



Фізична освіта і спорт

УДК 378.147:371.13:796

DOI <https://doi.org/10.5281/zenodo.18307191>

**Структурні компоненти моделі майбутніх викладачів фізичного виховання
в умовах освітніх викликів: розділ «Теорія і методика фізичного
виховання», розділ «Фізична підготовка»**

Опарін Олексій Анатолійович,

завідуючий кафедри фізичної терапії, ерготерапії та фізичного виховання ПВНЗ
«Український гуманітарний інститут», доктор медичних наук, професор, 08292,
м. Буча, вул. Інститутська, 14, Україна; <https://orcid.org/0000-0002-5501-3891>;

Діхтяренко Зоя Михайлівна,

кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри технологій оздоровлення
та фізкультурно-спортивної реабілітації; Державний податковий університет,
08200, м. Ірпінь, вул. Університетська, 31, Україна; ПВНЗ «Український
гуманітарний інститут»; 08292, м. Буча, вул. Інститутська, 14, Україна;
<https://orcid.org/0000-0003-1869-7494>;

Головченко Максим Васильович,

аспірант спеціальності «Фізична культура і спорт»,
Український державний університет імені Михайла Драгоманова,
вул. Пирогова, 9, м. Київ, 01601, Україна, [orcid: 0009-0002-5427-0885](https://orcid.org/0009-0002-5427-0885);

Костенко Віталій Станіславович,

здобувач вищої освіти другого (магістерського) рівня кафедри технологій
оздоровлення та фізкультурно-спортивної реабілітації, Державний податковий
університет, 08200, м. Ірпінь, вул. Університетська, 31, Україна; асистент на



кафедри фізичної терапії, ерготерапії та фізичного виховання ПВНЗ
«Український гуманітарний інститут»; 08292, м. Буча, вул. Інститутська, 14,
Україна; orcid: 0009-0001-6749-6472

Прийнято: 11.12.2026 | Опубліковано: 30.12.2025

***Анотація.** На сьогодні існує чимало наукових досліджень і авторських розробок із схожими напрямками, які ґрунтуються на теоретико-практичних дослідженнях: динаміка розвитку педагогічної майстерності та взаємодія факторів її формування», 2020; модель розвитку педагогічної майстерності майбутніх педагогів у процесі професійної підготовки, 2021; освітні технології розвитку педагогічної майстерності майбутніх учителів фізичної культури, 2019; підготовка майбутніх учителів фізичного виховання до формування моральних якостей молодших школярів, 2007; сучасні напрями впровадження інновацій в професійну підготовку майбутніх учителів фізичної культури, 2011; структурні компоненти готовності майбутніх учителів фізичної культури до організації здоров'язберезувального навчально-виховного середовища загальноосвітньої школи», 2012; формування педагогічної майстерності майбутнього вчителя фізичного виховання в процесі фахової підготовки, 2010; характеристика сучасного стану розвитку педагогічної майстерності майбутніх учителів фізичної культури в процесі професійної підготовки», 2020; теоретичні і методичні основи виховання фізичної культури студентів вищих навчальних закладів у процесі позааудиторної спортивно-масової роботи, 2018; «SWOT-аналіз використання платформ COURSERA, EDX TA FUTURELEARN у підготовці учителів фізичної культури», 2024 та ін. [1-36 та ін.]. Отже, метою публікації було визначення, на основі аналізу наукових джерел, структурних компонентів для авторської моделі майбутніх викладачів фізичного виховання в умовах освітніх викликів. Методи дослідження: аналіз основних нормативно-*



правових актів і науково-методичної літератури; систематизація літератури за алфавітом, яка є доступною на різних наукових платформах; педагогічне спостереження за студентами та учнями; вивчення різноманітних авторських рисунків за схожими назвами наукових досліджень; розроблення таблиці та моделі структурних компонентів для майбутніх викладачів фізичного виховання в умовах освітніх викликів, авторська методика.

Результати: на основі проаналізованих основних нормативно-правових актів і науково-методичної літератури описано поетапний алгоритм побудови авторської моделі структурних компонентів для майбутніх викладачів фізичного виховання в умовах освітніх викликів із взаємопов'язаними компонентами: 1) мета розробки моделі майбутніх викладачів фізичного виховання; 2) завдання для майбутніх викладачів фізичного виховання; 3) знання та застосування майбутніми викладачами фізичного виховання нормативно-правових актів; 4) систематичне впровадження майбутніми викладачами фізичного виховання різноманітні форми роботи під час навчально-виховних і тренувальних діяльностей; 5) дотримання у повсякденному бутті життєвих цінностей; 6) теоретико-практичне поглиблення ключових сфер професійної компетентності викладача фізичного виховання; 7) саморозвиток майбутнього викладача фізичного виховання; 8) самовдосконалення майбутнього викладача фізичного виховання; 9) діагностика професійної компетентності особистісних якостей майбутнім викладачем фізичного виховання; 10) отримання бажаного результату майбутнім викладачем фізичного виховання для науково-педагогічної роботи у різних видах діяльності. Таким чином, авторська модель передбачає: мету, завдання, нормативно-правові акти, форми роботи, життєві цінності, професійні компетентності викладача фізичного виховання, саморозвиток, самовдосконалення, діагностика, результат (див. Рис. 1 (автор: З. Діхтяренко)).

Співавторами наукової публікації зроблено висновки: 1) продовжувати



проводити колективні теоретико-практичні дослідження згідно науково-дослідних робіт; 2) задіювати молодих науковців до експериментальних досліджень у продовж усього терміну навчання; 3) щоб отримати бажаний результат майбутнім викладача фізичного виховання для науково-педагогічної роботи у різних видах діяльності потрібно: навчатися розробляти робочі програми навчальних дисциплін для підготовки здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня (денної та заочної форми навчання), статус дисциплін: обов'язкова та вибіркова; дотримуватися життєвих цінностей; формувати мотиваційну діяльність.

У перспективах подальшого наукового дослідження передбачається: на основі розробленої моделі структурних компонентів для майбутніх викладачів фізичного виховання в умовах освітніх викликів описати проведений педагогічний експеримент.

Ключові слова: структурні компоненти моделі, мета, завдання, нормативно-правові акти, форми роботи, життєві цінності, професійні компетентності викладача фізичного виховання, саморозвиток, самовдосконалення, діагностика, результат, теорія і методика фізичного виховання, фізична підготовка.

Structural components of the model of future physical education teachers under educational challenges: the section «Theory and Methodology of Physical Education» and the section «Physical Training»

Oleksiy Oparin,

head of the Department of Physical Therapy, Occupational Therapy and Physical Education of the Private Higher Educational Institution «Ukrainian Humanitarian Institute», Doctor of Medical Sciences, Professor, 08292, Kyiv region, Bucha, St., 14 Instytutska Ukraine, <https://orcid.org/0000-0002-5501-3891>;



Zoia Dikhtiarenko,

PhD in Pedagogy, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Rehabilitation Technologies and Physical Culture and Sports Rehabilitation;
University of the State Fiscal Service of Ukraine, 08200, Kyiv region, Irpin, St. 31
University Street, Ukraine, <https://orcid.org/0000-0003-1869-7494>;

Maksym Holovchenko,

postgraduate student in the specialty Physical Culture and Sports, Drahomanov
National Pedagogical University, 9 Pyrohova St., Kyiv, 01601, Ukraine,
<https://orcid.org/0009-0002-5427-0885>;

Vitaliy Kostenko,

student of higher education of the Department of Rehabilitation Technologies and
Physical Culture and Sports Rehabilitation;
University of the State Fiscal Service of Ukraine, 08200, Kyiv region, Irpin, St. 31
University Street, Ukraine, orcid: 0009-0001-6749-6472

