



Теорія та методика навчання

УДК 373.3:796.011:316.6

DOI <https://doi.org/10.5281/zenodo.15836567>

**Моделювання соціально-комунікативної поведінки школярів засобами
фізичної культури**

Коваленко Юлія Олексіївна

кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії та методики фізичної
культури і спорту, Запорізький національний університет, 69600,
м. Запоріжжя, вул. Університетська, 66,
ORCID <https://orcid.org/0000-0002-0827-9371>

Товстоп'ятко Федір Федорович

кандидат філософських наук, доцент кафедри теорії та методики фізичної
культури і спорту, Запорізький національний університет, 69600,
м. Запоріжжя, вул. Університетська, 66,
ORCID <https://orcid.org/0000-0002-4708-5916>

Караулова Світлана Іванівна

доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, професор кафедри
фізичної культури і спорту, Запорізький національний університет, 69600,
м. Запоріжжя, вул. Університетська, 66,
ORCID <https://orcid.org/0000-0003-1582-2368>

Верітов Олександр Ігорович

доктор педагогічних наук, доцент, професор кафедри фізичної культури і
спорту, Запорізький національний університет, 69600,
м. Запоріжжя, вул. Університетська, 66,
ORCID <https://orcid.org/0000-0002-3793-3010>



Прийнято: 03.05.2025 | Опубліковано: 15.05.2025

Анотація. У статті представлено результати педагогічного дослідження, спрямованого на аналіз та апробацію методичних підходів до формування навичок соціальної взаємодії в умовах уроків фізичної культури. Актуальність проблеми обумовлена необхідністю цілеспрямованого розвитку комунікативної компетентності, емоційної стійкості та здатності до кооперації в сучасних школярів, що особливо актуально в умовах освітніх змін, соціальних викликів і зростання діджиталізованого індивідуалізму. Теоретичною основою дослідження виступають положення соціального конструктивізму (Vygotsky), кооперативного навчання (Johnson & Johnson), педагогіки турботи (Mooney & Hickey) та соціально-емоційного навчання (Beard & Smith). Мета дослідження – обґрунтувати роль уроків фізичної культури як засобу формування навичок соціальної взаємодії та запропонувати ефективні педагогічні прийоми для їх розвитку в освітньому процесі. Об'єкт дослідження – процес фізичного виховання учнів у закладах загальної середньої освіти. Предмет дослідження – формування навичок соціальної взаємодії учнів у процесі уроків фізичної культури. Емпіричну частину становило анкетування 42 вчителів фізичної культури, що дозволило визначити педагогічні умови, які сприяють покращенню мікроклімату в класі та підвищенню рівня комунікації учнів. Доповненням стала 8-тижнева програма педагогічного спостереження з використанням адаптованих шкал Рене Жиля та С. Watson, за результатами якої у 76 % учнів експериментальної групи зафіксовано зростання позитивних соціальних реакцій. У статті запропоновано класифікацію ефективних методичних прийомів (парні та командні вправи, естафети, «дзеркальні» завдання, емоційні кола), що активізують просоціальні механізми взаємодії, а також подано педагогічні рекомендації щодо впровадження структурованих форм групового навчання. Наведено аргументи щодо ролі фізичної культури як середовища розвитку



соціально зрілої, відповідальної особистості. Результати дослідження можуть бути інтегровані в освітні програми для підсилення міжособистісного потенціалу навчання засобами рухової активності.

Ключові слова: соціальна взаємодія, фізична культура, просоціальна поведінка, педагогіка турботи, кооперативне навчання, емоційна рефлексія, комунікативні навички, шкільна освіта.

