не лише на розвитку фізичних якостей здобувачів освіти, засвоєнні правильного виконання фізичних вправ і опануванні технічних елементів із різних видів спорту, а й на формуванні ключових компетентностей, що забезпечують успішну соціалізацію учнівства в реаліях сьогодення.

Реформування загальної середньої освіти особливе значення приділяє професійному розвитку вчителя, який забезпечується через систему підвищення кваліфікації. Освітні програми підвищення кваліфікації вчителів фізичної культури спрямовані на реалізацію положень Державного стандарту базової середньої освіти та передбачають удосконалення професійних компетентностей педагогів відповідно до вимог сучасної школи [6].

Так, у Комунальному вищому навчальному закладі «Харківська академія неперервної освіти» розроблено й запроваджено систему підвищення кваліфікації вчителів фізичної культури Харківської області. Відповідно до Типової програми підвищення кваліфікації вчителів закладів загальної середньої освіти, які впроваджують новий Державний стандарт базової середньої освіти (наказ МОНУ від 12.10.2022 р. № 904), розроблена комплексна освітня програма підвищення кваліфікації педагогічних працівників із фізичної культури. Наведемо тематику освітніх програм підвищення кваліфікації вчителів/викладачів фізичної культури (табл. 1).

Таблиця 1

Тематика освітніх програм підвищення кваліфікації
вчителів/викладачів фізичної культури

Новий Державний стандарт базової середньої освіти. Фізична культура. 5 клас НУШ	2022	30 год/ 1 кредит
Сучасні освітні технології в умовах дистанційного навчання фізичної культури	2022	30 год/ 1 кредит
Загальні та професійні компетентності вчителя фізичної культури в контексті професійного стандарту вчителя ЗЗСО	2023	60 год/ 2 кредити
Трудові функції та компетентності вчителя фізичної культури в контексті професійного стандарту	2023	60 год/ 2 кредити
НУШ: проєктування та здійснення освітнього процесу з фізичної культури у 5-7 класах в умовах дистанційного та змішаного навчання	2023	60 год/ 2 кредити
Подолання освітніх утрат із фізичної культури: стратегії та інструменти	2024	30 год/ 1 кредит
НУШ: проєктування та здійснення освітнього процесу з фізичної культури в 7-9 класах	2024	30 год/ 1 кредит
Учитель фізичної культури: оновлення професійних компетентностей	2024	60 год/ 2 кредити
Дидактика компетентнісного навчання на уроках фізичної культури	2025	60 год/ 2 кредити
Новітні мотиваційні технології на уроках фізичної культури	2026	30 год/ 1 кредит

Згідно з Державним стандартом базової середньої освіти освітній процес має бути організований на засадах компетентнісного підходу, що вимагає від учителя здатності формувати в учнів ключові та предметні компетентності, розвивати наскрізні уміння та забезпечувати практичну спрямованість навчання. У зв'язку з цим програми підвищення кваліфікації передбачають опанування сучасних методик навчання, використання інтерактивних технологій, організацію діяльнісного й особистісно орієнтованого навчання.

Відповідно до Закону України «Про освіту» (2017) поняття «компетентність» визначена як динамічна комбінація знань, умінь, навичок, способів мислення, поглядів, цінностей, інших особистих якостей, що визначає здатність особи успішно соціалізуватися, провадити професійну та/або подальшу навчальну діяльність [1].

Також звернемо увагу, що в сучасних нормативних документах, включно модельна навчальна програма «Фізична культура», наголошується, що основою формування ключових компетентностей є особистісні якості, особистий, соціальний, культурний і навчальний досвід учнів; їх потреби та інтереси, які мотивують до навчання; знання, уміння та ставлення, що формуються в освітньому, соціокультурному та інформаційному середовищі, у різних життєвих ситуаціях [1; 2; 4].

Дослідження у сфері фізичного виховання доводять, що компетентнісний підхід сприяє підвищенню ефективності освітнього процесу, оскільки орієнтує навчання на формування практичних умінь і навичок. Науковці підкреслюють важливість використання інтерактивних методів навчання, проєктної діяльності, ігрових технологій та практико-орієнтованих завдань. Уроки фізичної культури мають значний потенціал для формування ключових компетентностей, оскільки поєднують фізичну активність із розвитком соціальних навичок і особистісних якостей.

У навчально-методичному посібнику «Технології організації різновидів рухової активності в освітньому процесі з фізичної культури в умовах НУШ» (автори Несен О., Волкова І.) розглянуті ключові компетентності та приклади підходів і завдань, що будуть сприяти їх формуванню на уроках фізичної культури [5], які обговорюються під час навчальних занять курсів підвищення кваліфікації.