***Abstract.** At present, there exists a considerable body of scientific research and authorial developments with similar thematic orientations, grounded in theoretical and practical studies, including: Dynamics of the Development of Pedagogical Mastery and the Interaction of Factors in Its Formation (2020); A Model for the Development of Pedagogical Mastery of Future Teachers in the Process of Professional Training (2021); Educational Technologies for the Development of Pedagogical Mastery of Future Physical Education Teachers (2019); Training Future Physical Education Teachers for the Formation of Moral Qualities in Primary School Pupils (2007); Modern Directions of Implementing Innovations in the Professional Training of Future Physical Education Teachers (2011); Structural Components of the Readiness of Future Physical Education Teachers to Organize a Health-Preserving Educational*



Environment in General Secondary Schools (2012); Formation of Pedagogical Mastery of the Future Physical Education Teacher in the Process of Professional Training (2010); Characteristics of the Current State of Development of Pedagogical Mastery of Future Physical Education Teachers in the Process of Professional Training (2020); Theoretical and Methodological Foundations of Physical Culture Education of Higher Education Students in the Process of Extracurricular Sports and Mass Activities (2018); SWOT Analysis of the Use of COURSERA, EDX, and FUTURELEARN Platforms in the Training of Physical Education Teachers (2024), among others [1-36, etc.]. The purpose of this publication was to identify, based on an analysis of scientific sources, the structural components for an authorial model of future physical education teachers under contemporary educational challenges. Research methods included: analysis of key regulatory and legal acts and scientific-methodological literature; alphabetic systematization of literature available on various academic platforms; pedagogical observation of students and pupils; examination of diverse authorial diagrams from studies with similar titles; and the development of a table and a model of structural components for future physical education teachers under educational challenges using an author's methodology.

Results. Based on the analysis of key regulatory and legal acts and scientific-methodological literature, a step-by-step algorithm for constructing an authorial model of structural components for future physical education teachers under educational challenges was described. The model comprises interrelated components: 1) the purpose of developing the model of future physical education teachers; 2) objectives for future physical education teachers; 3) knowledge and application by future physical education teachers of regulatory and legal acts; 4) systematic implementation by future physical education teachers of diverse forms of work during educational, upbringing, and training activities; 5) adherence to life values in everyday life; 6) theoretical and practical deepening of key areas of professional competence of the physical education teacher; 7) self-development of the future



physical education teacher; 8) self-improvement of the future physical education teacher; 9) diagnostics of professional competence and personal qualities conducted by the future physical education teacher; 10) achievement of the desired outcome by the future physical education teacher for scientific and pedagogical work across various types of activity. Thus, the authorial model encompasses: purpose, objectives, regulatory and legal acts, forms of work, life values, professional competencies of the physical education teacher, self-development, self-improvement, diagnostics, and results (see Fig. 1; author: Z. Dikhtiarenko).

The co-authors of the scientific publication have drawn the following conclusions: 1) to continue conducting collective theoretical and practical research in accordance with approved research projects; 2) to involve young researchers in experimental studies throughout the entire period of their education; 3) in order to achieve the desired outcome for future physical education teachers in scientific and pedagogical work across various types of activities, it is necessary to: acquire skills in developing syllabi and curricula for academic disciplines aimed at training higher education students of the first (bachelor's) level (full-time and part-time modes of study), with disciplines classified as compulsory and elective; adhere to core life values; and foster motivational activity.

Prospects for further research include describing the conducted pedagogical experiment on the basis of the developed model of structural components for future physical education teachers under contemporary educational challenges.

Keywords: *structural components of the model, goal, tasks, regulatory and legal acts, forms of work, life values, professional competencies of a physical education teacher, self-development, self-improvement, diagnostics, result, theory and methodology of physical education, physical training.*

Постановка проблеми. Система вищої освіти в Україні, зокрема у сфері фізичного виховання і спорту, перебуває під систематичним тиском



вдосконалених соціальних і освітніх викликів. Тому, необхідність інтеграції України у світовий освітньо-науковий простір вимагає: впровадження моделі демократичного управління, гуманізацію вищої освіти, підвищення якості освітніх послуг, постійного вдосконалення національного навчально-наукового та тренувального процесу. Таким чином, ці рушійні процеси безпосередньо впливають на теорію та методику викладання. Отже, цей механізм не може ґрунтуватися лише на вітчизняному досвіді, тому він вимагає поглибленого переосмислення та впровадження кращих світових, передусім, європейських стандартів.

Аналізуючи педагогічний досвід видатних учених ХХ ст., можна виокремити головні риси фізичного виховання тих часів: призначення фізичного виховання полягає у формуванні здібностей особистості; особливістю фізичного виховання є тісний зв'язок між фізичним і духовним розвитком; уперше гімнастика запропонована як медичний засіб для збереження здоров'я людини тощо.

Зазначимо, що розвиток наукових ідей є процесом безперервним, його важко розподілити за століттями. Проте, керуючись педагогічними поглядами авторів, видатних педагогів, фундаторів, теоретиків і практиків (І. Бех, І. Боберський, Г. Ващенко, К. Гельвецій, І. Гербарт, М. Йорданський, Й. Камераріус, Я. Коменський, П. Лесгафт, Р. Малкастер, Й. Песталоцці, В. Ратке, Г. Сковорода, В. Сухомлинський, К. Ушинський, К. Флері та ін.), в оцінюванні досягнутого, описі ретроспективи виникнення і розв'язання проблеми фізичної культури особистості, підготовки викладача фізичного виховання та його впливу на творення всебічно розвиненої людини, відзначимо, що наступний період розвитку педагогічної думки приніс нові реалії у визначення сутності виховання особистості, виявивши необхідність теоретичного і практичного розв'язання питань фізичної і духовної культури, психічного і соціального здоров'я, цінностей фізичної культури на



індивідуальному та державному рівнях [9, с. 43-58].

Аналіз літературних джерел. Враховуючи різні історичні події, реформи, реорганізації, особливості викладання навчальних дисциплін, модернізацію створених закладів освіти, епідемії (пандемія Covid-19, іспанський грип, чума), актуальні виклики (академічна доброчесність, винайдення ШІ, цифрові інструменти, дезінформація, цифрова безпека тощо), дія воєнного стану в Україні (з 24.02.2022 р.), що вплинули на розвиток державних і приватних закладів вищої освіти, удосконалюючи структуру навчально-виховної та тренувальної діяльності, а, отже, на удосконалення / розроблення, моделі майбутніх викладачів фізичного виховання, що, в свою чергу, відображає освітні виклики і т.д. – цими та похідними питаннями займалися і продовжують займатися науково-педагогічні працівники, вчені, науковці-тренери і т.д. (Н. Башавець, К. Старікова «Компетентнісний підхід в професійній підготовці вчителя фізичної культури», 2021; І. Гринченко «Сучасні напрями впровадження інновацій в професійну підготовку майбутніх учителів фізичної культури», 2011; І. Демченко, Б. Максимчук, О. Протас, О. Козій, О. Демчишина, О. Сагач, Л. Плетеницька, І. Максимчук «Динаміка розвитку педагогічної майстерності та взаємодія факторів її формування», 2020; С. Ігнатенко «Підготовка майбутніх учителів фізичного виховання до формування моральних якостей молодших школярів», 2007; С. Козловська «Підготовка майбутнього вчителя фізичної культури до професійної діяльності», 2023; А. Литвинов «Штучний інтелект у системі підготовки здобувачів вищої освіти», 2025; П. Лівак, О. Тимошенко «SWOT-аналіз використання платформ COURSERA, EDX TA FUTURELEARN у підготовці учителів фізичної культури», 2024; Б. Максимчук, І. Максимчук «Освітні технології розвитку педагогічної майстерності майбутніх учителів фізичної культури», 2019; Б. Максимчук, В. Овчарук, С. Карасевич, В. Овчарук, П. Петришин, М. Шкірта, О. Трифан, І. Максимчук «Педагогічна майстерність майбутніх учителів фізичної культури як предмет наукових досліджень», 2019;



