КАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНИКА
МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ ТА НАУКИ УКРАЇНИ
КАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНИКА
МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ ТА НАУКИ УКРАЇНИ

Кваліфікаційна наукова
праця на правах рукопису

БОЖОК ОЛЕКСАНДР АНАТОЛІЙОВИЧ

УДК 378.018.43:796(477)“1990/2022”

ДИСЕРТАЦІЯ
СТАНОВЛЕННЯ І РОЗВИТОК СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧОЇ РОБОТИ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ УКРАЇНИ
(90-ті рр. XX – перша чверть XXI ст.)

011 – «Освітні, педагогічні науки»
01 – «Освіта / Педагогіка»

Подається на здобуття ступеня доктора філософії

Дисертація містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело _____ О.А.Божок

Наукові керівники: Ящишин Зіновій Миколайович, кандидат медичних наук, доцент та Курилюк Сергій Іванович, кандидат психологічних наук, доцент

Івано-Франківськ – 2025

АНОТАЦІЯ

Божок О.А. Становлення і розвиток спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України (90-ті рр. ХХ–перша чверть ХХІ ст.). – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття ступеня доктора філософії за спеціальністю 011 Освітні, педагогічні науки – Карпатський національний університет імені Василя Стефаника, Міністерство освіти і науки України, Івано-Франківськ, 2025.

Дисертаційне дослідження присвячено актуальній проблемі становлення і розвитку спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України, яка в 90-ті рр. ХХ–першій чверті ХХІ ст. набула особливого значення у зв'язку з масштабними суспільно-політичними й соціально-економічними трансформаціями, розбудовою національної системи вищої освіти, інтеграцією у європейський освітній простір та зростанням суспільного запиту на здоровий спосіб життя студентської молоді.

Мета дослідження – проаналізувати становлення і розвиток спортивно-оздоровчої роботи в закладах вищої освіти України в 90-х рр. ХХ–першій чверті ХХІ ст.

Об'єкт дослідження – спортивно-оздоровча діяльність в Україні.

Предмет дослідження – спортивно-оздоровча робота в закладах вищої освіти України (90-ті рр. ХХ–перша чверть ХХІ ст.).

Унаслідок наукового пошуку *встановлено,* що спортивно-оздоровча робота у закладах вищої освіти в 90-х рр. ХХ–першій чверті ХХІ ст. формувалася та розвивалася на тлі комплексу взаємопов'язаних детермінант: *суспільно-політичних* (утвердження державної незалежності, розбудова й постійне оновлення нормативно-правового забезпечення, інституційні трансформації органів управління фізичною культурою і спортом, оновлення навчальних планів і впровадження нових стандартів підготовки фахівців з фізичного виховання, курс на європейську інтеграцію, воєнні виклики), *економічних* (глибокі кризи 1990-х рр.,

скорочення та поступове відновлення бюджетного фінансування, модернізація й розширення спортивної інфраструктури, пошук нових джерел фінансування), *соціокультурних* (зміна ціннісних орієнтирів молоді, формування культури здорового способу життя, відродження національних традицій тіловиховання, вплив цифрових технологій, пандемії COVID-19 та гібридної війни). Це дало змогу, на основі дібраних та обґрунтованих критеріїв (історичного, правового, дидактичного), розробити періодизацію розвитку спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України в окреслених хронологічних межах: *перший етап* (1993–2004 рр.): становлення спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України; *другий етап* (2004–2014 рр.): розвиток та інституалізація спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України; *третій етап* (2014–2022 рр.): інновації та інтеграція до європейського освітнього простору у ЗВО України.

За результатами категоріально-змістового аналізу базових категорій досліджуваної проблеми сформульовано авторське визначення: *спортивно-оздоровча робота у закладі вищої освіти* – це цілеспрямована та системна сукупність організаційно-педагогічних, виховних і методичних заходів, спрямованих на всебічне формування, збереження і зміцнення фізичного здоров’я здобувачів вищої освіти, розвиток їх рухових умінь і навичок, підвищення рівня фізичної активності, а також формування ціннісного ставлення до здорового способу життя, що реалізується через організацію спортивних, фізкультурно-оздоровчих та масових заходів у освітньому середовищі.

Унаслідок наукового пошуку встановлено, що розвиток організаційно-педагогічних засад спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України в кінці XX–першій чверті XXI ст. мав поетапний характер, що відображало еволюцію від становлення до інституалізації, модернізації та інтеграції в європейський освітньо-спортивний простір. Визначено, що ці засади ґрунтувалися на поєднанні правового регулювання, організаційного забезпечення та педагогічних підходів, які трансформувалися відповідно до соціально-політичних і економічних умов. Досліджено, що педагогічна логіка спортивно-оздоровчої

роботи у ЗВО передбачає поєднання навчального, виховного, оздоровчого та соціокультурного компонентів, які у взаємодії формують стійку систему цінностей студентської молоді.

З'ясовано, що на етапі становлення (1993–2004 рр.) організаційно-педагогічні засади визначалися переважно нормативно-директивною логікою збереження радянських підходів до обов'язкових занять. Вони полягали у відтворенні єдиних нормативів і контролю фізичної підготовки студентів, що забезпечувало мінімальний рівень фізичного розвитку та дисциплінованe залучення до занять. Найпоширенішими формами були навчальні заняття, секційні тренування, внутрішньоуніверситетські спартакіади. Простежено недостатню інтеграцію спортивно-оздоровчої роботи у навчальні програми та несистемний характер її реалізації у ЗВО. Водночас закладено правові й організаційні основи подальшого розвитку: ухвалено базові закони, створено спортивні клуби, започатковано студентські універсіади.

Визначено, що на етапі інституалізації (2004–2014 рр.) відбулося розширення змісту дисципліни «Фізичне виховання» за рахунок варіативних модулів і поєднання студентського спорту з масовим фізкультурним рухом. Важливим чинником стало впровадження кредитно-модульної системи, яка забезпечила варіативність та індивідуалізацію навчання. Активізувалася робота спортивних клубів і секцій, зросла кількість фітнес- і рекреаційних програм, поширилися фестивалі, міжвузівські турніри, всеукраїнські та міжнародні змагання, що засвідчило поступове утвердження студентського спорту як важливого елемента освітнього середовища. Зафіксовано зміну підходів у бік варіативності й розширення спектра форм: інтерактивних, змагальних, індивідуалізованих, тренінгових, проблемно-пошукових методів; активізацію діяльності спортивних клубів; поширення фітнес- і рекреаційних програм; проведення міжвузівських фестивалів і турнірів. Організаційно-педагогічні засади визначалися принципом варіативності, розширенням спектра методик і орієнтацією на інтереси студентів.