Modeling Social and Communicative Behavior of Schoolchildren through Physical Education

Yulia Kovalenko

PhD (Pedagogy), Associate professor of the Department of Theory and Methods of Physical Culture and Sports, Zaporizhzhia National University, 69011, Zaporizhzhia, Universytetska Street, 66, Ukraine,
ORCID <https://orcid.org/0000-0002-0827-9371>

Fedir Tovstopyatko

PhD (Phylosophy), Associate professor of the Department of Theory and Methods of Physical Culture and Sports, Zaporizhzhia National University, 69011, Zaporizhzhia, 66 Universytetska Street, Ukraine,
ORCID <https://orcid.org/0000-0002-4708-5916>

Svitlana Karaulova

Doctor of Science in Physical Education and Sports, Professor of the Department of Physical Culture and Sports, Zaporizhzhia National University, 69011, Zaporizhzhia, Universytetska Street, 66, Ukraine,
ORCID <https://orcid.org/0000-0003-1582-2368>

Oleksandr Veritov

Postgraduate Student at the Department of Theory and Methods of Physical Culture and Sports, Zaporizhzhia National University, 69011, Zaporizhzhia, Universytetska Street, 66, Ukraine, ORCID <https://orcid.org/0009-0003-8690-5993>

***Abstract.** The article presents the results of a pedagogical study aimed at analyzing and testing methodological approaches to developing social interaction skills in the context of physical education lessons. The relevance of the problem is driven by the need for purposeful development of communicative competence, emotional resilience, and cooperation skills among modern students, particularly in the face of educational reform, social challenges, and increasing digital individualism. The theoretical foundation of the study draws on the principles of social constructivism (Vygotsky), cooperative learning (Johnson & Johnson), caring pedagogy (Mooney & Hickey), and social-emotional learning (Beard & Smith). The aim of the study is to substantiate the role of physical education as a means of forming social interaction skills and to propose effective pedagogical techniques for their development within the educational process. The object of the study is the physical education process of students in general secondary education institutions. The subject of the study is the development of students' social interaction skills during physical education lessons. The empirical part includes a survey of 42 physical education teachers, which helped identify pedagogical conditions that enhance the classroom climate and students' level of communication. This was supplemented by an 8-week pedagogical observation program using adapted versions of René Gilles' and C. Batson's scales, which recorded an increase in positive social reactions in 76% of students in the experimental group. The article proposes a classification of effective teaching techniques (paired and team exercises, relays, "mirror" tasks, emotional circles) that activate prosocial mechanisms of interaction and presents pedagogical recommendations for*



implementing structured forms of group learning. Arguments are provided regarding the role of physical education as an environment for developing socially mature and responsible personalities. The research results can be integrated into educational programs to enhance the interpersonal potential of learning through movement-based activities.

Keywords: *social interaction, physical education, prosocial behavior, caring pedagogy, cooperative learning, emotional reflection, communication skills, school education.*

Постановка проблеми. У сучасних умовах реформування освіти особливого значення набуває формування у школярів не лише фізичних якостей, а й соціально значущих компетентностей. Зокрема, навички соціальної взаємодії – співпраця, комунікація, лідерство, повага до інших – виступають важливою складовою загальнолюдських цінностей та передумовою успішної соціалізації. Уроки фізичної культури створюють природні умови для розвитку цих навичок через командну діяльність, спортивні ігри, парні вправи та ситуації, що потребують взаємодії й узгодження дій [3, 10].

Останнє десятиріччя характеризується посиленням наукового інтересу до соціалізуючого потенціалу фізичного виховання як освітньої платформи для розвитку не лише рухових, а й комунікативних, емоційних і ціннісних компетентностей учнів. У цьому контексті фізична культура дедалі частіше розглядається як інструмент цілеспрямованого впливу на формування навичок соціальної взаємодії.

Зокрема, Casey і MacPhail (2022) акцентують увагу на потребі переорієнтації педагогіки фізичної культури на виховання соціальної відповідальності [5]. Автори обґрунтовують доцільність включення у структуру уроків спеціальних моделей спільної участі, які стимулюють

розвиток емпатії, поваги до інших та усвідомлення моральних норм через рухову активність.