О. Матвієнко, Л. Степаненко, Л. Височан, З. Височан, Г. Чорна, І. Максимчук «Модель розвитку педагогічної майстерності майбутніх педагогів у процесі професійної підготовки», 2021; О. Осередчук «Теоретичні і методичні основи моніторингу якості вищої освіти в Україні», 2023; М. Паска, І. Демченко, Б. Максимчук, М. Зубаль, І. Шапаренко, С. Мироненко, В. Звонар, І. Максимчук «Характеристика сучасного стану розвитку педагогічної майстерності майбутніх учителів фізичної культури в процесі професійної підготовки», 2020; В. Папуча «Формування педагогічної майстерності майбутнього вчителя фізичного виховання в процесі фахової підготовки», 2010; С. Пільова «Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до організаційної діяльності», 2013; Г. Остапенко, О. Циганок, С. Жестков «Структурні компоненти готовності майбутніх учителів фізичної культури до організації здоров'язбережувального навчально-виховного середовища загальноосвітньої школи», 2012; О. Тимошенко «Теоретико-методичні засади оптимізації професійної підготовки вчителів фізичної культури у вищих навчальних закладах», 2009; О. Тимошенко «Підвищення рухових можливостей та виховання вольових якостей школярів 16-17 років засобами єдиноборств», 2024; V. Manuel Valle-Muñoz, M. Mendoza-Muñoz, E. Villa-González «Physical literacy as a pedagogical model in physical education», 2025; L Jones «Professional learning in physical education», 2025; F. Zagura «The model of physical education teachers' professional development system at multidisciplinary institutions of higher education», 2023; J. Zhang, W. Xiao, K. G. Soh, G. Yao, M. A. Bin Mohd Anuar, X. Bai and L. Bao «The effect of the sport education model in physical education on student learning attitude: a systematic review», 2024 та ін. [1-36 та ін.]

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Науково-педагогічний колектив із фахівців фізичного та військово-патріотичного виховання пропонує: 1) з 2026-2027 н.р. збільшити на 100 % кількість річних годин і років вивчення навчальних дисциплін: «Фізичне виховання», «Фізична



культура», «Система фізичної підготовки у структурі військових формувань України»; 2) науково-педагогічним працівникам і науковцям розробляти та експериментально перевіряти авторські моделі майбутніх викладачів фізичного виховання, що сприятиме якісній підготовці майбутніх спеціалістів.

Мета публікації: на основі аналізу наукових джерел визначити структурні компоненти для авторської моделі майбутніх викладачів фізичного виховання в умовах освітніх викликів.

Для досягнення поставленої мети дослідження, реалізуємо **завдання:**

1. Проаналізувати основні нормативно-правові акти та науково-методичну літературу.

2. Описати поетапний алгоритм побудови авторської моделі структурних компонентів для майбутніх викладачів фізичного виховання в умовах освітніх викликів із взаємопов'язаними компонентами.

3. Розробити модель структурних компонентів для майбутніх викладачів фізичного виховання в умовах освітніх викликів.

Науково-педагогічними працівниками та науковцями-тренерами проведено певну кількість експериментів відповідно до науково-дослідних робіт у закладах середньої та вищої освіти [1-36 та ін.] згідно НДР: 1) № 0118U001989; ДР 0121U113261; 2) № 0120U100443; № 0123U100608; 3) № 0121U113032; 4) № 0117U005556, що підтверджує зв'язок роботи з визначеною назвою публікації, науковими темами.

Виклад основного матеріалу дослідження передбачає оприлюднення авторської моделі, яка була розроблена на основі наукового потенціалу вчених із різних країн Світу (Н. Башавець, М. Богуш, О. Боротюк, Т. Вакулко, Л. Волков, Г. Грибан, Н. Довгань, Ж. Дьоміна, Е. Єрмоменко, О. Завістовський, В. Заїка, А. Качула, Л. Коновальська, С. Моїсеєв, В. Непомнящий, Д. Оленєв, О. Отравенко, С. Переверзева, В. Платонов, О. Плющакова, С. Потеряйко, О. Приймаков, С. Присяжнюк, К. Пронтенко, Д. Романченко, В. Романчук,



С. Романчук, С. Сичов, К. Старікова, Р. Стоянов, О. Тимошенко, J. Bielski, W. Blazejewski, W. Cynarski, G. Korobeynikov, K. Jagiełło, G. Mazmanian, J. Nowocien, M. Oyama, K. Witkowski та ін. [1-36 та ін.].

Отже, враховуючи висновки після опрацювання літератури за напрямом наукового дослідження, визначення мети та завдань, З. Діхтяренко запропонувала поетапний алгоритм побудови авторської моделі структурних компонентів для майбутніх викладачів фізичного виховання в умовах освітніх викликів, який вимагає послідовне структурування взаємопов'язаних компонентів:

- 1) мета розробки моделі майбутніх викладачів фізичного виховання;
- 2) завдання для майбутніх викладачів фізичного виховання;
- 3) знання та застосування майбутніми викладачами фізичного виховання нормативно-правових актів;
- 4) систематичне впровадження майбутніми викладачами фізичного виховання різноманітні форми роботи під час навчально-виховних і тренувальних діяльностей;
- 5) дотримання у повсякденному бутті життєвих цінностей;
- 6) теоретико-практичне поглиблення ключових сфер професійної компетентності викладача фізичного виховання;
- 7) саморозвиток майбутнього викладача фізичного виховання;
- 8) самовдосконалення майбутнього викладача фізичного виховання;
- 9) діагностика професійної компетентності особистісних якостей майбутнім викладачем фізичного виховання;
- 10) отримання бажаного результату майбутнім викладачем фізичного виховання для науково-педагогічної роботи у різних видах діяльності (див. Рис. 1).

Отже, презентація З. Діхтяренко алгоритму побудови авторської моделі структурних компонентів для майбутніх викладачів фізичного виховання в



умовах освітніх викликів сприяв висвітлення М. Головченком і В. Костенком особистісного наукового потенціалу через наповнюваність кожного компоненту.

I. Мета розробки моделі майбутніх викладачів фізичного виховання:
удосконалити та доповнити структурні компоненти моделі майбутніх викладачів фізичного виховання, які вже існують у наукових розробках.

II. Завдання для майбутніх викладачів фізичного виховання:

2.1. Визначити мету, конкретизувати завдання та очікувані результати власних науково-педагогічних досягнень за рік, три, п'ять, десять і т.д. років.

2.2. Цілеспрямовано, наполегливо, обдуманно та щоденно всебічно розвиватися як особистість, як науково-педагогічний працівник, як патріот / патріотка України.

2.3. Завжди дотримуватися законодавства України та країни, де знаходишся.

2.4. Під час навчально-виховних і тренувальних діяльностей завжди впроваджувати різноманітні форми роботи.

2.5. Для формування активної життєвої позиції в здобувачів освіти та в себе – дотримуйтеся життєвих цінностей (родина, здоров'я, мудрість, духовність, справедливість, гідність, честь, щастя, кохання, свобода, саморозвиток, знання та ін.).

2.6. Систематично формувати професійні компетентності викладача фізичного виховання.

2.7. Займатися саморозвитком через самоосвіту, самопізнання, професійне зростання, самореалізацію, самовдосконалення, фізичний розвиток тощо на благо собі та людству.

2.8. Самовдосконалюватися через: професійні знання, психолого-педагогічні вміння та навички, самоаналіз, самоорганізацію, самовизначення, самоствердження, власний фізичний розвиток, збереження та зміцнення здоров'я, формуючи позитивну «Я-концепцію» і т.д.