Установлено, що етап модернізації та інтеграції (2014–2022 рр.) позначився впровадженням інноваційних і цифрових технологій, систем дистанційного навчання та моніторингу фізичної активності. Організаційно-педагогічні засади набули інноваційного й адаптивного характеру: посилено автономію ЗВО; упроваджено цифрові інструменти моніторингу рухової активності; з'явилися дистанційні та змішані форми, онлайн-курси; розширено інклюзію та міжнародну співпрацю (Erasmus+, універсіади, партнерські проєкти). Поширення набули інтерактивні цифрові, коучингові, проєктно-діяльнісні технології, самоконтроль і рефлексивні підходи. Спортивно-оздоровча робота еволюціонувала до компетентнісно орієнтованого характеру, поєднуючи базові й варіативні напрями, wellness-програми, спортивні марафони, крос-кампусні ліги. Система продемонструвала гнучкість і здатність до адаптації в умовах пандемії COVID-19 та воєнного стану.

Доведено, що спортивно-оздоровча робота у ЗВО України пройшла шлях від фрагментарної діяльності до багаторівневої, інституалізованої та інноваційно орієнтованої системи, інтегрованої в національний і європейський освітньо-спортивний простір.

З метою емпіричної перевірки окреслених положень проведено пілотне дослідження серед 483 студентів із різних регіонів України, яке дозволило з'ясувати рівень залученості молоді до інноваційних форм рухової активності, вплив цифрових технологій на мотивацію та очікування щодо вдосконалення спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО. Отримані результати засвідчили високий попит на цифрові й гібридні формати занять, позитивний вплив цифрових інструментів на мотивацію студентів, а також виявили значний сегмент молоді (37,4%), не охопленої жодними інноваційними формами активності, що підтверджує потребу в посиленні інституційної та педагогічної підтримки.

У дисертації обґрунтовано й представлено концепцію освітнього блогу «SportEduHub» як інтерактивної онлайн-платформи для засвоєння знань і набуття практичних умінь у сфері спортивно-оздоровчої діяльності, спрямованої на

формування культури здорового способу життя студентської молоді. Мета ресурсу - створити сучасне інноваційне середовище, що підвищує рівень рухової активності здобувачів вищої освіти, посилює їх мотивацію до систематичних занять спортом та розвиває компетентність у сфері здоров'язбереження. Контент поєднує теоретичні матеріали з практичними рекомендаціями, дозволяє критично осмислювати тенденції розвитку фізичного виховання та інтегрувати інноваційні підходи в оздоровчу діяльність університетів. Структура «SportEduHub» охоплює головну сторінку з цілями та ключовими напрямами, навчальні модулі з фізичного виховання, рекреації та фітнесу, відеозаняття з оздоровчої гімнастики й профілактичних програм, віртуальні екскурсії спортивною інфраструктурою ЗВО, банк ідей для впровадження проєктів, а також інтерактивний чат-бот для комунікації студентів, викладачів і тренерів і розділ анонсів подій студентського спорту. Платформа забезпечує відкритий доступ і систематичне оновлення матеріалів у мультимедійних форматах (тексти, інфографіка, відео, подкасти), підтримує навички самостійного планування та контролю власної активності й сприяє підвищенню психофізичного благополуччя здобувачів освіти. Результати дослідження підтверджують доцільність упровадження «SportEduHub» як інноваційного цифрового ресурсу спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО, що поєднує історичний досвід становлення цієї сфери із сучасними педагогічними підходами та технологіями соціальної взаємодії студентської молоді.

Запропоновано інноваційну *модель-рамку спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти,* що базується на сучасних педагогічних і цифрових підходах і спрямована на підвищення залученості студентської молоді до регулярної фізичної активності, збереження та зміцнення здоров'я. Модель ґрунтується на принципах гібридності (органічне поєднання онлайн- і офлайн-форматів занять, що дає змогу гнучко адаптуватися до умов воєнного стану, дистанційного чи змішаного навчання), *персоналізації* (створення індивідуальних програм з урахуванням рівня підготовленості, стану здоров'я, мотиваційного профілю й інтересів здобувачів), *гейміфікації* (використання челенджів, рейтингів,

віртуальних турнірів та змагань як засобів посилення мотивації та соціальної взаємодії), *інтеграції wellness-компонента* (включення елементів релаксації, дихальних практик, антистресових вправ та психоемоційної підтримки); *наставництва* (нова роль викладача як коуча й тьютора, що супроводжує здобувача у формуванні індивідуальної траєкторії оздоровчої діяльності); *інклюзивності* (забезпечення рівного доступу до спортивної інфраструктури та цифрових ресурсів для всіх здобувачів незалежно від фізичних можливостей і соціально-економічного становища).

За результатами дисертаційного дослідження розроблено та впроваджено в освітній процес ЗВО е*лективний курс «Теорія і методика спортивно-масової* роботи» (3 кредити, у т. ч. 18 год. лекцій, 12 год. практичних занять, 60 год. самостійної роботи) для студентів 2 курсу другого (магістерського) рівня вищої освіти спеціальностей А1 «Освітні науки» та А4 «Середня освіта (за предметними спеціальностями)», предметна спеціальність А4.11 «Середня освіта (Фізична культура)». З метою підвищення зацікавленості здобувачів запропоновано різні форми занять: традиційні (вступна, інформаційна, підсумкова) та нетрадиційні (бінарна лекція, лекція-вебінар, лекція-візуалізація, інформаційна лекція з елементами порівняльного аналізу і проблемного викладу); для семінарів - семінар-бесіда, семінар-конференція, семінар-дискусія, а також квест, мінідослідження, проєктне заняття, ділова гра, практичне моделювання. Сукупно ці форми реалізують змістовий і методичний складники підготовки майбутніх фахівців до організації спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України, забезпечуючи поєднання теоретичного аналізу з практико-орієнтованим навчанням і творчим моделюванням сучасних оздоровчих програм.

Перспективні напрями розвитку спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України на сучасному етапі включають *цифровізацію та інноваційні технології* (онлайн-платформи моніторингу рухової активності, мобільні застосунки для самоконтролю, віртуальні тренінги та дистанційні форми занять); *розширення студентської спортивної інфраструктури* (модернізація й будівництво

багатофункціональних майданчиків, фітнес- і реабілітаційних зон, створення умов інклюзивного доступу); *посилення оздоровчо-профілактичного та здоров'язбережувального спрямування* (комплексні програми зміцнення здоров'я, профілактики гіподинамії, психоемоційного вигорання та хронічних захворювань); *інтеграцію в європейський освітній і спортивний простір* (участь у міжнародних програмах, універсіадах, партнерських проєктах, обмін досвідом з провідними університетами ЄС), *розвиток студентського самоврядування та волонтерства у спорті* (залучення спортивних клубів до ініціювання й проведення масових змагань, фестивалів, благодійних акцій); *поглиблення міждисциплінарної співпраці* (поєднання спортивно-оздоровчої роботи з програмами психологічної підтримки, харчування, екологічного виховання та медико-біологічного супроводу), *державну й муніципальну підтримку* (удосконалення фінансового та нормативно-правового забезпечення, грантові й цільові програми *для розвитку масового студентського спорту).*

Ключові слова: спортивно-оздоровча робота, спортивно-масова робота, фізкультурно-оздоровча робота, заклад вищої освіти, компетентність, здобувач вищої освіти, здоров'язбереження, здоров'я, фізичне здоров'я, психічне здоров'я, фізична культура, фізичне виховання і спорт, вчитель фізичної культури, Україна, 90-ті рр. XX–перша чверть XXI ст.