Chu і Zhang (2021) доводять, що кооперативне навчання в умовах фізичної культури сприяє соціальній інтеграції та підвищенню рівня прийняття серед учнів, зокрема в контексті культурного різноманіття [6]. Емпіричні результати засвідчили значне покращення соціального клімату у класах, де були впроваджені завдання з обов'язковою координацією дій та взаємозалежністю учасників.

O'Connor і Alfrey (2020) підкреслюють взаємозв'язок між фізичною грамотністю та соціально-емоційним розвитком [11]. Дослідники наголошують, що залучення дітей до цілеспрямованої рухової активності з елементами взаємодії формує в них не лише моторні навички, а й толерантність, здатність до саморегуляції та співпраці.

Kim і Park (2023) вивчають ефективність коротких рефлексивних практик у фізичному вихованні [9]. Вони доводять, що навіть нетривалі вербальні інтервенції після групових ігор можуть підвищити рівень емпатії, підтримати емоційний комфорт та зменшити рівень міжособистісної напруги серед учнів.

Varea і García-Monge (2024) пропонують соціокритичний підхід до створення інклюзивної взаємодії у фізичній культурі [14]. Автори зазначають, що чітке проектування педагогічного простору – із врахуванням рівня залучення, соціального статусу та потенційної маргіналізації учнів — є необхідною умовою успішної соціалізації в рамках уроку.

Філософсько-етичний аспект проблеми порушують Stolz і Thorburn (2023), які пропонують розглядати урок фізичної культури як простір етичної взаємності [13]. У такому середовищі соціальні якості (чесність, взаємоповага, прийняття правил) розвиваються не через примус, а через досвід чесної гри, співпраці та рефлексії.

Таким чином, проаналізовані джерела окреслюють загальну тенденцію гуманізації фізичного виховання та засвідчують високий потенціал соціалізуючих методик. Водночас більшість досліджень не розкривають механізми їх ефективного впровадження у контексті середньої школи, зокрема в умовах класичного уроку фізичної культури. Отже, постає науково-практична проблема – розробити та обґрунтувати педагогічні умови і методики, що забезпечують розвиток навичок соціальної взаємодії в освітньому середовищі через фізичну активність.

Таким чином, фізична культура виступає не лише інструментом соматичного розвитку, а й потужним середовищем формування навичок ефективної соціальної взаємодії в освітньому просторі.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Попри наявність досліджень, присвячених розвитку комунікативних та соціальних умінь у процесі загальної освіти, питання цілеспрямованого формування навичок соціальної взаємодії саме в умовах уроків фізичної культури залишається недостатньо розробленим. Більшість програм зосереджуються на розвитку фізичних якостей, не приділяючи належної уваги вихованню емоційного інтелекту, співпраці, умінню діяти в команді, вирішувати конфлікти без агресії. Недостатньо досліджено також ефективність педагогічних прийомів, ігрових форм і структурованих взаємодій, які можуть бути інтегровані в уроки для розвитку цих навичок, що створює необхідність у подальшому науковому обґрунтуванні методичних підходів до соціального виховання через фізичну культуру в сучасному освітньому середовищі.

Формулювання цілей статті (постановка завдання).

Мета дослідження – обґрунтувати роль уроків фізичної культури як засобу формування навичок соціальної взаємодії та запропонувати ефективні педагогічні прийоми для їх розвитку в освітньому процесі.

Об'єкт дослідження – процес фізичного виховання учнів у закладах загальної середньої освіти.

Предмет дослідження – формування навичок соціальної взаємодії учнів у процесі уроків фізичної культури.

Методика дослідження.

Мета методики: оцінити зміни в соціальній поведінці учнів під впливом цілеспрямованого впровадження педагогічної програми, орієнтованої на розвиток соціальної взаємодії на уроках фізичної культури.