Вільне володіння державною мовою

Розглядаючи назви видів спорту, варіативних модулів, які впроваджуються, можна робити акцент на правильності їх промовляння та написання, на поступовій зміні їх назв тощо. *Наприклад*, «Футболь», «фотбаль», «союзняк», «ніжний м'яч», «копаний м'яч» чи «копана» – це все старі назви футболу, які застосовувалися в Україні на початку ХХ століття на теренах Галичини. Можна інтегрувати завдання з мови в контрольних точках естафет, використовувати вірші та пісні, що вивчаються під час навчального предмета «Українська мова та література» тощо.

Здатність спілкуватися рідною (у разі відмінності від державної) та іноземними мовами.

При вивченні майже будь-яких варіативних модулів можна розповідати про те, як будуть звучати назви технічних прийомів, окремі терміни правил тими мовами, які є родоначальниками цих видів спорту. На прикладі того ж футболу – goalkeeper – воротар, halfback – напівзахисник, forward – нападник, тощо. В українському сучасному баскетболі вже зараз активно застосовується англійська термінологія в підготовці та суддівстві. Фітнес-йога, кросфіт, аеробіка, чирлідінг, єдиноборства також мають іншомовну термінологію.

Математична компетентність

Такі завдання, як «установити залежність дальності стрибка від довжини розбігу, сили відштовхування, зросту учня тощо; розрахувати індекс маси тіла власний або товаришів; розрахувати необхідну швидкість бігу для подолання певної відстані за певний проміжок часу», будуть удосконалювати математичні навички учнів, які вони опанували на уроках математики, та сприяти формуванню математичної компетентності.

Компетентності в галузі природничих наук, техніки і технологій

Під час проведення уроків на свіжому повітрі можна акцентувати, що при виконанні фізичних вправ відбувається активне насичення крові киснем: коли вдихаємо свіже повітря, наповнюючи ним свої легені (ще й показати та нагадати,

де легені знаходяться), кисень потрапляє у кров і потім потоком із током по артеріях, капілярах розходить до інших органів організму, яким він необхідний для ефективного функціонування. Використання рухливої гри «Броунівський рух» надає можливість учням точно запам'ятати, що мікроскопічні частинки, завислі в рідині або газі, рухаються хаотично, спонтанно, швидкість їх руху залежить від температури.

Інноваційність

Сприяти розвитку інноваційності на уроках фізичної культури можна, якщо надати можливість учням організувати та провести тематичні змагання (наприклад, з естафет). Таке завдання спонукатиме їх до створення нових видів естафет, зміни правил і умов проведення. Організувати такі змагання можна навіть у межах одного уроку фізичної культури за розкладом. Можна запропонувати реалізувати поєднання відомих учням естафет зі змістом будь-якого навчального предмета. Тоді вже самі учні на базі та за прикладом того, що вже виконувалось на уроках, генеруватимуть власні ідеї та пропонуватимуть їх до виконання. Такі завдання будуть виховувати організаційні навички та лідерські якості.

Екологічна компетентність

Прикладом формування екологічної компетентності на уроках фізичної культури може слугувати Плоггінг – поєднання екологічного та фітнес рухів – біг у неквапловому темпі зі збиранням сміття вздовж свого маршруту. Можна запропонувати цей вид активності під час руху на відкритих майданчиках закладу освіти. Можна розповісти історію цього руху, назвати країни, у яких він набирає популярності. Тоді це не буде виглядати як прибирання території. Також можна акцентувати увагу учнів, що, переробляючи та модифікуючи спортивний інвентар і одяг, людство буде зберігати екологію планети, а вивчаючи різні варіативні модулі, розповідати цікаві історії про виробництво інвентарю, устаткування та навіть одягу з переробленого пластику, металу та інших матеріалів.

Інформаційно-цифрова компетентність

Пропонуючи учням узяти участь у певних онлайн іграх, квестах, учитель буде сприяти становленню їх цифрової компетентності. Долучення до уроків на онлайн платформах, вивчення та користування функціоналом цих платформ на уроках фізичної культури (робота в групах при розподіленні в zoom/meet конференції, індивідуальна робота на інтерактивних дошках) – це все створить базу для формування необхідних умінь для подальшого користування цифровим виміром. Створення фото/відео презентацій з певних тем для аналізу фізичної діяльності вимагатиме від дитини вміння користуватися цифровими пристроями, про функціонал яких учитель може розповідати учням на уроках фізичної культури опосередковано через свої завдання.