ABSTRACT

Bozyk O.A. Formation and development of sports and health activities in higher education institutions of Ukraine (1990s – first quarter of the 21st century) – Qualification scientific work on the rights of the manuscript.

Doctoral dissertation for the degree of Doctor of Philosophy in the specialty 011 Educational and Pedagogical Sciences – Vasyl Stefanyk Carpathian National University, Ministry of Education and Science of Ukraine, Ivano-Frankivsk, 2025.

The dissertation research is devoted to the topical issue of the formation and

development of sports and health work in higher education institutions of Ukraine, which in the 1990s The aim of the study is to analyze the formation and development of sports and health activities in higher education institutions in Ukraine in the 1990s and the first quarter of the 21st century.

The purpose of the study is to analyze the formation and development of sports and health activities in higher education institutions in Ukraine in the 1990s and the first quarter of the 21st century.

The object of the study is sports and health activities in Ukraine.

The subject of the study is sports and health activities in higher education institutions in Ukraine (1990s–first quarter of the 21st century).

Scientific research has established that sports and health activities in higher education institutions in the 1990s and the first quarter of the 21st century were formed and developed against the backdrop of a complex of interrelated determinants: socio-political (establishment of state independence, development and constant updating of regulatory and legal support, institutional transformations of physical culture and sports management bodies, updating of curricula and introduction of new standards for training physical education specialists, course towards European integration, military challenges), economic (deep crises of the 1990s, reduction and gradual restoration of budget financing, modernization and expansion of sports infrastructure, search for new sources of financing), socio-cultural (change in the value orientations of young people, formation of a culture of healthy lifestyles, revival of national traditions of physical education, influence of digital technologies, the COVID-19 pandemic and hybrid warfare). This made it possible, on the basis of selected and substantiated criteria (historical, legal, didactic), to develop a periodization of the development of sports and health work in higher education institutions of Ukraine within the outlined chronological boundaries: the first stage (1993–2004): the establishment of sports and health activities in higher education institutions in Ukraine; the second stage (2004–2014): the development and institutionalization of sports and health activities in higher education institutions in

Ukraine; the third stage (2014–2022): innovation and integration into the European educational space in higher education institutions in Ukraine.

Based on the results of a categorical and content analysis of the basic categories of the problem under study, the author's definition was formulated: sports and health work in a higher education institution is a purposeful and systematic set of organizational, pedagogical, educational, and methodological measures aimed at the comprehensive formation, preservation, and strengthening of the physical health of higher education students, the development of their motor skills and abilities, the increase in their level of physical activity, as well as the formation of a value-based attitude toward a healthy lifestyle. preserving and strengthening the physical health of higher education students, developing their motor skills and abilities, increasing their level of physical activity, and forming a value-based attitude towards a healthy lifestyle, which is implemented through the organization of sports, physical education and health, and mass events in the educational environment.

Scientific research has established that the development of organizational and pedagogical foundations for sports and health work in higher education institutions in Ukraine at the end of the 20th century and the first quarter of the 21st century was gradual, reflecting an evolution from formation to institutionalization, modernization, and integration into the European educational and sports space. It has been determined that these foundations were based on a combination of legal regulation, organizational support, and pedagogical approaches, which were transformed in accordance with socio-political and economic conditions. It has been found that the pedagogical logic of sports and health work in higher education institutions involves a combination of educational, upbringing, health, and sociocultural components, which interact to form a stable system of values for young students.

It has been established that at the stage of formation (1993–2004), the organizational and pedagogical principles were determined mainly by the normative and directive logic of preserving Soviet approaches to compulsory classes. These consisted of reproducing uniform standards and control of students' physical training, which ensured a minimum

level of physical development and disciplined participation in classes. The most common forms were training classes, sectional training, and intra-university sports competitions. There was insufficient integration of sports and health activities into educational programs and a lack of systematic implementation in higher education institutions. At the same time, the legal and organizational foundations for further development were laid: basic laws were adopted, sports clubs were created, and student universiades were launched.

It has been determined that during the institutionalization stage (2004–2014), the content of the Physical Education discipline was expanded through variable modules and the combination of student sports with mass physical culture movements. An important factor was the introduction of a credit-modular system, which ensured variability and individualization of training. The work of sports clubs and sections became more active, the number of fitness and recreational programs increased, festivals, interuniversity tournaments, all-Ukrainian and international competitions spread, which testified to the gradual establishment of student sports as an important element of the educational environment. There has been a shift in approaches towards variability and expansion of the range of forms: interactive, competitive, individualized, training, problem-solving methods; intensification of sports clubs' activities; expansion of fitness and recreational programs; holding of interuniversity festivals and tournaments. The organizational and pedagogical foundations were determined by the principle of variability, the expansion of the range of methods, and a focus on student interests.

It has been established that the modernization and integration stage (2014–2022) was marked by the introduction of innovative and digital technologies, distance learning systems, and physical activity monitoring. Organizational and pedagogical principles became innovative and adaptive: the autonomy of higher education institutions was strengthened; digital tools for monitoring physical activity were introduced; distance and blended learning formats and online courses have emerged; inclusion and international cooperation (Erasmus+, Universiades, partnership projects) have been expanded. Interactive digital, coaching, project-based technologies, self-control, and reflective

approaches have become widespread. Sports and health work has evolved into a competency-oriented activity, combining basic and variable areas, wellness programs, sports marathons, and cross-campus leagues. The system has demonstrated flexibility and adaptability in the context of the COVID-19 pandemic and martial law.

It has been proven that sports and health activities in Ukrainian higher education institutions have evolved from fragmented activities to a multi-level, institutionalized, and innovation-oriented system integrated into the national and European educational and sports space.

In order to empirically verify the outlined provisions, a pilot study was conducted among 483 students from different regions of Ukraine, which made it possible to determine the level of youth involvement in innovative forms of physical activity, the impact of digital technologies on motivation and expectations regarding the improvement of sports and health activities in higher education institutions. The results showed a high demand for digital and hybrid formats of classes, the positive impact of digital tools on student motivation, and revealed a significant segment of young people (37.4%) not covered by any innovative forms of activity, which confirms the need for stronger institutional and pedagogical support.