Тривалість спостереження була 8 тижнів (16 навчальних занять по 2 на тиждень). В дослідженні брали участь 38 учнів 6–7 класів (віком 11–13 років). Спостереження здійснювалося двома кваліфікованими педагогами-експертами, які проходили попередній інструктаж щодо критеріїв оцінювання. Застосовувалася адаптована шкала Prosocial Behavior Observation Form [2], модифікована під контекст фізичного виховання. Нами виділено п'ять ключових індикаторів соціальної взаємодії: допомога партнеру: надання фізичної чи словесної підтримки під час виконання вправ (підказка, страхування, корекція руху); прояв емпатії: невербальна підтримка, емоційне співпереживання, доброзичливе реагування на помилки інших; ініціативність у спілкуванні: активна пропозиція взаємодії, запрошення до завдання, ведення конструктивного діалогу; комунікативна відкритість: встановлення зорового контакту, позитивна міміка, готовність слухати; дотримання норм групової взаємодії: дотримання черговості, уникнення конфліктів, повага до інших.

Кожен прояв оцінювався за 3-бальною шкалою: 0 – відсутність прояву або негативна реакція; 1 – поодинокі або пасивні прояви; 2 – регулярні прояви у сприятливому контексті; 3 – активна, ініціативна соціальна поведінка.

Спостереження проводилось під час кожного заняття з фіксацією індикаторів у картках спостереження. По завершенню 8-тижневого періоду результати порівнювались з початковими значеннями (базовий рівень фіксувався під час перших двох занять без втручання вчителя). Для підвищення достовірності міжекспертна узгодженість оцінок перевірялась за коефіцієнтом конкордації Кендалла ($W = 0,81$, що свідчить про високу згоду).

Усі дані піддавались статистичному аналізу: середні значення, t-критерій Стьюдента для зв'язаних вибірок, перевірка нормальності розподілу. Достовірність зростання позитивних реакцій визначалась на рівні $p < 0,05$.

Виклад основного матеріалу дослідження. Сучасна парадигма освіти передбачає інтеграцію соціальних компетентностей у всі аспекти навчального процесу, включаючи фізичне виховання. У цьому контексті урок фізичної культури розглядається не лише як засіб фізичного розвитку, а як педагогічне середовище, здатне впливати на становлення соціально активної, емоційно зрілої та відповідальної особистості.

Означене пояснюється тим, що фізична культура інтегрує в собі не лише рухову активність, а й низку соціально-психологічних чинників: взаємодію в команді, подолання труднощів, дотримання правил, прийняття рішень у змінних умовах, управління емоціями в умовах змагання. Як зазначає Bailey (2006), фізичне виховання є потужним освітнім ресурсом, що сприяє формуванню етичних якостей, комунікативної культури та саморегуляції через специфічний досвід тілесної взаємодії [1]. Саме через тілесно-емоційну участь у спільній діяльності учні здобувають досвід, який є фундаментом для соціальної зрілості – уміння розуміти інших, будувати стосунки, брати відповідальність за себе й колектив.

Проведене дослідження базувалося на якісному та кількісному аналізі педагогічних практик у середній школі, з акцентом на використання методів, які стимулюють соціальну взаємодію. Проведене дослідження базувалося на якісному та кількісному аналізі педагогічних практик у середній школі, з акцентом на використання методів, які стимулюють соціальну взаємодію. Якісний аналіз включав спостереження за уроками фізичної культури, фокус-групові інтерв'ю з учителями та учнями, а також контент-аналіз навчально-методичних матеріалів з фізичного виховання. Основна увага приділялася тому, як саме організовується спільна діяльність учнів, які прийоми

використовує вчитель для розвитку комунікації, чи передбачає структура уроку завдання на співпрацю, емпатію, узгодження дій.

Кількісний аналіз здійснювався на основі анкетування учнів (n=124) та вчителів фізичної культури (n=18), що дозволило оцінити рівень сформованості соціальних навичок за визначеними критеріями: здатність до командної роботи, відкритість у спілкуванні, конфліктна толерантність, готовність допомагати. Додатково застосовувалася шкала соціально-комунікативної активності (СКА) та самооцінювання емоційного комфорту на уроці. Зібрані дані були статистично оброблені з використанням коефіцієнта Стьюдента та критерію Вілкоксона для порівняння змін до і після впровадження програми з елементами соціальної взаємодії.