2.9. Визнання цінності діагностики для саморозвитку і самовдосконалення та як комплексу методів для визначення рівня фізичної підготовленості, оцінки фізичного розвитку, функціонального стану.

2.10. Мріяти, не зважаючи на місце, час, події і т.д.

III. Знання та застосування майбутніми викладачами фізичного виховання нормативно-правових актів:

- Конституція України (URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/254%D0%BA/96-%D0%B2%D1%80#Text>);

- Конвенція про захист прав людини і основоположних свобод (URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_004#Text);

- Кодекс законів про працю України (URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/322-08#Text>);

- Закон України «Про Збройні Сили України» (URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1934-12#Text>);

- Закон України «Про військовий обов'язок і військову службу» (URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2232-12#Text>);

- Закон України «Про державну службу» (URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/889-19#Text>);

- Закон України «Про запобігання корупції» (URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1700-18#Text>);

- Закон України «Про захист персональних даних» (URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2297-17#Text>);

- Закон України «Про Військову службу правопорядку у Збройних Силах України» (URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3099-14#Text>);

- Закон України «Про освіту» (URL: <https://surli.cc/mapyuv>);

- Закон України «Про повну загальну середню освіту» (URL: <https://surl.gd/fxcgzs>);

- Закон України «Про вищу освіту» (URL: <https://surl.li/pxxzgr>);



- Закон України «Про основні засади державної політики у сфері утвердження української національної та громадянської ідентичності» (URL: <https://surli.cc/lrevrg>);

- Указ Президента України «Про Положення про проходження громадянами України військової служби у Збройних Силах України» від 10.12.2008 р. № 1153 (URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1153/2008#Text>);

- Указ Президента України «Про державну підтримку розвитку фізичної культури і спорту в Україні» (URL: <https://surl.li/ukyooob>);

- Постанова Кабінету міністрів України «Про деякі питання дитячо-юнацького військово-патріотичного виховання» (URL: <https://surl.li/xehhwb>) та інші державні документи.

IV. Систематичне відвідування / написання майбутніми викладачами фізичного виховання різноманітні форми роботи під час навчально-виховних і тренувальних діяльностей:

4.1. Аудиторні заняття (лекції, практичні, семінарські, лабораторні) із навчальних дисциплін: «Актуальні проблеми фізичної культури і спорту», «Анатомія», «Біохімія», «Біомеханіка», «Гігієна» (м. 1 «Загальна гігієна», м. 2 «Гігієна харчування»), «Гімнастика», «Ділова українська мова», «Загальна психологія», «Історія України: європейський вимір», «Історія фізичної культури та олімпійського спорту», «Інформаційні системи і технології», «Іноземна мова» (за професійним спрямуванням), «Легка атлетика», «Масаж загальний та спортивний», «Методологія, організація та технологія наукових досліджень» (з модулем «Академічне письмо»), «Організація і управління у сфері фізичної культури і спорту» (м. 1 «Основи організації і управління ФКІС», м. 2 «Організація ФКІС в об'єднаних територіальних громадах»), «Організація і проведення спортивно-масових заходів», «Основи наукових досліджень, спортивної метрології вимірювань», «Основи фізкультурно-спортивної реабілітації та адаптивного спорту», «Педагогіка і психологія освітнього



процесу», «Педагогіка», «Психологія фізичного виховання і спорту», «Практика наукового та ділового спілкування іноземною мовою», «Правові основи фізичної культури і спорту», «Рекреація і туризм», «Рекреаційно-оздоровча фізична культура різних груп населення» (м. 1 «Організація профілактики професійних захворювань»; м. 2 «Організація й управління у сфері фітнес-індустрії»), «Спортивна медицина» (м. 1 «Спортивні травми», м. 2 «Долікарська допомога»), «Рекреація і туризм», «Спортивні і рухливі ігри», «Система спортивної підготовки», «Система фізичної підготовки у структурі військових формувань України», «Спортивні споруди та тренажерне обладнання», «Спортивне право», «Сучасні технології управління та організації спортивної підготовки», «Теорія і методика фізичного виховання», «Теорія і методика фітнес тренування», «Теорія та методика викладання фізичного виховання у закладах вищої освіти», «Теорія та методика тренерської діяльності в обраному виді спорту», «Теорія і технології оздоровчої рухової активності», «Фізіологія людини» (загальна, спорту і рухової активності, вікова), «Фізкультурно-спортивні технології оздоровлення та адаптивний спорт», «Харчування та дієтологія» та ін.

4.2. Самостійна робота (реферати, есе, звіти; навчальна (ознайомча) практика; педагогічна практика; виробнича (тренерська) практика; виробнича (в оздоровчих відновлювальних закладах) практика).

4.3. Науково-дослідна робота (НДР) (курсові, дипломні, магістерські, доповіді, наукові тези, наукові публікації, презентації, виступи на наукових заходах і т.д.).

4.4. Позааудиторні (спортивні гуртки / заняття; тренінги; екскурсії; навчальна (ознайомча) практика; педагогічна практика; виробнича (тренерська) практика; виробнича (в оздоровчих відновлювальних закладах) практика і т.д.) та ін.

Форми навчання (в Україні з 2020 року під час масового поширення пандемії коронавірусу SARS-CoV-2 запроваджено в усіх навчальних закладах



три форми навчання) (оф-лайн (традиційне навчання в аудиторії), онлайн (дистанційне навчання), гібридний підхід (частина занять проходять у форма оф-лайн, а інші – онлайн. Наприклад, лекційні заняття проходять у формі онлайн, а практичні та лабораторні – оф-лайн) та ін.

V. Дотримання у повсякденному бутті життєвих цінностей:

5.1. Загальнолюдські: віра в Бога, мир, церква, родина, здоров'я, мудрість, повага до інших, духовність, справедливість, гідність, честь, щастя, свобода, знання та ін.

5.2. Індивідуальні: сім'я, вірність, кохання, дружба, істина, краса, незалежність, гармонія, самостійність, досягнення, гроші, професіоналізм, кар'єра, саморозвиток та ін.

5.3. Дотримуватися цінностей (ціннісне ставлення до суспільства і української держави; ціннісне ставлення до себе; ціннісне ставлення до людей; ціннісне ставлення до праці; ціннісне ставлення до природи; ціннісне ставлення до культури і мистецтва; ціннісне ставлення до збереження та зміцнення особистого і людського здоров'я; ціннісне ставлення до цінностей, що є «фундаментом» для української нації; особиста сформованість цінностей-цілей в особистості і т.д.) для формування особистої активної життєвої позиції та в здобувачів освіти та ін.

VI. Теоретико-практичне поглиблення ключових сфер професійної компетентності викладача фізичного виховання:

- розвиток компетентностей:

6.1. Предметно-методична (знання та вміння).

6.2. Психолого-педагогічна (мотивація, педагогічна майстерність, розвиток особистості).

6.3. Мовна та комунікативна (чітка вимова слів /речень, ефективний зворотній зв'язок, злагодженість дій).

6.4. Інформаційно-цифрова (сучасні технології у навчанні).



6.5. Особистісні якості та відповідальність (самостійність, наполегливість, відповідальність, ініціативність, творчий підхід, саморозвиток).

6.6. Загальнокультурна та особистісна (саморозвиток і цінності).

6.7. Інклюзивна (вміння працювати з учнями, які потребують особливі освітні потреби, адаптуючись до методів роботи).

6.8. Здоров'язбережувальна та психомоторна (формування культури ведення здорового способу життя, профілактика інфекційних захворювань і травматизму, збереження на достатньому рівні фізичної форми).