The dissertation substantiates and presents the concept of the educational blog “SportEduHub” as an interactive online platform for acquiring knowledge and practical skills in the field of sports and health activities aimed at forming a culture of healthy lifestyles among students. The purpose of the resource is to create a modern innovative environment that increases the level of physical activity of higher education students, strengthens their motivation to engage in regular sports activities, and develops their competence in the field of health preservation. The content combines theoretical materials with practical recommendations, allowing for critical reflection on trends in physical education and the integration of innovative approaches into university health activities. The structure of SportEduHub includes a home page with goals and key areas, training modules on physical education, recreation, and fitness, video lessons on health gymnastics and preventive programs, virtual tours of the sports infrastructure of higher

education institutions, a bank of ideas for project implementation, as well as an interactive chatbot for communication between students, teachers, and coaches, and a section for announcements of student sports events. The platform provides open access and systematic updating of materials in multimedia formats (texts, infographics, videos, podcasts), supports the skills of independent planning and control of one's own activity, and contributes to the improvement of the psychophysical well-being of students. The results of the study confirm the feasibility of implementing SportEduHub as an innovative digital resource for sports and health activities in higher education institutions, combining the historical experience of the development of this field with modern pedagogical approaches and technologies for social interaction among students.

An innovative framework model for sports and health activities in higher education institutions has been proposed, based on modern pedagogical and digital approaches and aimed at increasing student involvement in regular physical activity, maintaining and strengthening health. The model is based on the principles of hybridity (an organic combination of online and offline formats of classes, which allows for flexible adaptation to the conditions of martial law, distance or blended learning), personalization (the creation of individual programs taking into account the level of preparedness, health status, motivational profile, and interests of applicants), gamification (the use of challenges, ratings, virtual tournaments, and competitions as a means of enhancing motivation and social interaction), integration of a wellness component (the inclusion of elements of relaxation, breathing practices, anti-stress exercises, and psycho-emotional support); mentoring (a new role for teachers as coaches and tutors who accompany applicants in shaping their individual health improvement trajectories); inclusiveness (ensuring equal access to sports infrastructure and digital resources for all applicants, regardless of their physical abilities and socio-economic status).

Based on the results of the dissertation research, an elective course «Theory and Methods of Sports and Mass Work» (3 credits, including 18 hours of lectures, 12 hours of practical classes, 60 hours of independent work) for second-year students of the second (master's) level of higher education in specialties A1 «Educational Sciences» and A4

«Secondary Education (by subject specialties)», subject specialty A4.11 «Secondary Education (Physical Culture)"». In order to increase the interest of applicants, various forms of classes are proposed: traditional (introductory, informational, summary) and non-traditional (binary lecture, webinar lecture, visualization lecture, informational lecture with elements of comparative analysis and problem-based presentation); for seminars - seminar-discussion, seminar-conference, seminar-debate, as well as quests, mini-research, project classes, business games, practical modeling. Together, these forms implement the content and methodological components of training future specialists in the organization of sports and health work in higher education institutions of Ukraine, ensuring a combination of theoretical analysis with practice-oriented training and creative modeling of modern health programs.

Promising areas for the development of sports and health activities in Ukrainian higher education institutions at the present stage include digitalization and innovative technologies (online platforms for monitoring physical activity, mobile applications for self-monitoring, virtual training, and distance learning); expansion of student sports infrastructure (modernization and construction of multifunctional grounds, fitness and rehabilitation areas, creation of conditions for inclusive access); strengthening health promotion and prevention (comprehensive programs for health promotion, prevention of physical inactivity, psycho-emotional burnout, and chronic diseases); integration into the European educational and sports space (participation in international programs, universiades, partnership projects, exchange of experience with leading EU universities), development of student self-government and volunteering in sports (involvement of sports clubs in initiating and conducting mass competitions, festivals, charity events); deepening interdisciplinary cooperation (combining sports and health activities with psychological support, nutrition, environmental education, and medical and biological support programs); state and municipal support (improvement of financial and regulatory support, grant and targeted programs for the development of mass student sports).

Keywords: sports and health work, mass sports work, physical culture and health work, higher education institution, competence, higher education seeker, health

preservation, health, physical health, mental health, physical culture, physical education and sports, physical education teacher, Ukraine, 1990s–first quarter of the 21st century.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Наукові праці, що опубліковані у наукових фахових виданнях України:

1. **Божок О.,** Курилюк С. Сучасні інноваційні підходи до організації спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України. *Проблеми освіти.* 2025. № 1 (102). С. 340–354.

DOI: https://doi.org/10.52256/2710-3986.1-102.2025.23

URL: https://imzo-journal.org.ua/index.php/journal/article/view/196

2. **Божок С.** Нормативно-правові аспекти спортивно-оздоровчої діяльності у закладах вищої освіти України. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова.* 2025. Серія 15. Вип. 8(195). С. 16–20.

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.08(195).03

URL: https://spppc.com.ua/index.php/journal/article/view/2765

3. **Божок О**. Цільовий та змістовий компонент спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України (1991–2004 рр.). *Наукові інновації та передові технологі*ї. 2025. № 9(49). С.1677–1689.

DOI:10.52058/2786-5274-2025-9(49)-1677-1689

URL: http://perspectives.pp.ua/index.php/nauka/article/view/28873

4. **Божок О.** Періодизація розвитку спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України (90-ті рр. XX–перша чверть XXI ст.). *Перспективи та інновації науки*. 2025. № 9 (55). С. 193–203.

DOI: https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-9(55)

URL: http://perspectives.pp.ua/index.php/pis/article/view/29080/29033

Наукові праці, які додатково відображають результати дослідження:

1. **Божок О.** Диференційований підхід в організації спортивно-оздоровчої роботи з учнівською молоддю. *Проблеми освіти*. 2024. Вип. 2(101). С. 244–255.

URL: https://imzo-journal.org.ua/index.php/journal/article/view/166

DOI: https://doi.org/10.52256/2710-3986.2-101.2024.16

2. **Божок О.** До проблеми організації спортивно-масових заходів зі здобувачами вищої освіти в Україні (90-Х рр. XX ст.–початок XXI ст.). *Соціономічні студії : збірник наукових праць молодих науковців* / за заг. ред. проф. Л. О. Данильчук. Полтава, 2024. Вип. 1. С. 5–12.

URL: https://surl.lu/phfpqy

3. **Божок О.** Структурні компоненти спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України (кін. XX – поч. XXI ст.). *Вісник аграрної історії.* 2025. № 51–52. С. 205–212.

DOI: https://doi.org/10.31392/VAH-2025.51-52.16

URL:https://www.agrarian-history.com.ua/wp-content/uploads/2025/07/%D0%92%D0%90%D0%86_51_52_2025.pdf

4. **Божок О.** Цільові та змістові аспекти спортивно-оздоровчої діяльності в закладах вищої освіти України. *Physical education sport and health culture in modern society.* 2025. № 1 (69). С. 11–18.

DOI: https://doi.org/10.29038/2220-7481-2025-01-11-18

URL: https://surl.li/bdgose

Наукові праці, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації:

1. **Божок О.,** Коломоєць Г. Мотиваційні засади спортивно-оздоровчої роботи з учнівською молоддю в сучасній Україні. *Доступність і неперервність освіти впродовж життя: зарубіжний досвід та національна практика:*збірник

матеріалів науково-практичної конференції з міжнародною участю Івано-Франківськ, 2022. С. 90–93.