Таким чином, дослідження забезпечило емпіричну базу для оцінювання ефективності педагогічних прийомів, спрямованих на формування соціальних навичок, і дозволило обґрунтувати методичні рекомендації для практики фізичного виховання в школі.

Нами виокремлено три ключові напрямки педагогічного впливу:

1. Командно-ігровий підхід. Командні види спорту, зокрема футбол, волейбол, баскетбол, гандбол, створюють природне освітнє середовище для розвитку ключових соціальних навичок. У ході гри учні постійно стикаються з необхідністю взаємодії – як вербальної (обмін інформацією, подання команд, підтримка партнерів), так і невербальної (жестова комунікація, зчитування намірів гравців, інтерпретація просторового положення інших). Для ефективною участі в грі учень має адаптувати свою поведінку до дій команди, що сприяє розвитку кооперації, емоційної чутливості, самоконтролю, дотримання спільних правил та ігрової етики.

Крім того, командні ігри розвивають здатність до прийняття відповідальності за колективний результат. Учасник не може діяти у відриві від команди — він вимушений шукати компроміс, узгоджувати рішення, діяти в інтересах спільної мети. Згідно з концепцією соціально-комунікативного

навчання [8, 15], саме така діяльність активізує «зону найближчого розвитку», в якій відбувається поступовий перехід від індивідуалістичних дій до колективної взаємодії, формування соціального мислення.

Класичні ігри на уроках фізичної культури можуть цілеспрямовано доповнюватися педагогічними прийомами: наприклад, ротацією ролей (лідер, стратег, підтримка), використанням «тайм-аутів для аналізу взаємодії», рефлексивними запитаннями після матчу («Кому я сьогодні допоміг?», «Чи всі почувалися залученими до гри?»). Такі дії поглиблюють усвідомлення важливості командної злагожденості та формують основи етичної поведінки в колективі.

У підсумку, командно-ігровий підхід не лише забезпечує розвиток фізичних якостей, а й виступає потужним інструментом соціального виховання, де спорт стає метафорою соціального життя — з його викликами, партнерством, суперництвом і спільними перемогами.

2. Парні та групові вправи. Парні та групові форми роботи на уроках фізичної культури є ефективним засобом розвитку соціально-комунікативних навичок, оскільки передбачають обов'язкову участь кожного учня у взаємодії з іншим або з групою. Завдання з елементом парного співробітництва (наприклад, синхронне виконання вправ, «дзеркальне» відтворення рухів партнера, парне розтягування, робота в тандемі) вимагають не лише моторної координації, але й уважності до дій іншого, взаємної зосередженості, емпатії та довіри. Такі вправи стимулюють розвиток уважного слухання, емоційної регуляції та здатності узгоджувати поведінку у реальному часі.

Групові завдання (наприклад, колові естафети, вправи зі спільним об'єктом, такі як тримання обруча між кількома учнями під час руху, або «живі конструкції») формують в учнів здатність до колективного планування, розподілу обов'язків, спільного вирішення проблем і підвищують рівень згуртованості. Саме в таких умовах учні вчаться враховувати різні точки зору, виявляти ініціативу, водночас залишаючись відкритими до пропозицій інших.

Психологічні дослідження [4] доводять, що саме елементи тактильної взаємодії, ритмічної синхронізації та партнерської відповідальності посилюють соціальні зв'язки, знижують тривожність і створюють основу для емоційно безпечного середовища в класі (табл. 1). При цьому роль учителя полягає не лише в організації таких завдань, але й у фасилітації процесу: заохоченні до позитивної комунікації, рефлексії після виконання вправ, підкресленні важливості командної взаємоповаги.

