

УДК 373.5.091.12.011.3

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.ped.2024.1.4>**Олена ІВАНОВА**

аспірантка кафедри публічного управління та адміністрування, Хмельницький університет управління та права імені Леоніда Юзькова, ov_ivanova@univer.km.ua
ORCID: 0000-0002-0682-5607

ОБҐРУНТУВАННЯ НЕОБХІДНОСТІ ВПРОВАДЖЕННЯ СПОРТИВНИХ ДИСЦИПЛІН У ШКІЛЬНУ НАВЧАЛЬНУ ПРОГРАМУ: МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ

Сучасний розвиток освітніх систем свідчить про необхідність перегляду підходів до наповнення шкільної навчальної програми. Однією з ключових складових, яка відіграє значну роль у гармонійному розвитку учнів, є впровадження спортивних дисциплін у шкільну програму. Проте, наукове обґрунтування необхідності цього кроку та його методологічний аспект залишаються предметом активного дослідження та обговорення в педагогічній спільноті. У останніх дослідженнях та публікаціях акцентовано увагу на ролі фізичного виховання та спортивних занять у формуванні здорової та емоційно стійкої особистості школяра. Аналіз літератури показує, що впровадження спортивних дисциплін в шкільну програму сприяє підвищенню академічного успіху, розвитку соціальних навичок та психологічного благополуччя учнів. Метою даної наукової статті є обґрунтування необхідності впровадження спортивних дисциплін у шкільну навчальну програму через призму методологічного підходу. Це включає в себе аналіз попередніх досліджень, виявлення переваг та викликів цього процесу та розгляд можливостей для оптимізації шкільної освіти через інтеграцію спортивних дисциплін. У статті розглядаються різні підходи до впровадження спортивних дисциплін у шкільну навчальну програму з точки зору педагогічної теорії та методології. Зазначено значний вплив спорту на фізичне та психічне здоров'я учнів, а також їхній академічний успіх та соціальну адаптацію. Обґрунтовано важливість розвитку фізичних та емоційних аспектів особистості через спортивні заняття в школі. Висновки. Результати дослідження підтверджують важливість впровадження спортивних дисциплін у шкільну навчальну програму. Спортивні дисципліни в школі не лише сприяють фізичному здоров'ю, а й впливають на розвиток особистості та формування ключових навичок учнів. Подальші дослідження та реалізація відповідних програм повинні бути спрямовані на покращення якості спортивної освіти в Україні.

Ключові слова: фізичне виховання, зміст навчальної програми, спортивна дисципліна, фізичне здоров'я, емоційне здоров'я, академічний успіх, соціальна адаптація, результативність.

Olena IVANOVA. JUSTIFICATION OF THE NEED TO INTRODUCE SPORTS DISCIPLINES INTO THE SCHOOL CURRICULUM: METHODOLOGICAL ASPECT

The modern development of educational systems emphasizes the necessity to reconsider approaches to the content of school curricula. One of the key components contributing significantly to students' holistic development is the integration of sports disciplines into the school curriculum. However, the scientific justification for this step and its methodological aspect remain subjects of active research and discussion within the pedagogical community. Recent studies and publications have focused on the role of physical education and sports activities in shaping a healthy and emotionally resilient schoolchild's personality. Literature analysis demonstrates that the incorporation of sports disciplines into the school curriculum contributes to enhanced academic success, development of social skills, and psychological well-being of students. The aim of this scientific article is to justify the necessity of integrating sports disciplines into the school curriculum through a methodological approach. This includes analyzing previous research, identifying the advantages and challenges of this process, and exploring opportunities for optimizing school education through the integration of sports disciplines. Various approaches to the integration of sports disciplines into the school curriculum are discussed in the article from the perspective of pedagogical theory and methodology. The significant impact of sports on students' physical and mental health, as well as their academic success and social adaptation, is noted. The importance of developing physical and emotional aspects of personality through sports activities at school is substantiated. Conclusion. The findings of the study confirm the importance of integrating sports disciplines into the school curriculum. Sports disciplines in schools not only promote physical health but also influence the development of personality and the formation of key skills in students. Further research and implementation of relevant programs should aim to improve the quality of sports education in Ukraine.