URL: https://surl.li/jutsex

2. **Божок О.** Особливості організації спортивно-оздоровчих заходів для учнівської молоді. *Імперативи розвитку Нової української школи: сучасні реалії:* матеріали ІІ Всеукраїнської науково-практичної очно-дистанційної конференції (м. Київ, 3 липня 2024 р.). К., 2024. С. 13–15. URL:https://drive.google.com/file/d/16rvw9zwEnYQEtCfGjGeUISCYhozKjPYC/view

3. **Божок О.** Формування культури здорового способу життя у студентської молоді засобами спортивно-оздоровчої роботи. *Шляхи удосконалення професійних компетентностей фахівців в умовах сьогодення*: матеріали IV Міжнар. наук.-практ. конференції (м. Київ, 13 травня 2025 р.). К., 2025. С. 295–298.

URL:https://drive.google.com/file/d/1yYdlQSYbGTclg4xE5AtZyCbVZqLonl3l/view

ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК СКОРОЧЕНЬ І УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ……19

ВСТУП 20

РОЗДІЛ 1. СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧА РОБОТА У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ УКРАЇНИ ЯК ІСТОРИКО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА 29

1.1 Поняттєво-категорійний апарат дослідження 29

1.2. Історіографія дослідження. 44

1.3. Чинники, етапи розвитку спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України (кінець ХХ – перша чверть ХХІ ст.) 64

РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЙНО-ПЕДАГОГІЧНІ ЗАСАДИ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧОЇ РОБОТИ ЗІ ЗДОБУВАЧАМИ ВИЩОЇ ОСВІТИ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ УКРАЇНИ (90-ті рр. ХХ–перша чверть ХХІ ст.) 83

2.1 Становлення спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України (1993–2004 рр.) 83

2.2. Розвиток і інституалізація спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України (2004–2014 рр.) 107

2.3. Модернізація та інтеграція спортивно-оздоровчої роботи в ЗВО України (2014 р. – 2022 р.) 121

РОЗДІЛ 3. ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧОЇ РОБОТИ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ УКРАЇНИ НА СУЧАСНОМУ ЕТАПІ 160

3.1. Інноваційні підходи до організації спортивно-оздоровчої діяльності у закладах вищої освіти України 160

3.2. Методичні рекомендації щодо підвищення ефективності спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України на сучасному етапі 174

ВИСНОВКИ 195

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ 203

ДОДАТКИ 242

ПЕРЕЛІК СКОРОЧЕНЬ І УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ

Вінницький ДПУ – Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського.

ВНЗ – вищий навчальний заклад

ЗВО – заклад вищої освіти

ІТ – Інформаційні технології

КМУ – Кабінет Міністрів України

КНУ ім. В. Стефаника – Карпатський національний університет імені Василя Стефаника

КНУ ім. Т. Шевченка – Київський національний університет імені Тараса Шевченка.

КПІ ім. І. Сікорського – Національний технічний університет України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського».

ЛДУФК – Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського

МОЗ України – Міністерство охорони здоров’я України

МОН України – Міністерство освіти і науки України

НУФВСУ – Національний університет фізичного виховання і спорту України

ОПП – освітньо-професійна програма

ПНУ ім. В. Стефаника – Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника.

СМГ – спеціальні медичні групи

СОР – спортивно-оздоровча робота

Уманський ДПУ – Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини

ХДАФК – Харківська державна академія фізичної культури

ХНУ ім. В. Каразіна – Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна.

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Спортивно-оздоровча сфера відіграє важливу роль у формуванні людського капіталу, сприяючи гармонійному розвитку особистості, підвищенню соціальної активності, формуванню відповідального ставлення до власного здоров'я та залученості до суспільних процесів і продуктивної діяльності. Це зумовлює необхідність стратегічного розвитку сфери фізичної культури та спорту, а також реалізації відповідних інвестиційних програм, що сьогодні є актуальним завданням для всіх рівнів влади та місцевого самоврядування.

У сучасних умовах гуманітаризації освіти та загального зростання уваги до якості життя, питання вдосконалення СОР у ЗВО набуває особливого значення. 90-ті рр. XX – перша чверть XXI ст. були періодом глибоких трансформацій у системі спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України: від нормативно-центричних моделей радянського типу до більш гнучких, особистісно-орієнтованих підходів. Проте цей процес супроводжувався як позитивними, так і суперечливими тенденціями, які потребують історико-педагогічного аналізу та наукового осмислення.

Водночас виникає потреба дослідити в історичній проєкції динаміку форм, методів та інституційних механізмів СОР у ЗВО, визначити закономірності її розвитку, виявити ефективні практики, які можуть бути адаптовані до сучасних освітніх викликів. Особливого значення це набуває в контексті зниження рівня фізичної активності студентів, ускладнень, пов'язаних із цифровізацією навчального процесу, і нових викликів постпандемічної епохи.

Історична та змістова трансформація СОР у ЗВО України на основі аналізу вітчизняних та зарубіжних науковців дає змогу визначити, що її основними орієнтирами на сучасному етапі є: організація та методика спортивно-масової роботи (В.Цибульська, Г.Безверхня [300] та ін.); теоретичні засади розробки категорії «спортивно-оздоровча робота у закладах вищої освіти (Д. Бойко [29], Н. Винник [42], Є.Жуковський [75] та ін.); історико-педагогічні,

практикоорієнтовані аспекти формування змістового компонента професійної підготовки фахівців у закладах вищої освіти (Н.Кравець [121], С.Мальона [134], О.Петришин [173], Л.Прокопів [261], Б.Савчук [13], В.Стинська [262], І. Ткачівська [275] та ін.); історико-педагогічні, методологічні і практичні аспекти розвитку фізичного виховання та спорту в європейському контексті (Н. Гнесь [49], Ю. Мосейчук [144], О. Цибанюк [298; 299] та ін.); науково-методичні засади та практичні підходи до впровадження фізкультурно-оздоровчих технологій у процес СОР (В.Бондаренко [304], Л.Рибалко [233], А.Ціпов'яз [304] т ін.); збереження та зміцнення здоров'я студентської молоді, формування стійкої мотивації до здорового способу життя, профілактика гіподинамії та психофізіологічних розладів (Р.Гхілдіял [332], Л.Сливка [249] та ін.; вплив інноваційних технологій, цифровізації освіти, дистанційного навчання на розвиток рухової активності та здоров'язбереження здобувачів освіти (В.Базильчук [9], Г.Білавич [12], Н.Бєлікова [323], Ю.Бойко [30], Н.Циганoвська [7], Н.Харченко [296], Л.Чеховська [307] та ін.); міждисциплінарність та інтеграція спортивно-оздоровчої діяльності у освітній процес ЗВО (Г.Грибан [51], О.Длугопольський [62], Г.Коломоєць [18], Е. Мур, М. Фрай [333]).