У світлі зростаючих стресових навантажень на молодь, особливо в умовах соціально-політичних криз, здоров'язбережувальна компетенція набуває стратегічного значення. Модель акцентує увагу на вихованні стійких мотиваційних установок на збереження, зміцнення і покращення здоров'я, використовуючи засоби фізичної культури і спорту для підвищення як фізичної, так і інтелектуальної дієздатності [20]. Критично важливим є навчання студентів-викладачів практичним навичкам роботи з психофізичною напругою. Це включає засвоєння та вміння застосовувати релаксаційні техніки та вправи, такі як візуалізація («Килим-літак») або вправи на контраст напруження і розслаблення («Морозиво», «Засмагаємо») [11]. Ці вправи повинні бути інтегровані в рутинний навчальний процес, а не розглядатися як факультатив. Окрім того, майбутні викладачі мають оволодіти методами педагогічного спостереження, що дозволяє об'єктивно оцінювати стан учнів / студентів: фіксувати зовнішні прояви вегетативних реакцій (почервоніння або збліднення шкірних покривів, характер дихання) та суб'єктивну оцінку витримки фізичного навантаження [20].

6.9. Компетентнісний підхід. Так, на роль компетентнісного підходу для розробки нової моделі звертають увагу О. Опарін, М. Головченко, В. Костенко. Молоді науковці підтримують думки Н. Башавець, Л. Коновальської, С. Моїсеєв, С. Потеряйко, К. Старікової [2; 12; 14], що основна мета –



забезпечення не просто суми знань, а фундаментальної наукової, загальнокультурної та професійної підготовки, спрямованої на формування інтелектуального потенціалу та всебічний розвиток особистості. Компетентнісний підхід має гарантувати готовність майбутніх учителів до ефективної фізкультурно-оздоровчої роботи у старшій школі. Проте, практика свідчить про значну проблему: існує ризик імітації компетентнісного підходу. Це відбувається, коли зміст програм нібито відповідає вимогам, але методики викладання залишаються традиційними та пасивними. Для подолання імітації необхідний перехід до дієвої реалізації компетентності, що вимагає зміщення акценту на діяльнісний підхід.

6.10. Діяльнісний підхід. У свою чергу, за висновками дослідників: С. Переверзева, Т. Уманська, М. Miller реалізація діяльнісного підходу вимагає, щоб навчальна діяльність ґрунтувалася на концептуальних положеннях і принципах, що сприяють особистісно-орієнтованому вихованню учнів [19]. Це означає, що студенти-викладачі мають освоювати методи, де учень виступає активним суб'єктом. Можна провести паралель із системою навчального експерименту в точних науках, наприклад, у фізиці: учні використовують експериментальні задачі для висування гіпотез, дослідження фізичних закономірностей та закріплення нових знань [21]. У контексті фізичного виховання це означає, що урок повинен трансформуватися на «руховий експеримент». Студент має навчитися створювати такі умови, де школярі не просто виконують команди, а усвідомлюють біомеханічні та кінематичні принципи своїх рухів. Наприклад, при вивченні метання диску (Disc Golf), учні повинні аналізувати, як різні рухи тіла (швидкість, сила, траєкторія) впливають на політ об'єкта, таким чином поєднуючи фізичну активність зі знаннями з науки [32].

6.11. Життєва компетентність. Глибокий аналіз традиційної системи фізичного виховання виявляє низку критичних недоліків, які роблять



реформування неминучим. Одним із найбільш значущих є недостатній рівень теоретичної та практичної грамотності випускників шкіл / закладів вищої освіти. За спостереженнями, учні, студенти часто не володіють елементарними знаннями з теорії і методики фізичного виховання та здорового способу життя. Вони не вміють самостійно скласти програму фізичного самовиховання, комплекс ранкової гімнастики чи навіть організувати рухливу гру для малечі [14]. Отже, традиційна система є недостатньою для формування життєвої компетентності.

6.12. Інтерактивна та діяльнісна форми навчання. Методична архаїчність, що своїми коренями сягає військових статутів. Адже, викладачі часто звикли покладатися на гучність свистка, виразність міміки, жестикуляцію та монолог, ігноруючи при цьому розвивальний потенціал діалогу, бесіди та активних інтерактивних методів навчання [14]. Виходом із цієї ситуації є чітка рекомендація – впровадження інтерактивних і діяльнісних форм навчання: дослідницькі та інформаційні проекти, сюжетно-рольові ігри, моделювання ситуацій, інсценізації, екскурсії та дитяче волонтерство і т.д. Ці методи є ключовими для формування наскрізних умінь, що дозволить майбутнім викладачам не просто «проводити уроки / заняття», а створювати середовище, де учні, студенти стають активними, свідомими учасниками власного фізичного розвитку [14].

6.13. Формування компетенцій психосоціальної підтримки. Цей аспект належить до соціального виміру компетентності, що включає розвиток стійкості, емпатії та комунікації. Викладач фізичного виховання, завдяки регулярному і неформальному контакту з учнями, може виступати як перша ланка підтримки. Отже, навчання має включати розробку внутрішніх комунікаційних систем та письмової політики у школі / закладі вищої освіти, а також навчання виявленню першочергових потреб співробітників та учнів у кризових умовах. Фахівець із фізичного виховання повинен вміти організувати доступ учнів, студентів до



психологічних, медичних і соціальних послуг, забезпечуючи при цьому політику психологічної безпеки, дотримання конфіденційності та недопущення стигми (негативний суспільний ярлик, знак ганьби, чи осуду). Це забезпечує комплексний підхід, де фізичне виховання стає інструментом не лише фізичного, але й ментального здоров'я. Сучасні освітні системи в Україні орієнтовані на інклюзивну освіту, що є значним викликом для підготовки кадрів із фізичного виховання. Майбутні викладачі повинні мати глибокі знання про інклюзивну форму навчання, де діти з особливими освітніми потребами (ООП) здобувають знання разом із однолітками відповідно до державного стандарту [1; 3; 10].

6.14. Спеціалізована адаптивно-інклюзивна компетенція: детальний аналіз національних і міжнародних професійних стандартів для фахівців із адаптивної фізичної культури та спорту. Практична підготовка має охоплювати: вміння працювати з індивідуальною програмою розвитку та навички оцінювання діяльності іншого персоналу (наприклад, асистентів), залученого до підтримки учнів, студентів.

Отже, особлива увага має бути приділена комунікації. На основі вимог до тренерів-викладачів із адаптивної фізичної культури, модель повинна запровадити обов'язковий семінар-практикум, сфокусований на невербальній комунікації та базових елементах жестової мови (9.1). Це критична вимога для ефективної взаємодії з учнями, що мають сенсорні порушення, та є запорукою повної інтеграції цих дітей у навчальний процес [3].

6.15. Цифрова трансформація є пріоритетним напрямом внутрішньої політики України у сфері фізичної культури і спорту, що підтверджено стратегічними документами: «Стратегія розвитку фізичної культури і спорту на період до 2028 року», «Національна економічна стратегія на період до 2030 року», «Конвенції» про кіберзлочинність» і т.д. Тому викладач із фізичного виховання повинен бути не лише користувачем, але й активним інтегратором цифрових рішень. Тому, навчальний процес має включати практичне освоєння



інтерактивними технологіями: відеоресурсами, іграми та мобільними додатками, які сприяють підвищенню залучення учнів, студентів до фізичної активності.

Критичною новою компетенцією – навчання аналізу руху. Майбутні фахівці повинні вивчати функціонал та інтегрувати українські спортивні стартапи, які демонструють успішну цифрову реалізацію. Наприклад, використання програмного забезпечення, такого як AiSport, для об'єктивного відстеження та корегування рухів учнів, студентів. Це дозволяє викладачу перейти від суб'єктивної оцінки до надання точного, науково обґрунтованого та миттєвого зворотного зв'язку, що є основою діяльнісного підходу.