Key words: physical education, curriculum content, sports discipline, physical health, emotional health, academic success, social adaptation, effectiveness.

Постановка проблеми дослідження.

У сучасному світі, особливо в контексті швидкої технологічної трансформації та зростаючого інформаційного потоку, освітні заклади відчувають необхідність адаптації навчальних програм до вимог сучасних реалій. У такому контексті важливо розглянути роль спортивних дисциплін у шкільній навчальній програмі. Історично шкільна

програма орієнтувалась переважно на академічні предмети, проте на сучасному етапі стає все більш зрозумілою важливість інтеграції спорту та фізичного здоров'я в освітній процес.

Впровадження спортивних дисциплін у шкільну навчальну програму визнається як один із ключових аспектів педагогічної стратегії, оскільки воно сприяє гармонійному

розвитку особистості учня, забезпечує формування фізично здорової та емоційно стійкої особистості, а також сприяє зміцненню зв'язку між фізичним та інтелектуальним розвитком.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Окреслена проблематика недостатньо представлена в наукових розвідках. При проведенні дослідження акцент здійснених на наукових працях, що безпосередньо чи опосередковано стосувалися зазначеної теми.

В. О. Гаврилюк, Ф. Г. Опанасюк розглядають використання східних єдиноборств у освітньому процесі як засобу формування мотивації до здорового способу життя та самовдосконалення особистості учнів. Це дослідження підкреслює важливість включення різноманітних видів фізичної активності для стимулювання інтересу учнів до здорового способу життя. М. І. Гайдиш звертає увагу на шляхи популяризації футболу у регіонах. Автор відзначає важливість спорту, зокрема футболу, як інструменту соціальної інтеграції та розвитку спільнот. Т. Л. Драч зазначає необхідність розширення спектру спортивних дисциплін у закладах освіти для задоволення різноманітних інтересів учнів. С. Й. Захарків вказує на те, що спорт може відігравати важливу роль у формуванні дисциплінованості та самоконтролю у молоді. Г. О. П'ятничук демонструє значення регулярної фізичної активності для збереження здоров'я та підвищення фізичної працездатності. В. С. Петух пропонує удосконалення методики проведення уроків фізичної культури елементами легкої атлетики. В. Г. Саєнко розглядає впровадження єдиноборств в національну систему фізичного виховання. О. О. Цибанюк, Ю. А. Курнишев вказали на потенційні можливості удосконалення навчальних програм з фізичного виховання. М. А. Ярмоленко вивчав ефективність впровадження навчальної програми з футболу для осіб з особливими потребами.

Метою статті є обґрунтування необхідності впровадження спортивних дисциплін у шкільну навчальну програму через призму методологічного підходу. Це включає в себе аналіз попередніх досліджень, виявлення переваг та викликів цього процесу та розгляд можливостей для оптимізації шкільної освіти через інтеграцію спортивних дисциплін.

Виклад основного матеріалу. Дитячий і юнацький спорт у все більшій мірі стає інститутом первинної соціалізації особистості юного громадянина. Спорт як важливий соціальний феномен пронизує всі рівні сучасного

соціуму, широко впливаючи на основні сфери життєдіяльності суспільства: на національні відносини, ділове життя, суспільне становище, формує моду, етичні цінності, спосіб життя людей. Феномен спорту володіє потужною соціалізуючою силою. Спорт, будучи складовою загальної культури людини, її здорового способу життя, часто визначає поведінку людини в навчанні, на виробництві, в побуті, у спілкуванні, сприяє вирішенню соціально-економічних, виховних та оздоровчих завдань. Зростання актуальності і значущості дитячого спорту особливо спорт для підтримання та закріплення найважливіших соціальних цінностей і установок [8].