Водночас комплексне дослідження процесів становлення та еволюції спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України досі залишається недостатньо розробленим у науковому дискурсі, що зумовлює потребу його системного осмислення як науково обґрунтованого й практично значущого кроку на шляху формування стійкої моделі здоров'язбережувального освітнього середовища. Аналіз процесів становлення та розвитку системи вищої освіти України й результати опрацювання наукових джерел засвідчили низку суперечностей, що потребують розв'язання на різних рівнях наукового пошуку, а саме між:

- об'єктивною потребою у формуванні науково обґрунтованої цілісної моделі СОР у ЗВО України та фрагментарністю теоретико-методологічних досліджень, які лише частково висвітлюють її історію, зміст і тенденції розвитку;

- необхідністю оновлення навчальних планів і впровадження компетентнісного підходу у фізичне виховання та обмеженим рівнем їхнього впровадження в реальний освітній процес більшості університетів;

- визнанням значущості спортивно-оздоровчої діяльності як чинника формування культури здорового способу життя та недостатньою реалізацією її потенціалу в освітньому середовищі ЗВО;

- світовими тенденціями розвитку студентського спорту та європейськими стандартами здоров'язбереження і реальними організаційно-економічними можливостями українських університетів, що стримують інтеграцію інноваційних практик;

- потребою у створенні сучасної нормативно-правової бази та програм підтримки СОР на національному й регіональному рівнях та їх неповнотою й недостатньою практичною реалізацією;

- необхідністю забезпечення якісних і різноманітних оздоровчих послуг для студентської молоді та невідповідністю наявних форм і ресурсів реальним потребам і запитам студентів;

- викликами сучасного суспільства (гіподинамія, цифровізація, стресові навантаження, воєнні дії, пандемії) та недостатньою готовністю педагогічних кадрів і органів управління освітою до комплексної організації СОР в нових умовах.

Таким чином, актуальність проблеми, її недостатня наукова розробленість і потреба розв'язання виявлених суперечностей зумовили вибір теми дисертаційного дослідження «Становлення і розвиток спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України (1990-ті рр. – перша чверть XXI ст.)».

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертаційне дослідження є складником науково-дослідницької роботи кафедри педагогіки та освітнього менеджменту імені Богдана Ступарика Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника «Історико-педагогічні проблеми навчання і

виховання у системі безперервної освіти» (державний реєстраційний номер – 0108U009122).

Тему дисертаційної роботи «Становлення і розвиток спортивно-оздоровчої роботи в закладах вищої освіти України (90-ті рр. ХХ–перша чверть ХХІ ст.)» затверджено на засіданні Вченої ради Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника» (протокол № 4 від 26 квітня 2022 р.) та уточнено на засіданні Вченої ради Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника (протокол № 05 від 02 квітня 2025 р.).

Мета дослідження – проаналізувати становлення і розвиток спортивно-оздоровчої роботи в закладах вищої освіти України в 90-х рр. ХХ – першій чверті ХХІ ст.

Об’єкт дослідження – спортивно-оздоровча діяльність в Україні.

Предмет дослідження – спортивно-оздоровча робота в закладах вищої освіти України (90-ті рр. ХХ–перша чверть ХХІ ст.).

Відповідно до мети визначено такі **завдання дослідження:**

- проаналізувати понятєво-категорійний апарат дослідження та історіографію досліджуваної проблеми;

- з’ясувати чинники, етапи розвитку спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України (90-ті рр. ХХ–перша чверть ХХІ ст.);

- окреслити організаційно-педагогічні засади спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України (90-ті рр. ХХ–перша чверть ХХІ ст.);

- визначити перспективи розвитку спортивно-оздоровчої роботи зі здобувачами вищої освіти у закладах вищої освіти України на сучасному етапі.

Хронологічні межі дослідження охоплюють період 1993–2022 рр. За умовну нижню межу (1993) слугує Закон України «Про фізичну культуру і спорт» – перший нормативно-правовий документ незалежної України, що визначив загальні засади спортивно-оздоровчої діяльності у закладах вищої освіти.

Умовною верхньою межею слугує 2022 р. – початок повномасштабної збройної агресії рф проти України, що спричинила кардинальні зміни в

організаційно-інституційному середовищі функціонування закладів вищої освіти. Цей період відзначається трансформацією освітнього простору, включно зі сферою фізичного виховання та спортивно-оздоровчої діяльності, що набуває нових викликів в умовах воєнного стану.

Територіальні межі дослідження охоплюють всю територію України, визначену чинним Законом України «Про державний кордон» (1991).

З метою розв'язання поставлених завдань використано такі **методи** дослідження:

-*загальнонаукові методи* (аналіз, синтез, індукція, дедукція, порівняння, узагальнення) – для опрацювання наукової та навчально-методичної літератури, нормативно-правових документів, що регламентують організацію спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України; з'ясування сутності й змісту досліджуваних понять, а також для систематизації історико-педагогічних відомостей про розвиток цієї сфери у 90-х рр. ХХ– у першій чверті ХХІ ст.;

-*термінологічний метод* – для уточнення понятєво-категорійного апарату дослідження, визначення сутності ключових термінів (*«фізичне виховання», «спортивно-оздоровча робота»*, *«оздоровчі технології»*, *«здобувач вищої освіти»* тощо) та проведення їх порівняльного аналізу;

-*історико-педагогічний метод* – для виявлення й аналізу історичних тенденцій становлення та розвитку спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України, визначення чинників і особливостей її трансформації в різні періоди;

-*ретроспективний метод* – для відтворення процесу еволюції організаційно-педагогічних засад спортивно-оздоровчої діяльності зі здобувачами вищої освіти у досліджуваний хронологічний період;

-*структурний метод* – з метою виокремлення й вивчення складових компонентів спортивно-оздоровчої роботи (цільового, змістового, операційно-діяльнісного, мотиваційно-ціннісного) та аналізу їх взаємозв'язку;

-*проблемно-пошуковий метод* – для окреслення перспектив удосконалення та

впровадження інноваційних підходів до організації спортивно-оздоровчої роботи у сучасних закладах вищої освіти, визначення шляхів підвищення ефективності мотивації студентської молоді до занять фізичною культурою і спортом.

Джерельну базу дослідження становлять:

1) законодавчі та нормативні акти, що визначають становлення і розвиток спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України за досліджуваного періоду;

2) матеріали вітчизняних і зарубіжних науково-педагогічних періодичних видань, зокрема, українські: «Перспективи та інновації науки», «Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві», «Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту», «Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології», «Вісник науки та освіти», «Наукові інновації та передові технології», «Психолого-педагогічні проблеми сучасної школи», «Фізична культура, спорт та здоров'я нації», «Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова», «Академічні візії», «Спортивна медицина, фізична реабілітація» та ін.