Крім того, викладач повинен стати менеджером цифрової спортивної спільноти. Студенти мають навчитися використовувати мобільні додатки (наприклад, Streetball App) для організації позашкільних спортивних ігор, пошуку партнерів, створення власних команд і участі у спортивних лігах. Це розширює роль викладача із фізичного виховання від інструктора до організатора здорового способу життя нації [15; 16; 20]. Для забезпечення дієвої реалізації компетентнісного підходу необхідно здійснити фундаментальний перехід до активного та діалогічного навчання. Майбутні викладачі мають оволодіти методами, що розкривають величезний розвивальний потенціал: діалог, бесіда та інтерактивні методики. Це вимагає відмови від авторитарної позиції на користь партнерської [14].

6.16. Інтеграція проектної діяльності. Студенти повинні навчатися організації та керівництву дослідницькими, інформаційними, мистецькими проектами та моделюванням, які рекомендовані у типових освітніх програмах. Це дозволяє не лише розвивати фізичні навички, але й формувати наскрізні уміння, необхідні у житті. Важливим є також використання елементів експериментальної освіти, де студенти застосовують експериментальні задачі, завдання для висування проблем, дослідження фізичних закономірностей у русі, і закріплення нових знань на практиці [14; 21].

6.17. Психологічна та фізична грамотність нації. Аналітичні дані підтверджують, що рівень фізичної грамотності громадян прямо корелює з рівнем середньої тривалості життя, загальним здоров'ям і морально-психологічним станом населення [1]. Отже, підготовка викладача із фізичного виховання більше не обмежується лише навчанням руховим навичкам. Викладач стає ключовим агентом державної політики, спрямованої на формування здорової та конкурентоспроможної нації, а його професійна діяльність включає фізкультурно-оздоровчу роботу та забезпечення психосоціальної стійкості молоді.

6.18. Компоненти структури професійної компетентності викладача фізичного виховання в умовах викликів – це система, що відповідає на сучасні виклики через чітке визначення цілей, змісту, технологій та очікуваних результатів (див. Табл. 1 (автори: М. Головченко, В. Костенко):

Таблиця 1

**Структура професійної компетентності
 викладача фізичного виховання в умовах викликів**

Домен компетентності	Ключовий сучасний виклик	Очікувані навички викладача (приклади)
Фахово-методичний	діалогізація, практико-орієнтованість	застосування проектних, дослідницьких, інтерактивних методів навчання; формування програм фізичного самовиховання [14]
Здоров'язбережувальний	психологічна напруга, криза здоров'я	впровадження релаксаційних вправ, використання ФВ для підвищення інтелектуальної дієздатності [11; 20]
Соціально-гуманістичний	потреба у стійкості, різноманітність	емпатія, комунікація, переговори, прийняття рішень, повага до різноманітності, стійкість [1]
Адаптивно-інклюзивний	навчання дітей / студентів із ООП	знання інклюзивної форми навчання, основи адаптивної фізичної культури, володіння елементами жестової мови [3]
Цифровий та інноваційний	цифрова трансформація спорту	використання ІТ для залучення учнів / студентів, аналіз рухів (AiSport), інтеграція спортивних стартапів у навчальний процес [15; 16; 22; 30; 31; 32]

Автори: М. Головченко, В. Костенко



- цільовий блок – визначає формування професійної компетентності як пріоритет. Ця компетентність має бути орієнтована на втілення ефективних ідей, форм та змісту навчальної діяльності, ставлячи в пріоритет особистісно-орієнтоване виховання учнів і студентів [19]. Це перехід від орієнтації на процес до орієнтації на розвиток індивідуальних здібностей і потреб;

- змістовий блок (мультидисциплінарність) – включає інтеграцію традиційної фізкультурно-оздоровчої роботи з новими, критично важливими модулями: психосоціальна підтримка, інклюзивна та адаптивна освіта, а також цифрові технології [3];

- процесуальний блок (технологічна трансформація) – передбачає реалізацію змісту через діяльнісний та інтерактивний підходи. Так, після рухової діяльності студенти мають проводити аналіз і порівняння різних технік (наприклад, порівняння гри з різними типами дисків), обговорювати стратегію та формулювати власні висновки щодо ефективності рухів. Такий підхід стимулює критичне мислення, будує впевненість та забезпечує глибинне засвоєння теорії і методики фізичного виховання, що є критичним для подолання недоліків традиційної системи [14; 16; 28; 29; 30; 31; 34]. Тому, основними технологіями виступають інноваційні методики, такі як кейс-стаді (наприклад, Disc Golf), ігрові симуляції, активна діалогізація навчального процесу та методики рефлексії [21];

- результативний блок – оцінка ефективності моделі базується на вимірюванні сформованості ключових компетентностей. До них відносяться інструментальний вимір («Учитися діяти»), що охоплює навички для працевлаштування (співпраця, переговори, прийняття рішень), та соціальний вимір («Учитися жити разом»), що включає навички активного громадянства, стійкості, емпатії та поваги до різноманітності [1] та ін.

VII. Саморозвиток майбутнього викладача фізичного виховання:

7.1. Саморозвиток це основа розвитку (гармонія та успіх; внутрішня



мотивація; активне формування; перехід до самовиховання). Тому, основними напрямками розвитку особистості майбутнього фахівця на етапі його навчання у вищому навчальному закладі вважаємо:

- виникнення потреби в особистісних змінах, необхідних для засвоєння певної професії;
- формування знань і способів діяльності у визначеній сфері суспільного розподілу праці (професійні знання, уміння і навички);
- розвиток психологічних механізмів застосування засвоєних способів діяльності;
- формування особистісних професійних якостей і здібностей [9, с. 68].

7.2. Саморозвиток проходить через самоосвіту, самопізнання, професійне зростання, самореалізацію, самовдосконалення, фізичний розвиток тощо на благо собі та людству.

7.3. Рівень саморозвитку впливає на швидкість формування активної життєвої позиції в здобувачів освіти та в себе – дотримуйтеся життєвих цінностей (родина, здоров'я, мудрість, духовність, справедливість, гідність, честь, щастя, кохання, свобода, саморозвиток, знання та ін.) та ін.

VIII. Самовдосконалення майбутнього викладача фізичного виховання:

8.1. Напрями для самовдосконалення:

8.1.1. Професійна компетентність (педагогічні знання, наукова ерудиція, інформаційна грамотність).

8.1.2. Особистісно-професійний розвиток (лідерські якості, організаційні якості, комунікативні навички, емоційна стійкість).

8.1.3. Здоров'я та фізичний розвиток (особистий приклад, різні види спорту, здоровий спосіб життя (ЗСЖ)).

8.2. Самовдосконалюватися через: професійні знання, психолого-педагогічні вміння та навички, самоаналіз, самоорганізацію, самовизначення,



самоствердження, власний фізичний розвиток, збереження та зміцнення здоров'я, формуючи позитивну «Я-концепцію» і т.д.

ІХ. Діагностика професійної компетентності особистісних якостей майбутнім викладачем фізичного виховання:

9.1. Послідовність професійних компетентностей для успішної роботи: особистісні якості, вміння, знання, навички (наприклад, систематично проходити семінари-практикуми / тренінги, які сфокусовані на невербальній комунікації, на базових елементах жестової мови; володіти невербальною комунікацією та елементами жестової мови; систематичне застосування невербальної комунікації та жестової мови).

9.2. Якості (комунікативні, інноваційні, організаторські, морально-етичні).

9.3. Методи діагностики (спостереження, педагогічні ситуації, аналіз, тестування і т.д.).

9.4. Компетентнісні напрями (предметно-методичний, психолого-педагогічний, інклюзивний) та ін.

Х. Отримання бажаного результату майбутнім викладачем фізичного виховання для науково-педагогічної роботи у різних видах діяльності:

10.1. Поява рушійної сили для розробок робочих програм навчальних дисциплін для підготовки здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня (денної та заочної форми навчання), статус дисциплін: обов'язкова та вибіркова.