Таблиця 1

Вправи для розвитку соціальної взаємодії на уроках фізичної культури

Назва вправи	Тип взаємодії	Опис вправи	Соціальні навички, що розвиваються
Дзеркальні рухи	Парна	Один учень демонструє рухи, інший повторює їх, як у дзеркалі. Потім зміна ролей.	Уважність, синхронізація, довіра
Три ноги	Парна	Учням зв'язують ноги. Разом проходять дистанцію або смугу перешкод.	Узгодження дій, підтримка, планування
Живий ланцюг	Групова	Команда передає м'яч по ланцюгу без використання рук.	Командне мислення, спілкування, згуртованість
Груповий баланс	Групова	Група опускає обруч одночасно, тримаючи його кінчиками пальців.	Самоконтроль, терпіння, спільна відповідальність
Шифрувальники	Парна	Один учень описує фігуру, інший будує її з предметів (м'ячі, конуси тощо).	Комунікація, слухання, розуміння, логічне мислення

Таким чином, парні та групові форми занять на уроках фізичної культури виконують не лише рухову, а й соціалізуючу функцію, стимулюючи розвиток навичок, необхідних для ефективної міжособистісної взаємодії в шкільному колективі.

3. Педагогічна рефлексія. Після завершення практичної частини уроку фізичної культури важливо забезпечити простір для осмислення учнями не лише рухового, а й соціального досвіду, отриманого під час спільної діяльності. У цьому контексті ефективними виявляються короткі обговорення

у форматі «міні-рефлексій», «емоційного кола» чи «двох хвилин зворотного зв'язку». Такі методи дозволяють учням вербалізувати пережиті емоції, проаналізувати власні взаємодії з партнерами, відзначити позитивні приклади співпраці або, навпаки, висвітлити труднощі комунікації.

Рефлексивні техніки можуть мати як вербальний, так і невербальний характер: від простих запитань учителя («Що мені сьогодні вдалося найкраще у співпраці з іншими?»; «Кому я допоміг/ла?») до письмових анкет-рефлексій, міні-щоденників спостережень чи малюнків емоцій. У процесі рефлексії активізуються вищі психічні функції – аналіз, самооцінка, емпатія, соціальне прогнозування, що, згідно з когнітивно-гуманістичним підходом, є передумовою формування цілісної та відповідальної особистості [12, 13].

Ключовим завданням учителя є створення безпечного середовища для рефлексії, де кожен учень може висловитися без страху осуду, а також м'яке фасилітування обговорення. Також важливо пов'язувати елементи рефлексії з конкретними соціальними ситуаціями, які виникли під час гри або вправ, що підвищує релевантність осмислення.

Застосування педагогічної рефлексії на уроках фізичної культури дозволяє учням не лише краще розуміти себе й інших, але й трансформувати досвід взаємодії в стійкі соціальні навички, що мають значення далеко за межами спортивного залу.

Результати опитування вчителів фізичної культури (n=42), проведеного в межах даного дослідження у чотирьох загальноосвітніх школах міста Запоріжжя, підтверджують, що цілеспрямоване впровадження ігрових форм та структурованої групової роботи позитивно впливає на соціально-психологічний клімат учнівського колективу. Опитувальник складався з 15 запитань, побудованих на основі шкали педагогічної оцінки мікроклімату (адаптована версія шкали Рене Жиля, 2004), і охоплював такі аспекти, як: рівень довіри між учнями, частота конфліктів, прояви взаємодопомоги, комунікативна відкритість та мотивація до спільної діяльності [7].

За підсумками аналізу, понад 78% респондентів відзначили зростання рівня згуртованості учнів під час застосування командних ігор та парних вправ, а 83% вказали на зниження напруги і конфліктності у класах із регулярним використанням «соціалізуючих» фізкультурних практик, що корелює з дослідженнями таких авторів, як Johnson & Johnson (2009) та Bailey (2006), які підкреслюють роль кооперативного навчання у зміцненні емоційної безпеки та розвитку просоціальних форм поведінки [1, 8].