Навчання впродовж життя

Організація та залучення учнів до тривалих взаємопов'язаних проєктів із фізичної культури (спостереження за власними життєвими показниками впродовж певного періоду разом із з'ясуванням впливу окремих видів навантаження на організм, відслідковування його реакції та зміни під впливом певних середовищних факторів тощо) сприятиме усвідомленню учнів, що будь-яке питання та проблему можна більш детально вивчити, поглиблено розглянути з різних сторін, що дасть широку варіативність вирішення завдання, сприятиме усвідомленню та позитивному ставленню до необхідності вчитися впродовж усього життя. Демонстрація змагальної діяльності на різних етапах спортивної підготовки –

дитячі змагання, Олімпійські ігри, змагання ветеранів спорту – буде формувати розуміння в учнів, що фізичне вдосконалення, як і навчання, доступне, можливе й ціннісне впродовж усього життя людини.

Громадянські та соціальні компетентності

Супроводження проведення змагань/ стартів/ фізкультурно-масових заходів не лише як організатор, але й суддя/член журі, спонукатиме учнів до усвідомлення необхідності дотримання правил; необхідність у ролі судді вирішувати спортивні конфлікти та непорозуміння спонукатиме до формування рішучості, толерантності, сприятиме розумінню свідомого ставлення до обов'язків, які покладені на дитину соціумом/громадою/групою людей тощо. А також формування громадянських і соціальних компетентностей передбачає розвиток в учнів відповідального ставлення до власного здоров'я, дотримання принципів здорового способу життя, готовності до співпраці, взаємоповаги й активної участі в колективній діяльності.

Культурна компетентність

Виконання вправ варіативних модулів українського одноборства (різновидів хортингу), поєднуючи з розповідями про культуру українського козацтва, їх звичаї та особливості ведення поєдинків, буде відображати інтеграцію уроку фізкультури з історією України, культурою, можливо, географією, розповідаючи, у яких частинах України які козацькі поселення обирали для себе такий вид одноборства. Уміння керувати емоціями та виражати їх у межах правил змагань сприятиме дотриманню мовленнєвого етикету, навчатиме правильно добирати слова в будь-яких по-різному забарвлених емоційних ситуаціях. Дотримання техніки виконання фізичних рухів формуватиме культуру рухів і сприятиме оздоровленню дітей.

Підприємливість і фінансова грамотність

Застосування проєктного навчання відкриває великі можливості у формуванні підприємливості та фінансової грамотності учнів у сфері фізичної культури. Наприклад, план-проєкт, як організація «Фітнес-аукціону», буде сприяти розумінню процесів управління ресурсами та приймання стратегічних фінансових рішень. *Суть завдання:* учні виконують фізичні вправи на уроці, а за якісне їх виконання отримують гроші – «фізкультурики». Наприкінці уроку всі «зароблені» гроші вони можуть витратити на аукціоні вчительських пропозицій: додаткові бали до оцінки, заміна вправи для всього класу, заміна вправи для однієї особи (будь-кого в класі), право бути капітаном у грі, збільшення навантаження на уроці, зменшення навантаження на уроці тощо. Ці пропозиції мають бути роздруковані на папері та продані на аукціоні наприкінці уроку. Учень у будь-який момент (в оговорений період) може скористатися викупленою пропозицією на уроці. Такий підхід до уроку буде сприяти розумінню учнів як найкраще «заробити» та розподілити свої «гроші». На аукціоні потрібно вирішити, на що краще витратити кошти. Учні навчатимуться оцінювати цінність речей і приймати рішення.

Під час навчальних занять учителі фізичної культури створюють структурно-логічні моделі формування ключових компетентностей на уроках фізичної культури (табл. 2).

Формування ключових компетентностей учнів на уроках фізичної культури та рівні їх сформованості

Компетентність	Рівні сформованості	Приклад діяльності на уроці фізичної культури
Математична	Початковий – виконує підрахунок повторень за допомогою вчителя. Середній – самостійно рахує кількість вправ, визначає результат. Достатній – порівнює результати, визначає швидкість, час, дистанцію. Високий – аналізує власні показники, робить висновки.	Під час бігу на 60 м учні вимірюють час, порівнюють результати, визначають швидкість, рахують кількість повторень вправ.
Інноваційність	Початковий – виконує вправи за зразком. Середній – пропонує власний спосіб виконання вправи. Достатній – бере участь у створенні нових рухливих ігор. Високий – самостійно пропонує варіанти вправ, естафет, ігор.	Учні створюють власний варіант естафети або змінюють правила гри для ускладнення завдання.
Уміння навчатися впродовж життя	Початковий – виконує вправи за інструкцією. Середній – намагається виправляти помилки. Достатній – аналізує власні результати. Високий – ставить особисті цілі та планує їх досягнення.	Після виконання вправ учні оцінюють результат, визначають, що потрібно покращити, ставлять ціль на наступний урок.
Громадянська та соціальна	Початковий – знає правила безпеки. Середній – розуміє вплив вправ на організм. Достатній – пояснює значення розминки, дихання, навантаження. Високий – може самостійно вибирати вправи для зміцнення здоров'я.	Учні виконують розминку та пояснюють, які м'язи працюють, чому потрібно робити вправи для розігріву, як фізичні вправи впливають на серце та дихання.

