



**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
УКРАЇНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ЗАЛІЗНИЧНОГО ТРАНСПОРТУ
НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ ВІДДІЛ**

**НОВІТНІ ПЕДАГОГІЧНІ ПІДХОДИ ПРИ ОРГАНІЗАЦІЇ
ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ В УКРАЇНСЬКОМУ
ДЕРЖАВНОМУ УНІВЕРСИТЕТІ ЗАЛІЗНИЧНОГО
ТРАНСПОРТУ**

**ТЕЗИ НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
УНІВЕРСИТЕТУ**

(27–28 листопада 2024 року)

Харків 2024

Редакційна колегія:

Соломніков І. В. (відп. редактор), Індик Н. В.,

Семенцова О. В., Дудін О. А.,

Куценко М. Ю., Змій С. О., Рукавішников П. В., Харламова О. М.

дає змогу залучати додаткові фінансові ресурси для впровадження інновацій і модернізації інфраструктури [1].

Отже, інноваційний розвиток фізичного виховання в умовах євроінтеграції спрямований на забезпечення відповідності українських стандартів європейським, підвищення якості освіти і здоров'я населення [2].

1. Приходько В., Дорофєєва Т. Значення децентралізації для подальшого розвитку спорту в умовах України. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2020. № 5(79). С. 9 – 12.

2. Construction of a 15-second dynamic running model for groups with different training programs. Its dynamics and prediction / V. Grinko, T. Shepelenko, V. Kudelko, A. Shaposhnyk and other. *Fourrages Journal*. Vol. 256. Is. 11. P. 2 – 15. URL: <https://doi.org/10.59671/ubMzo>.

Старш. викл. кафедри фізичного виховання та спорту **О. Р. Лучко**

НОВІТНІ ПЕДАГОГІЧНІ ПІДХОДИ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ

Новітні педагогічні підходи в організації освітнього процесу з фізичного виховання зосереджено на інтеграції сучасних технологій, індивідуалізації підходу до кожного здобувача [1]:

1. Компетентнісний підхід - спрямований на розвиток ключових компетенцій, необхідних для активного життя і здоров'я, таких як саморегуляція, самодисципліна та відповідальність за своє фізичне благополуччя. Здобувачі отримують знання не лише з фізичних вправ, а й з управління здоров'ям, планування навантажень і самоконтролю.

2. Індивідуалізація та диференціація навчання - орієнтований на індивідуальні особливості здобувачів, такі як рівень фізичної підготовки, стан здоров'я, інтереси та мотивація. Викладачі адаптують програму відповідно до цих характеристик, створюючи персоналізовані плани тренувань для досягнення оптимальних результатів.

3. Інтеграція міждисциплінарних зв'язків - фізичне виховання інтегровано з іншими дисциплінами, такими як біологія, психологія та медицина, щоб підвищити обізнаність здобувачів щодо функціонування

людського організму, принципів здорового харчування та впливу фізичних навантажень на здоров'я.

4. Використання інноваційних і цифрових технологій - мобільних додатків, трекерів активності, віртуальних тренувань та інших технологій - допомагає здобувачам моніторити свій прогрес, аналізувати результати і розвивати самостійність у плануванні фізичної активності, зробити процес навчання більш інтерактивним і мотивуючим.

5. Проєктно-дослідницький підхід – залучення здобувачів до розроблення проєктів з дослідження нових методів фізичної активності, аналізу спортивних тренувань і створення власних програм для підтримання здоров'я. Це дає їм змогу краще зрозуміти наукові аспекти спорту, досліджувати різні види тренувань або розробляти власні програми, адже це сприяє розвитку критичного мислення, самостійності та ініціативності, а також соціальних навичок.

6. Ігровий підхід і гейміфікація. Впровадження елементів гри в заняття фізичним вихованням підвищує мотивацію здобувачів і робить процес навчання цікавим і захоплюючим - це можуть бути спортивні змагання, інтерактивні вправи або командні ігри. Гейміфікація занять із фізичного виховання, впровадження командних ігор і різних змагань сприяють покращенню мотивації та залученню здобувачів до активної участі.

7. Використання здоров'язбережувальних технологій - правильне дозування фізичних навантажень, створення безпечного і здорового середовища для занять фізичним вихованням, урахування індивідуальних особливостей здобувачів, їхнього фізичного стану та психоемоційного здоров'я.

8. Соціальний або інклюзивний підхід - залучення здобувачів із різними фізичними можливостями, що дає змогу всім здобувачам брати участь у фізичних активностях, незалежно від фізичних обмежень, що сприяє рівноправності та інклюзії.

Ці підходи спрямовані на розвиток здорової особистості, здатної самостійно підтримувати фізичне і психічне здоров'я, роблять освітній процес

із фізичного виховання сучасним, цікавим та ефективним, індивідуалізованим та інтерактивним, підвищуючи зацікавленість здобувачів і сприяючи їхньому гармонійному розвитку [2].

1. Гринько В. М., Єфремова А. Я., Куделко В. Е. Дослідження рівня фізичної підготовленості студентів I-II курсів Українського державного університету залізничного транспорту. *Спортивні ігри*. 2020. № 4 (18). С. 14 – 21. URL: <http://doi.org/10.15391/si.2020-4.02>.

2. Construction of a 15-second dynamic running model for groups with different training programs. Its dynamics and prediction / V. Grinko, T. Shepelenko, V. Kudelko, A. Shaposhnyk and other. *Fourrages Journal*. Vol. 256. Is. 11. P. 2 – 15. URL: <https://doi.org/10.59671/ubMzo>.

*Старш. викл. кафедри фізичного
виховання та спорту І. О. Сапегіна*

НОВІТНІ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ПІДХОДИ ПІД ЧАС ОРГАНІЗАЦІЇ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В УКРАЇНСЬКОМУ ДЕРЖАВНОМУ УНІВЕРСИТЕТІ ЗАЛІЗНИЧНОГО ТРАНСПОРТУ

Сучасні реалії життя українського студентства вимагають від молодого покоління високого рівня фізичної та психічної готовності до навчання, праці, оборони нашої країни. Теперішнє життя і навчання здобувачів не схоже на життя здобувачів минулих років. Дистанційне навчання, праця та постійне перебування в зоні воєнних дій додає психічної напруги молодому поколінню. Сучасність потребує нових підходів для фізичного виховання здобувачів, і оздоровча спрямованість стає головним напрямом у фізичному вихованні. Оздоровлення молодого покоління – це здорова нація в майбутньому.

Фізичні вправи вважають одним із немедикаментозних засобів заспокоєння, а як відомо, спокійний стан людини є запорукою її здоров'я та чіткого мислення, спокійний стан – це основа подальшого розвитку людини в різних сферах життєдіяльності.

Як відомо, існує зв'язок між фізичним і психічним напруженням, фізичним і психічним розслабленням. Використовуючи цю фізичну закономірність, можна полегшувати симптоми тривожності та зменшувати прояви стресу за допомогою вправ на поступове напруження та розслаблення м'язів.