Таким чином, отримані емпіричні дані дозволяють стверджувати, що цілеспрямована педагогічна стратегія на уроках фізичної культури може виступати потужним чинником покращення міжособистісного клімату в учнівському середовищі.

Крім того, у ході дослідження було здійснено системне педагогічне спостереження за поведінкою учнів протягом 8-тижневої експериментальної програми, що включала парні, групові та командні форми занять з акцентом на розвиток соціальної взаємодії. У спостереженнях брали участь два кваліфіковані експерти, які оцінювали прояви позитивних соціальних реакцій за заздалегідь розробленою поведінковою шкалою (адаптація моделі “Prosocial Behavior Observation Form”, Watson et al., 2002) [2].

Оцінювались такі індикатори, як: активна допомога партнеру в навчальному завданні; прояв емпатії (словесна підтримка, емоційна чуйність); ініціатива у взаємодії (запрошення до гри, пропозиція допомоги); комунікативна відкритість (зоровий контакт, усмішка, позитивна міміка); дотримання групових норм.

У таблиці наведено зміни в середніх балах за основними індикаторами соціальної взаємодії учнів, які були зафіксовані до і після впровадження 8-тижневої педагогічної програми. Дані свідчать про позитивну динаміку соціальної поведінки, зокрема зростання показників емпатії, ініціативності та взаємодопомоги.

Аналіз даних, наведених у таблиці, демонструє стійке зростання всіх п'яти оцінених індикаторів соціальної взаємодії. Найбільший приріст спостерігається у показниках допомоги партнеру та комунікативної відкритості, що свідчить про формування атмосфери співпраці, довіри та відкритості в класному середовищі. Показники ініціативності у спілкуванні та проявів емпатії також зросли більш ніж удвічі порівняно з початковими значеннями, що підтверджує позитивну динаміку соціально-емоційного розвитку учнів.

Середній приріст за всіма індикаторами становив від +1.1 до +1.2 бала, що є статистично значущим при рівні довіри $p < 0.05$ (за результатами t-критерію для зв'язаних вибірок), що свідчить про ефективність застосованої педагогічної програми, яка базувалася на використанні парних, групових, командних форм діяльності та рефлексивних практик.

Отримані результати узгоджуються з положеннями соціального конструктивізму (Vygotsky, 1978) та теорії кооперативного навчання (Johnson & Johnson, 2009), що підкреслюють важливість навчання через міжособистісну взаємодію. Таким чином, соціально орієнтований підхід до фізичного виховання може бути розглянутий як дієвий інструмент виховання емоційно зрілої, комунікативно компетентної особистості.

Таблиця 2

Динаміка позитивних соціальних реакцій учнів

Індикатор соціальної взаємодії	Середній бал до програми	Середній бал після програми	Зміна (+/-)
Допомога партнеру	1.2	2.4	1.2
Прояв емпатії	1.0	2.1	1.1
Ініціативність у спілкуванні	1.1	2.3	1.2
Комунікативна відкритість	1.3	2.5	1.2
Дотримання норм взаємодії	1.5	2.7	1.2

Аналіз зафіксованих даних показав статистично достовірне ($p < 0,05$) зростання частоти позитивних соціальних проявів у 76% учнів експериментальної групи порівняно з початковим рівнем. Така динаміка свідчить про ефективність цілеспрямованого використання педагогічних прийомів, орієнтованих на кооперацію, рефлексію та емоційно безпечне середовище.

Таким чином, підтверджено, що за умови методично виваженого підходу, уроки фізичної культури можуть виступати потужним інструментом формування навичок соціальної взаємодії.

Висновки. Проведене дослідження підтвердило, що уроки фізичної культури можуть і повинні розглядатися як ефективне педагогічне середовище не лише для фізичного розвитку, а й для формування соціально-комунікативних навичок учнів.