Сьогодні, школа є чи не єдиним місцем, де всі юнаки й дівчата мають змогу поліпшити фізичні можливості, розвинути свої спортивні здібності, і водночас набуті в захоплюючий спосіб суспільні навички чи знання у сфері охорони здоров'я. Надаючи цікаві спортивні пропозиції в школі, вчителі можуть мотивувати учнів до занять фізичною культурою у всіх її формах й у дорослому житті. Регулярна фізична активність сприяє підвищенню академічного успіху учнів, покращенню їхньої концентрації та когнітивних здібностей.

Основні компетенції, які дозволить сформувати та розвинути впровадження спортивних дисциплін, включають:

- використання специфічної лексики;
- розвиток базових навичок та рухових здібностей відповідно до віку, статі та рівня підготовки;
- формування основ fair play;
- самооцінка фізичного, психологічного, технічного, тактичного та теоретичного потенціалу під час тренувань і змагань;
- демонстрація позитивного ставлення до здорового способу життя та фізичної активності.

Відповідно, цінності, які будуть сформовані в учнів як результат програмованих змін, а саме:

- бажання вдосконалюватися та наполегливість у тренуваннях з метою досягнення кращих результатів;
- демонстрація змагального духу під час тренувань та змагань;
- почуття обов'язку та відповідальності;
- дотримання загальних правил, повага до партнерів, суперників, суддів та глядачів,
- просування духу «fair play» як у спортивній діяльності, так і в суспільстві;
- готовність працювати з партнерами для ініціювання та підтримки особистих стосунків;

– об'єктивність в оцінці власної поведінки, поведінки партнерів по команді та суперників;

– вибір здорового способу життя, гармонія між фізичними та інтелектуальними навантаженнями, потребами і можливостями, зайнятим і вільним часом;

– стійкий інтерес до спорту;

– естетичний смак і прагнення до прекрасного [9].

Розглянемо на прикладі футболу. Розвиток футболу вимагає значних зусиль фахівців, залучених до процесу, а також належного організаційного, науково-методичного та матеріального забезпечення. Наразі держава не в змозі забезпечити складний процес розвитку спортивної індустрії, не може забезпечити необхідні умови для його успішної реалізації, але існує можливість залучення додаткового фінансування за рахунок тісної співпраці з підприємствами та організаціями, які здатні надати фінансову підтримку футболу. В подальшому необхідно віднайти можливості для подальшого розвитку футболу в незалежності від величини населеного пункту, в якому розташований заклад освіти, як одного з найбільш доступних та масових видів спорту, що одночасно дозволяє вирішувати проблему збереження здоров'я населення. Не менш важливою є організація внутрішніх спортивних змагань для розвитку футболу і, в перспективі, для підготовки спортсменів вищої категорії [2].

Заняття футболом сприяють загальному фізичному розвитку учнів, покращують їхню моторику, координацію рухів та м'язову силу. Це особливо важливо для людей з особливими освітніми потребами, які можуть мати обмеження у фізичній активності. Заняття футболом створюють сприятливу атмосферу для соціальної взаємодії та спілкування. Участь у командних тренуваннях і змаганнях сприяє формуванню соціальних навичок, сприйняттю командного духу та розумінню важливості співпраці.

Футбол має позитивний вплив на психічний стан учнів, сприяючи зниженню стресу, покращенню настрою та самоповаги. Це особливо важливо для осіб з особливими освітніми потребами, які можуть зазнавати певних емоційних та психологічних викликів [10].

Відповідно впровадження навчальної програми з футболу для осіб з відхиленнями розумового розвитку в спеціальному корекційному навчальному закладі може бути ефективним інструментом для покращення фізичного здоров'я, соціальної інтеграції та психологічного благополуччя цільової аудиторії.