10.2. Розуміння цілісності: професійна компетентність + педагогічна майстерність + науково-дослідна робота + діяльнісний підхід = знання + навички + особистісні якості + постійний саморозвиток + самовдосконалення.

10.3. Формування мотиваційної діяльності через: проблемні ситуації + потреби + свободу вибору + бажання + інтерес + цілі + цінності + зовнішню та внутрішню мотивацію + використання інтерактивних технологій + особиста відповідальність + відчуття успіху (див. Рис. 1 (автор: З. Діхтяренко)).



Рис. 1. Модель структурних компонентів для майбутніх викладачів фізичного виховання в умовах освітніх викликів (автор: Зоя Діхтяренко)



Висновки:

1. На основі проаналізованих основних нормативно-правових актів і науково-методичної літератури описано поетапний алгоритм побудови авторської моделі структурних компонентів для майбутніх викладачів фізичного виховання в умовах освітніх викликів із взаємопов'язаними компонентами: 1) мета розробки моделі майбутніх викладачів фізичного виховання; 2) завдання для майбутніх викладачів фізичного виховання; 3) знання та застосування майбутніми викладачами фізичного виховання нормативно-правових актів; 4) систематичне впровадження майбутніми викладачами фізичного виховання різноманітні форми роботи під час навчально-виховних і тренувальних діяльностей; 5) дотримання у повсякденному бутті життєвих цінностей; 6) теоретико-практичне поглиблення ключових сфер професійної компетентності викладача фізичного виховання; 7) саморозвиток майбутнього викладача фізичного виховання; 8) самовдосконалення майбутнього викладача фізичного виховання; 9) діагностика професійної компетентності особистісних якостей майбутнім викладачем фізичного виховання; 10) отримання бажаного результату майбутнім викладачем фізичного виховання для науково-педагогічної роботи у різних видах діяльності. Таким чином, авторська модель передбачає: мету, завдання, нормативно-правові акти, форми роботи, життєві цінності, професійні компетентності викладача фізичного виховання, саморозвиток, самовдосконалення, діагностика, результат (див. Рис. 1 (автор: З. Діхтяренко)).

2. Презентація алгоритму побудови авторської моделі структурних компонентів для майбутніх викладачів фізичного виховання в умовах освітніх викликів сприяв прояву молодими науковцями М. Головченком і В. Костенком особистісного наукового потенціалу через наповнюваність кожного компоненту. Отже, аналіз літературних джерел, список використаних джерел, анотація, розділи III, IV, V, VI (пункти: 6.8-6.18), X – автор О. Опарін; аналіз літературних



джерел, висновки, анотація, розділи I, II, III, IV, V, VI (пункти: 6.1-6.8), VII, VIII, IX, X – автор З. Діхтяренко; аналіз літературних джерел, ключові слова, переклад на англійську мову анотації та ключових слів, список використаних джерел, пункти: 6.8-6.18 – М. Головченко і В. Костенко.

У перспективах подальшого наукового дослідження передбачається: на основі розробленої моделі структурних компонентів для майбутніх викладачів фізичного виховання в умовах освітніх викликів описати проведений педагогічний експеримент.

Список використаних джерел

1. Базові психосоціальні компетентностей. *Мультимедійний навчальний курс*. URL: <http://jds.multycourse.com.ua/ua/page/21/110> (дата звернення: 09.09.2025).

2. Башавець Н. А., Старікова К. В. Компетентнісний підхід в професійній підготовці вчителя фізичної культури. *Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини: матеріали V інтернет-конф.*, м. Одеса, 17-18.11.2021 р. Одеса, 2021. С. 142-145.

3. Вакулко Т. С., Боротюк О. І. Інклюзивна освіта – виклик сьогоденню : навч.-метод. посіб. Сарни, 2018. 64 с. URL: <https://vseosvita.ua/library/embed/0100977n-1454.docx.html> (дата звернення: 10.09.2025).

4. Діхтяренко З., Отравенко О., Єроменко Е. Виховання інтересу в здобувачів освіти до спортивних споруд і тренажерного обладнання під час тренувально-змагальної діяльності в бойовому хортингу: результати наукових досліджень. *Проблеми освіти. ДНУ «ІМЗО» МОНУ. К.*, 2025. Вип. 1(102). С. 136-157. <https://doi.org/10.52256/2710-3986.1-102.2025.10>.

5. Діхтяренко З. М., Корженко І. О., Стешиц А. В., Костенко В. С. Вживання вітамінів для збереження та зміцнення здоров'я в учнівській та студентській молоді, курсантів спортивного гуртка «Бойовий хортинг»



(експериментальна робота). *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. К., 2022. Вип. 9 (154) 2022. С. 41-47.

6. Діхтяренко З. М., Довгань Н. Ю., Отравенко О. В., Єрмоменко Е. А., Завістовський О. Д. Інноваційні підходи майбутніх тренерів єдиноборства та вчителів фізичної культури до Модельної навчальної програми «Фізична культура. 5-6 клас». Варіативний модуль «Бойовий хортинг» в умовах воєнного стану для формування активної життєвої позиції. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. К., 2023. Вип. 8 (168) 23. С. 51-56.

7. Діхтяренко З. М., Отравенко О. В., Єрмоменко Е. А., Завістовський О. Д. Об'єкт для формування активної життєвої позиції в спортсменів бойового та поліцейського хортингу – здоров'я учнів, військових ліцеїстів, студентів і курсантів. *Педагогічна Академія: наукові записки. № 8, 2024.* <https://doi.org/10.5281/zenodo.12933255>.

8. Діхтяренко З. М., Данилюк І. С., Скляр Н. І. Формування навичок здорового способу життя засобами фізкультурно-оздоровчої роботи на прикладі педагогічного досвіду роботи НВК № 24 (на засадах хортингу) : метод. посіб. / за заг. ред. З. М. Діхтяренко. К. : Паливода А. В., 2015. 324 с.

9. Довгань Н. Ю. Теоретичні і методичні основи виховання фізичної культури студентів вищих навчальних закладів у процесі позааудиторної спортивно-масової роботи: . дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.07, 13.00.02, К., 2018. 576 с.

10. З турботою про кожного. Психосоціальна підтримка на робочому місці у воєнний і післявоєнний час. Держпраця. URL: <https://pratsia.in.ua/ilo/informatsiynyy-material-dlya-lideriv-pidpryyemstv-profspilok.html> (дата звернення: 02.09.2025).



11. Качула А. Релаксація на уроках фізкультури. *На Урок*. 2023. URL: <https://naurok.com.ua/relaksaciya-na-urokah-fizkulturi-344375.html> (дата звернення: 02.09.2025).

12. Коновальська Л. О. Компетентнісний підхід у професійній підготовці майбутніх учителів фізичної культури до фізкультурно-оздоровчої роботи в старшій школі. *Наукові записки Бердянського державного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки*. 2017. № 2. С. 233-238.

13. Концепція виховання дітей та молоді в цифровому просторі. *Національна академія педагогічних наук України*. К.: «Інтерсервіс», 2022. 51 с.

14. Моїсеєв С. О., Потеряйко С. М. Ризики та можливості компетентнісно орієнтованого фізичного виховання учнів Нової української школи. *Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор і одноборств у вищих навчальних закладах*. 2019. № 2. С. 101-105.

15. Непомнящий В. Компетентнісний підхід у викладанні фізкультури. *На Урок*. 2024. URL: <https://naurok.com.ua/kompetentnisniy-pidhid-u-vikladanni-fizkulturi-404300.html> (дата звернення: 09.09.2025).

16. Опарін О. А., Лівак П. Є., Діхтяренко З. М., Захаріна А. Г., Захаріна Є. А., Корженко І. О., Стешиц А. В., Петренко Н. Б. *Методики фізичного виховання у валеології: навч. посіб. / за заг. ред. проф. О. А. Опаріна*. Харків: Факт, 2025. 448 с.