4) інтерпретаційні джерела: монографії, дисертації, автореферати дисертацій, праці українських і зарубіжних учених; статистичні звіти, довідкова література;

5) інтернет-ресурси, у яких представлено законодавчу та нормативну базу, сучасні матеріали з питань розвитку спортивно-оздоровчої роботи зі здобувачами вищої освіти у закладах вищої освіти України досліджуваного періоду та ін.

Наукова новизна дисертаційного дослідження зумовлена актуальністю проблеми розвитку спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України та недостатньою її комплексною розробленістю в історико-педагогічному аспекті.

У науковій роботі *вперше:*

-здійснено цілісний ретроспективний аналіз становлення і розвитку спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України в 90-х рр. XX–першій чверті XXI ст.;

-розроблено періодизацію розвитку спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України: *перший етап* (1993–2004 рр.): становлення спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України; *другий етап* (2004–2014 рр.): розвиток та інституалізація спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України; *третій етап* (2014–2022 рр.): інновації та інтеграція до європейського освітнього простору у ЗВО України;

-досліджено організаційно-педагогічні засади спортивно-оздоровчої діяльності зі здобувачами вищої освіти у хронологічних межах дослідження;

-розроблено інноваційну концептуальну модель-рамку спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти;

-визначено перспективи підвищення ефективності спортивно-оздоровчої роботи в сучасних закладах вищої освіти України з урахуванням інноваційних підходів та європейських освітніх практик.

У дисертаційній роботі:

-уточнено наукові уявлення про понятєво-категорійний апарат та історіографію проблеми спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти;

-набули подальшого розвитку положення про те, що спортивно-оздоровча робота у ЗВО у 90-х рр. ХХ–першій чверті ХХІ ст. розвивалася під впливом комплексу детермінант: *суспільно-політичних* (утвердження державної незалежності, розбудова й постійне оновлення нормативно-правового забезпечення, інституційні трансформації органів управління фізичною культурою і спортом, оновлення навчальних планів і впровадження нових стандартів підготовки фахівців з фізичного виховання, курс на європейську інтеграцію, воєнні виклики), *економічних* (глибокі кризи 1990-х рр., скорочення та поступове відновлення бюджетного фінансування, модернізація й розширення спортивної інфраструктури, пошук нових джерел фінансування), *соціокультурних* (зміна ціннісних орієнтирів молоді, формування культури здорового способу життя, відродження національних традицій тіловиховання, вплив цифрових технологій, пандемії COVID-19 та гібридної війни).

Практичне значення здобутих результатів полягає у проєктуванні та впровадженні елективного курсу «Теорія і методика спортивно-масової роботи»; розробці сайт-блогу «SportEduHub» для забезпечення доступу до науково-методичних матеріалів, нормативно-правової бази, рекомендацій щодо проведення спортивно-оздоровчих заходів та впровадження інноваційних технологій у сфері фізичного виховання.

Зміст і результати наукового дослідження, а також матеріали елективного курсу можуть використовуватися: 1) науково-педагогічними працівниками під час викладання навчальних дисциплін «Теорія і методика фізичного виховання», «Менеджмент фізичної культури і спорту», «Організація спортивно-масової роботи», «Оздоровчі технології» та ін.; у процесі підготовки навчальних планів, програм і навчально-методичних посібників для закладів вищої освіти; 2) науково-педагогічними працівниками здобувачами вищої освіти, а також фахівцями у сфері фізичної культури і спорту, тренерами, організаторами спортивних заходів для вдосконалення професійної діяльності; 3) органами студентського самоврядування та спортивними клубами ЗВО для розробки та реалізації програм і проєктів, спрямованих на підвищення рівня фізичної активності студентської молоді.

Результати дослідження впроваджено в освітній процес Карпатського національного університету імені Василя Стефаника (довідка про впровадження результатів дисертаційного дослідження №03.04-29/19 від 13.10.2025 р.); Київського національного університету будівництва і архітектури (довідка про впровадження результатів дисертаційного дослідження №269/07/25 від 23.09.2025 р.); Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г.Шевченка (довідка про впровадження результатів дисертаційного дослідження № 17 від 23.09.2025 р.).

Апробація результатів дослідження здійснювалася на конференціях:

- *міжнародних:* «Доступність і неперервність освіти впродовж життя: зарубіжний досвід та національна практика» (Івано-Франківськ, 2022), «Актуальні проблеми сучасної науки» (Дрогобич, 2023), «Прикладне значення фізичної та

військової підготовки у майбутній професії» (Київ, 2024), «Відповідальне батьківство XXI ст.» (Полтава-Лубни, 2024), «Наука і освіта в глобальному та національному вимірах: виклики, загрози, перспективи розвитку» (Полтава, 2025), «Освіта в сучасних викликах» (Полтава, 2025); «Педагогічна наука й освітня практика в реаліях війни: виклики, досвід, перспективи» (Коломия, 2025); «Шляхи удосконалення професійних компетентностей фахівців в умовах сьогодення» (Київ, 2025).

- *всеукраїнських:* «Пріоритетні напрями модернізації освіти: досвід, реалії, перспективи» (Дрогобич, 2022), «Імперативи розвитку Нової української школи: сучасні реалії» (Київ, 2024), «Реалізація регіональної компоненти в наукових дослідженнях здобувачів доктора філософії (PhD)» (Івано-Франківськ, 2024);

- звітних конференціях Карпатського національного університету імені Василя Стефаника (2022–2025).

Особистий внесок здобувача. Результати дисертаційного дослідження, які виносяться на захист, є особистим надбанням автора. У науковій публікації [25] внесок здобувача полягає в здійсненні експериментального дослідження з метою вивчення рівня залученості студентів до інноваційних форм рухової активності, впливу цифрових технологій на мотивацію до занять фізичною культурою, а також визначенні очікувань студентів щодо вдосконалення спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО. Усі представлені в дисертації.

Публікації. Основні положення та результати дисертаційного дослідження висвітлено в 11 наукових працях: 4 статтях у наукових фахових виданнях України (з них 1 стаття в співавторстві), 4 статтях у виданнях, що додатково відображають результати дослідження; 3 працях у збірниках матеріалів наукових конференцій.

Структура та обсяг дисертації. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел (336 найменувань). Загальний обсяг роботи – 295 сторінок, з них основного тексту – 182 сторінки. Дисертація містить 5 таблиць, 4 рисунки.

РОЗДІЛ 1. СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧА РОБОТА У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ УКРАЇНИ ЯК ІСТОРИКО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА

1.1 Поняттєво-категорійний апарат дослідження

Розкриття наукових підходів дослідження сутності та структури спортивно-оздоровчої сфери потребує визначення дефініцій категоріального апарату, що супроводжує розкриття її змісту.

Однією з ключових категорій, яка потребує змістового уточнення у контексті педагогіки здоров'я та фізичного виховання, є *«спортивно-оздоровча робота».* Її наукове осмислення здійснено, зокрема, в межах дослідження Н. Винник [42], яка зазначає, що в академічному дискурсі термін *«спортивно-оздоровча діяльність»* часто співвідноситься з низкою суміжних понять – таких як фізичне та спортивне виховання, спортивна, спортивно-масова, фізично-оздоровча та спортивно-оздоровча діяльність. Розглянемо названі категорії.