Заняття легкою атлетикою сприяють підвищенню рівня загальної фізичної підготовки учнів, що є корисним для їхнього загального здоров'я та витривалості. Біг та інші аеробні види легкої атлетики сприяють підвищенню кардіореспіраторної витривалості, що покращує роботу серцево-судинної системи та забезпечити більше кисню для організму під час фізичних та психічних навантажень. Вправи з легкої атлетики, такі як стрибки та метання, сприяють розвитку м'язового каркасу та зміцненню кісткової системи учнів, сприяючи мінімізації ризику травм та покращенню загальної витривалості організму; допомагають підвищити рівень енергії, що є корисним як під час навчання, так і в повсякденному житті [5].

Спортивні вправи мають дуже різноманітний вплив на дитячий організм. Вони розвивають силу, швидкість, витривалість, покращують рухливість суглобів, дозволяють набутти широкого спектру рухових навичок і допомагають розвивати вольові якості. Така всебічна фізична підготовка особливо необхідна в дитячому віці. Широкий спектр спортивних дисциплін сприяє підвищенню функціональних можливостей організму, забезпечує високу працездатність на уроках або викликають оздоровчий ефект після стресу від сидіння за партою в класі [6].

Залученість до спортивних дисциплін вимагає від учнів сформованої дисциплінованості, оскільки вони повинні дотримуватися графіку тренувань, виконувати інструкції тренера та дотримуватися спортивних правил. Участь у командних спортивних змаганнях навчає учнів відповідальності перед своєю командою. Вони відчувають потребу продемонструвати власну кращу гру для досягнення спільної мети, що може позитивно вплинути на їхню дисциплінованість [4].

Культура змагань серед єдиноборців здавна виконувала функції системи фізичного виховання (оздоровчої, виховної, спортивної, освітньої), а також соціального контролю за станом фізичного виховання і розвитку в національному середовищі, оперуючи специфічними засобами та методами, характерними для української нації. Сучасне впровадження бойових мистецтв у національну систему фізичного виховання створює передумови для цілеспрямованого педагогічного впливу на патріотичні почуття учнівської та молоді, з використанням засобів традиційної культури у навчально-виховному процесі.

Системи бойових мистецтв є методологічною та методичною основою для розви-

тку та вдосконалення національної системи фізичного виховання. Використання методик, апробованих у бойових мистецтвах протягом століть, поєднання цінних форм, методів і засобів, спрямованих на формування оптимального рівня фізичної підготовки та фізичної підготовленості, сприяє вихованню гармонійно розвиненої особистості [7].

Впровадження елементів бойових мистецтв у навчально-виховний процес закладів загальної середньої освіти стало запорукою формування та збереження міцного здоров'я учнів і, водночас, профілактичним заходом щодо розвитку порушень опорно-рухової, серцево-судинної та дихальної систем організму.

Впровадження методики проведення уроків фізичної культури з використанням елементів тхеквондо з учнями 8–9 класів приводить до значного підвищення їх мотивації до занять фізичною культурою, у тому числі до самостійних занять у позаурочний час.

Ефективними у формуванні мотивації молоді до систематичних занять фізичними вправами є такі групи виховних методів, які сприяють комплексному впливу на свідомість, почуття і волю учнів з метою формування поглядів і переконань щодо необхідності занять фізичними вправами; організацію діяльності та формування досвіду регулярних занять фізичними вправами; стимулювання поведінки та дій учнів, спрямованих на впровадження здорового способу життя [1].

Спорт навчає учнів керувати власними емоціями, особливо у ситуаціях конкуренції та стресу, що дозволяє контролювати емоції та залишатися спокійними та концентрованими під час тренувань та змагань.