Висновки

1. У сучасних освітніх стандартах компетентнісний підхід визначається як основа організації навчання, оскільки він спрямований на формування ключових компетентностей, необхідних для успішної життєдіяльності людини.

2. У галузі фізичної культури компетентнісний підхід має особливе значення, оскільки цей навчальний предмет поєднує фізичний розвиток, виховання культури здоров'я, формування соціальних навичок і розвиток особистісних якостей.

3. Реалізація компетентнісного підходу на уроках фізичної культури передбачає використання активних методів навчання, створення проблемних і практичних ситуацій, організацію командної діяльності та застосування рефлексії. Це сприяє формуванню не лише рухової компетентності, а й розвитку ключових компетентностей та наскрізних умінь, передбачених сучасними освітніми стандартами.

4. Формування ключових компетентностей учнів на уроках фізичної культури безпосередньо пов'язане з розвитком наскрізних умінь, що забезпечує здатність застосовувати набуті знання та навички у практичній діяльності, планувати фізичну активність і підтримувати здоровий спосіб життя.

Список використаних джерел

1. Закон України «Про освіту» від 05.09.2017 № 2145-VIII (зі змінами). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text> (дата звернення: 24.03.2026).
2. Закон України «Про повну загальну середню освіту» від 16.01.2020 № 463-IX. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/463-20> (дата звернення: 24.03.2026).
3. Концепція реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа» на період до 2029 року : розпорядження Кабінету Міністрів України від 14 грудня 2016 р. № 988-р. URL: <https://www.kmu.gov.ua/npas/249613934> (дата звернення: 24.03.2026).
4. Модельна навчальна програма «Фізична культура. 5-9 класи» для закладів загальної середньої освіти : наказ МОН України від 22.08.2024 № 1185 / Баженков С. В., Бідний М. В., Ребрина А. А., Данільченко В. О., Коломоєць Г. А., Дутчак М. В. Київ, 2024. URL: <https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/zagalna%20serednya/Navchalni.prohramy/2024/Model.navch.prohr.5-9.klas-2024/fizkult-5-9-kl-bazhenkov-ta-in-22-08-2024.pdf> (дата звернення: 24.03.2026).
5. Несен О., Волкова І. Технології організації різновидів рухової активності в освітньому процесі з фізичної культури в умовах НУШ: навчально-методичний посібник. Харків: ХНПУ імені Г. С. Сковороди, 2025. 201 с.
6. Професійний стандарт «Вчитель закладу загальної середньої освіти»: Наказ Міністерства освіти і науки України від 29.08.2024 № 1225. URL: <https://mon.gov.ua/static-objects/mon/uploads/public/66e/806/fcb/66e806fcb90e2017837434.pdf>

Педагогічна діяльність та оцінювання результатів навчання – складові внутрішньої системи забезпечення якості освіти

(за матеріалами Аналітичного звіту «Якість освітньої діяльності в Україні», підготовленого Державною службою якості освіти України)

*Світлана Вольянська,
начальник Східного міжрегіонального
управління Державної служби
якості освіти, канд. пед. наук*

Система загальної середньої освіти в Україні продовжує функціонувати в умовах воєнного стану. Організація освітнього процесу в закладах загальної середньої освіти визначалася безпековою ситуацією в регіонах, наявними інфраструктурними можливостями та потребами учасників освітнього процесу. За цих умов заклади освіти забезпечували безперервність навчання, поєднуючи різні форми його організації та одночасно реагуючи на кадрові, інфраструктурні й психологічні виклики.

У 2025 році Державна служба якості освіти України та її територіальні органи провели 233 позапланові інституційні аудити закладів загальної середньої освіти, з них 5 – у Харківській області.

На основі узагальнення висновків і рекомендацій, сформованих експертними групами за результатами інституційних аудитів 2025 року, з урахуванням