Розроблена програма, що включає командно-ігрові форми, парні та групові вправи з елементами педагогічної рефлексії, забезпечила статистично достовірне зростання позитивних соціальних реакцій в експериментальній групі. Зокрема, у 76% учнів спостерігалось підвищення рівня взаємодопомоги, емпатії, ініціативності та комунікативної відкритості.

Результати опитування вчителів фізичної культури ($n = 42$) засвідчили, що впровадження структурованих ігрових методик позитивно впливає на мікроклімат у класі, сприяє зниженню конфліктності та підвищенню мотивації до спільної діяльності.

Отримані дані узгоджуються з положеннями соціального конструктивізму та теоріями кооперативного навчання, що підкреслює значущість міжособистісної взаємодії як рушія розвитку особистості в освітньому процесі.

Практичне значення результатів полягає в тому, що методичні прийоми, представлені в статті (вправи, рефлексивні техніки, організація парної та

групової роботи), можуть бути інтегровані до навчальних програм з фізичної культури з метою розвитку соціальних компетентностей учнів.

Список використаних джерел

1. Bailey, R. (2006). *Physical education and sport in schools: A review of benefits and outcomes*. *Journal of School Health*, 76(8), 397–401.
2. Batson C. D., Ahmad N., Tsang J.-A. Four motives for community involvement // *Journal of Social Issues*. 2002. Vol. 58, No. 3. P. 429–445.
3. Beard C., Smith M. Social-emotional learning through embodied practices in physical education // *Teaching and Teacher Education*. 2022. Vol. 113. P. 103642.
4. Cacioppo J. T., Patrick W. *Loneliness: Human nature and the need for social connection*. New York : W. W. Norton & Company, 2008. 317 p.
5. Casey A., MacPhail A. Pedagogies of social responsibility in physical education // *Physical Education and Sport Pedagogy*. 2022. Vol. 27, No. 1. P. 48–61. DOI:<https://doi.org/10.1080/17408989.2021.1900157>.
6. Chu T. L., Zhang T. Social integration through cooperative learning in physical education // *International Journal of Sport and Exercise Psychology*. 2021. Vol. 19, No. 3. P. 305–319. DOI: <https://doi.org/10.1080/1612197X.2020.1725056>.
7. Gilles R. *Savoir vivre ensemble à l'école. Une pédagogie de la civilité*. – Paris : Hachette Éducation, 2004. – 224 p.
8. Johnson, D. W., Johnson, R. T. An educational psychology success story: Social interdependence theory and cooperative learning. *Educational Researcher*. 2009. Vol. 38, No. 5. P. 365–379.
9. Kim H., Park S. Effects of reflective talk in physical education on student empathy and classroom climate // *Journal of Teaching in Physical Education*. 2023. Vol. 42, No. 1. P. 1–17.
10. Mooney A., Hickey C. Caring pedagogy and relational learning in school sport // *Sport, Education and Society*. 2021. Vol. 26, No. 6. P. 628–640.

11. O'Connor J., Alfrey L. Physical literacy and socio-emotional development in children: The role of movement in learning // *European Physical Education Review*. 2020. Vol. 26, No. 2. P. 453–470. DOI: <https://doi.org/10.1177/1356336X19869799> .

12. Rogers C. *A Way of Being*. Boston : Houghton Mifflin, 1980. 395 p.
Schön D. A. *The Reflective Practitioner: How Professionals Think in Action*. – New York : Basic Books, 1983. 374 p.

13. Stolz S. A., Thorburn M. Reimagining the ethics of interaction in physical education: A philosophical perspective // *Educational Philosophy and Theory*. 2023. Vol. 55, No. 5. P. 547–561.

14. Varea V., García-Monge A. Creating inclusive interaction in physical education spaces: A sociocritical approach // *Sport, Education and Society*. 2024. Vol. 29, No. 1. P. 25–41.

15. Vygotsky, L. S. *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Cambridge, MA : Harvard University Press, 1978. 159 p.