Впровадження спортивних дисциплін дозволить вирішити найбільші прогалини в забезпеченні функціонування освітньої галузі – відсутність необхідного обладнання та відповідної професійної підготовки викладачів. Необхідно ввести додаткові дисципліни для підготовки вчителів. Обрані дис-

ципліни мають охоплювати як теоретичні, так і практичні аспекти цих спортивних напрямів, а також методику навчання дітей різним видам фізичної активності. Необхідно обладнати чи оновити спортивні зали відповідним професійним оснащенням, щоб забезпечити безпеку та комфорт під час занять. Розглянути можливість організувати факультативні заняття у школах для бажаючих займатися обраними спортивними дисциплінами. Факультативи допоможуть зацікавити учнів та забезпечити їм можливість вдосконалювати власні навички поза звичайними уроками фізкультури [3].

Загальний підхід до вирішення цих проблем полягає в створенні сприятливої середовища для розвитку спортивних дисциплін в шкільному середовищі. Це включає в себе не лише матеріальне забезпечення, але й підтримку та сприяння вчителів та адміністрації шкіл у реалізації цих ініціатив.

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок у даному напрямку. Отже, можна зробити висновок, що впровадження спортивних дисциплін у шкільну навчальну програму сприяє не лише фізичному здоров'ю учнів, а й їхньому психічному та соціальному розвитку. Регулярна фізична активність сприяє підвищенню академічного успіху учнів, покращенню їхньої концентрації та когнітивних здібностей.

Впровадження спортивних дисциплін у шкільну навчальну програму стикається з певними викликами, такими як відсутність достатніх ресурсів чи кваліфікованих вчителів. Проте, розв'язання цих проблем відкриває перспективи для покращення освітнього процесу та підвищення якості освіти в цілому.

Для більш глибокого розуміння та ефективного впровадження спортивних дисциплін у шкільну навчальну програму необхідні подальші дослідження, спрямовані на аналіз впливу спорту на різні аспекти шкільної діяльності.

Література:

1. Гаврилюк В. О., Опанасюк Ф. Г. Використання в навчанні фізичної культури східних єдиноборств як засобу формування мотивації до здорового способу життя та самовдосконалення особистості учнів. *Слобожанський науково-спортивний вісник*, 2012, №5 (1). С. 7–11.
2. Гайдиш М. І. Шляхи популяризації футболу у регіонах. *Збірник студентських наукових праць*. Рівне: РВЦ МЕГУ ім. акад. Степана Дем'янчука, 2020, №2 (14). С. 202–207.
3. Драч Т. Л. Впровадження повітряної акробатики та пілонного спорту як варіативного сегмента у шкільну програму з фізичного виховання. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*, 2023, № 3 (161). С. 74–78.
4. Захарків С. Й. Виховання дисциплінованості старших підлітків у процесі занять єдиноборствами. *Дис... наук. ст. канд-та пед. Наук за спец. 13.00.07*. Київ, 2021. 255 с.

5. П'ятничук Г. О. Вплив засобів легкої атлетики на рівень фізичної працездатності студентів упродовж навчального року. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*, 2015, № 3К (56). С. 281–285.
6. Петух В. С. Удосконалення методики проведення уроків фізичної культури елементами легкої атлетики. *Актуальні питання права та соціально-економічних відносин: Збірник наукових статей*, 2019. С. 241–243.
7. Саєнко В. Г. Впровадження єдиноборств в національну систему фізичного виховання. *Освіта і наука в Україні. Матеріали Всеукраїнської наукової конференції 21–22 червня 2013 року*. С. 177–179.
8. Турчик І. Х. Фізичне виховання і спорт у шкільній освіті Європи. Дрогобич: Швидкодрук, 2017. 138 с.
9. Цибанюк О. О., Курнишев Ю. А. Диференціація предмету «Фізичне виховання» як один із шляхів реформування програмно-методичного забезпечення системи фізичного виховання і спорту школярів Румунії. *Молодий вчений*, 2017, № 11. С. 465–469.
10. Ярмоленко, М. А. Ефективність впровадження навчальної програми з футболу для осіб з відхиленнями розумового розвитку в спеціальному корекційному навчальному закладі. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*, 2018, № 12 (106). С. 127–130.