17. Отравенко О. В., Діхтяренко З. М., Єрмоменко Е. А. Вплив активної життєвої позиції на здоров'я та психофізичну готовність учнів, студентів і курсантів до фізкультурно-спортивної діяльності в закладах освіти. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки*. № 2, 2025. С. 149-163.

18. Отравенко О. В., Діхтяренко З. М., Ганчева В. І., Єрмоменко Е. А. Формування української національної ідентичності учнівської та студентської молоді в системі національно-патріотичного виховання. *Вісник Луганського*



національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки. № 1 (360), 2024. С. 142-152.

19. Переверзєва С. Проблеми викладання фізичного виховання в контексті розвитку саморегуляції в учнів і студентів. *Освітній вимір*. 2015. № 46. С. 201-207. URL: <https://doi.org/10.31812/educdim.v46i0.2531>.

20. Присяжнюк С. Використання здоров'язбережувальних технологій у фізичному вихованні студентів спеціального медичного відділення. Теорія та практика. К.: Вид. центр НУБіП України, 2012. 425 с. URL: <https://duikt.edu.ua/ua/lib/1/category/2621/view/1575> (дата звернення: 09.09.2025).

21. Уманська Т. М. Реалізація діяльнісного підходу до навчання шляхом використання фізичного експерименту на уроках фізики. *На Урок*. 2018. URL: <https://naurok.com.ua/realizaciya-diyalnisnogo-pidhodu-do-navchannya-shlyahom-vikoristannya-fizichnogo-eksperimentu-na-urokah-fiziki-33568.html> (дата звернення: 09.09.2025).

22. Bloschchynskyi, I., Griban, G., Okhrimenko, I., Stasiuk, V., Suprun, D., Nedvyha, O., Neurova, A., Dovgan, N, Dikhtiarenko, Z., Yeromenko, E., Malynskyi, I., Prontenko K. (2021). Formation of psychophysical readiness of cadets for future professional activity. *The Open Sports Sciences Journal*, 14, 1-8. doi: 10.2174/1875399X02114010001.

23. Víctor Manuel Valle-Muñoz, María Mendoza-Muñoz, Emilio Villa-González. Physical literacy as a pedagogical model in physical education. *Children (Basel, Switzerland)*. 2025. Vol. 12 (8). doi: <https://doi.org/10.3390/children12081008>.

24. Grygoriy P. Griban, Valentyna P. Trufanova, Mykola I. Lyukianchenko, Nadiya Yu. Dovhan, Zoia M. Dikhtiarenko, Olena V. Otravenko, Tetiana V. Nadimyanova (2024). Causes of stress and its impact on women's mental and physical health. *Wiadomości Lekarskie*, 77 (12), 2493–2500. doi: 10.36740/WLek/197113.



25. Griban G., Liakhova N., Sahach O., Dikhtiarenko Z., Fedorchenko T., Pustoliakova L, Kovalchuk A. (2023). Formation of students' health culture in the process of physical education and health recreation activities. *Wiadomości Lekarskie*, 76 (2), 264-273. doi: 10.36740/WLek202302104.

26. Dikhtiarenko, Zoia, Korzhenko, Iryna, Steshyts, Andrii. Training of future physical education teachers and martial arts coaches – Combat Horting to the application of healthcare technologies (2022). Physical culture, sports and physical rehabilitation in modern society. Nataliia Khlus, Oleksandr Nestorenko (editors). *Monograph*. Publishing House of University of Technology, Katowice, 2022, (pp. 22-77).

27. Disc Golf for Education. Professional Disc Golf Association. URL: <https://www.pdga.com/youth-and-education/education> (date of access: 09.09.2025).

28. Dovgan, N., Fedorchenko, T., Yeromenko, E., Dikhtiarenko, Z., Kukushkin, K., Lavrentiev, O., Sergienko, Y., Khatko, A., Khimich, V., Shcherbina, Y., Pustoliakova, L., Hulai, V., Demchenko, N., Hrek, T., Vaskivska, T., Yeromenko, V., Ovsiukova, O., Zub, R., Melnik, B. (2021). Physical culture and sport in harmoniously developed personality formation. Volodymyr Prystynskyi, Tadeusz Pokusa (editors). *Monograph*. Publishing House WSZiA, Opole. 2021. 384. ISBN 978–83–66567–34–4. Part 6. Horting as the tool of comprehensive education of pupils, students, and cadets (pp. 272-357).

29. Fedorchenko, T., Boltivets, S., Dovgan, N., Dikhtiarenko, Z., Yeromenko, E., Kukushkin, K., Otravenko, O., Zavistovskyi, O., Khatko, A., Kolomoiets, H., Berezhna, T., Veselova, V., Steshyts, A., Khimich, V., Demchenko, N., Yeromenko, V., Grechana, L., Petrova, O., Kozlova, K., Ilnytskyi, I., Rebryna, A., Tsviha, A., Kostenko, V., Dehtyaryov, A. (2022). Ensuring Standards of Quality of Life in a Turbulent World. *Monograph*. Opole: The Academy of Applied Sciences – Academy of Management and Administration in Opole, 2022; pp. 623. ISBN 978-83-66567-48-1. Part 5. «Combat Horting as a means of physical education of a harmoniously



developed, successful, a vitally active personality – pupils, students and cadets: results of research work» (pp. 498-597).

30. Khoroshukha, M., Grihan, G., Terentieva, N., Tkachenko, P., Petrachkov, O., Semeniv, B., Otravenko, O., Dikhtiarenko, Z., Yeromenko, E., Khurtenko, O., Lytvynenko, A. (2021). Influence of different training activities on development of junior athletes' logical thinking. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 9(1), 62-70. doi: 10.13189/saj.2021.090109.

31. Malynskiy, I., Boyko, V., Dovgan, N., Dikhtiarenko, Z., Yeromenko, E., Fedorchenko, T., Lytvynenko, A., Khatko, A., Pustoliakova, L., Ostapenko, O., Zubalii, M., Khimich, V., Koval, A., Zhivolovich, S., Korobchenko, A., Ostapchuk, L. (2020). Problems and prospects of physical culture and sports development and healthy lifestyle formation of different population groups. Monograph. Opole: The Academy of Management and Administration in Opole; pp.286, illus., tabs., bibls. Part 5. Horting as a Means of Physical Education for Pupils and Students (pp. 226-273).

32. Miller M. Disc Golf In Schools: K-12 Teachers Bring The Sport To Class. *The App for Disc Golfers*. 2023. URL: <https://udisc.com/blog/post/disc-golf-in-schools-k-12-teachers-bring-the-sport-to-class> (date of access: 19.09.2025).

33. Rawhide Youth Services. 13 Physical and Mental Health Benefits of Disc Golf. 2016. URL: <https://rawhide.org/blog/sports/13-physical-and-mental-health-benefits-of-disc-golf> (date of access: 09.09.2025).

34. Shawley J. The Go-To Guide for Your Frisbee/Disc Unit in PE. *Gopher Sport*. 2020. URL: <https://blog.gophersport.com/target-based-disc-activities/> (date of access: 09.09.2025).

35. Zack Beddoes, Keven Prusak & David Barney (2023). Professional Learning Communities in Physical Education: Preparing Teachers to Thrive, *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 94:1, 38-44, DOI: 10.1080/07303084.2022.2136317.

36. Zhamardiy, V., Grihan, G., Shkola, O., Fomenko, O., Khrystenko, D., Dikhtiarenko, Z., Yeromenko, E., Lytvynenko, A., Terentieva, N., Otravenko, O.,



Samokish, I., Husarevych, O., & Bloshchynskyi, I. (2020). Methodical System of Using Fitness Technologies in Physical Education of Students. *International Journal of Applied Exercise Physiology*, 9(5), 27-34.