У довідковій літературі категорія *«фізичне виховання»* – це:

- вид виховання, специфічним змістом якого є навчання рухам, виховання фізичних якостей, оволодіння спеціальними фізкультурними знаннями і формування свідомої потреби у фізкультурних заняттях [146, с. 58].

- система соціально-педагогічних заходів, спрямованих на зміцнення здоров'я, загартування організму, гармонійний розвиток форм, функцій і фізичних можливостей людини, формування життєво важливих рухових навичок та вмінь [51, с. 90].

- складова частина загального виховання; соціально-педагогічний процес, спрямований на зміцнення здоров'я й загартування організму, гармонійний розвиток форм, функцій і фізичних можливостей людини, формування життєво важливих рухових навичок та умінь. Фізичне виховання здійснюється в єдності з розумовим, моральним, трудовим і естетичним вихованням. Обов'язкові заняття фізичними вправами за державними програмами проводяться в дошкільних

закладах, загальноосвітніх школах, у всіх типах спеціальних навчальних закладів, в армії тощо [50, с. 345].

У сучасному науково-педагогічному дискурсі категорія «фізичне виховання» трактується як:

-соціально-педагогічний процес, спрямований на зміцнення здоров'я, гармонійного розвитку форм і функцій організму людини [85, с. 12]. У його структурі поєднуються завдання щодо розвитку фізичних якостей, оволодіння руховими діями, а також засвоєння спеціальних знань, що слугують підґрунтям для формування здоров'язбережувальної компетентності.

- діяльність учасників сфери фізичної культури і спорту спрямована на стимулювання рухової активності населення з метою всебічного, передусім фізичного, розвитку особистості та формування здорового способу життя. Фізична культура має такі напрями: фізичне виховання різних груп населення, масовий спорт, фізкультурно-спортивна реабілітація [242, с. 26].

- організований педагогічний процес, спрямований на морфологічне і функціональне вдосконалення організму людини, формування і поліпшення її основних життєво важливих рухових умінь, навичок і пов'язаних з ними знань [44, с. 5].

- педагогічний процес впливу на людину фізичними вправами, гігієнічними чинниками, оздоровчими силами природи (сонце, повітря, вода) із метою всебічного розвитку особистості, морфологічних і функціональних можливостей, рухових навичок і пов'язаних з ними знань [172, с. 20].

Згідно з дослідженням В.Смолюк [251, с. 214] та ін., фізичне виховання у закладах вищої освіти виступає, з одного боку, як фізкультурно-спортивна діяльність, а з іншого – є освітнім компонентом, що орієнтований на підготовку особистості з високим рівнем здоров'я, необхідною фізкультурною освітою та фізичною підготовленістю.

У Законі України «Про фізичну культуру і спорт» [224] фізичне виховання в закладах вищої освіти інституціоналізоване як багатокомпонентна діяльність, що

охоплює організацію навчальних занять з професійно-прикладної фізичної підготовки, проведення факультативних форм роботи, залучення до виконання фізичних вправ упродовж щоденного режиму, участь у тренуваннях у межах секцій спортивних клубів, а також реалізацію масових фізкультурно-спортивних заходів. Такий підхід відображає прагнення до системного впровадження фізкультурної складової в освітній процес задля всебічного фізичного розвитку здобувачів освіти та формування у них сталих навичок здорового способу життя.

Отже, фізичне виховання виступає ключовим структурним елементом спортивно-оздоровчої діяльності, забезпечуючи її педагогічну спрямованість, оздоровчий ефект та системність у впливі на фізичний і психоемоційний розвиток особистості.

У межах цієї парадигми фізичне виховання виступає фундаментом для розгортання наступної категорії – *спортивного виховання.*

У науково-педагогічній літературі спортивне виховання розглядається як цілеспрямований процес соціалізації особистості засобами спорту, що передбачає формування стійкої мотивації до занять спортивною діяльністю, засвоєння відповідних норм і цінностей, розвиток особистісних якостей та поведінкових установок, пов’язаних із спортивною культурою. У межах цього процесу спорт виступає як виховний ресурс, що сприяє становленню морально-вольових рис, дисциплінованості, відповідальності, цілеспрямованості, командного духу.

У дослідницькому дискурсі спортивне виховання також репрезентується через такі поняття, як «виховання через спорт», «виховання спортом», «освітній потенціал спорту», що акцентують на трансформаційному впливі спортивної діяльності на особистість. Ці концепти, зазначає Н.Винник, вказують на педагогічну доцільність інтеграції спортивних практик у загальну систему виховання з метою розвитку фізичних, психоемоційних та соціальних якостей індивіда [42, с. 46].

Згідно з дослідженням науковців (В. Смолюк, А. Шевчук, Ж. Мудрик, Д.Чайковський [251, с. 218]), ефективне формування у студентської молоді

компетентностей у сфері фізичного та спортивного виховання, а також масового спорту – як основи для забезпечення повноцінної, збалансованої та безпечної життєдіяльності – вимагає цілеспрямованої організації навчального процесу. Зокрема, йдеться про необхідність систематичного проведення академічних занять з фізичного виховання із пріоритетним використанням різних видів спорту, а також активне залучення здобувачів освіти до позанавчальних секційних форм занять. Такий підхід сприяє практичному застосуванню сформованих здатностей у повсякденному житті, професійній діяльності, родинному середовищі та участі у спортивних заходах на університетському, національному й міжнародному рівнях.

Отже, спортивне виховання в умовах закладів вищої освіти постає як ключовий компонент спортивно-оздоровчої діяльності, що виконує не лише фізичну, але й соціалізуючу та аксіологічну функції. Воно забезпечує комплексне формування особистості здобувача освіти через інтеграцію спортивних практик у навчальний і позанавчальний простір, сприяючи розвитку мотивації до здорового способу життя, набуття соціально значущих якостей та зміцнення психофізіологічного потенціалу. Включення спортивного виховання до системи спортивно-оздоровчої діяльності дає змогу реалізувати її багатовимірний вплив на особистість, формуючи її життєстійкість, відповідальність та готовність до активної участі у суспільному житті. Такий підхід узгоджується із сучасними освітніми парадигмами, орієнтованими на цілісне збереження здоров’я, інтеграцію знань і практик, що підтримують фізичну, психічну й соціальну благополучність особистості.

На цьому тлі логічним є перехід до категорії *«спортивна діяльність»,* яка, на відміну від виховних процесів, є практично-орієнтованою формою активності, де домінуючу роль відіграють індивідуальні здібності, спортивна спеціалізація та орієнтація на досягнення конкретних результатів. Спортивна діяльність передбачає не лише фізичну складову, але й глибокий рівень мотивації, прагнення до самореалізації, подолання труднощів і досягнення особистих цілей у межах змагального процесу.

Відповідно до довідкової літератури, спортивна діяльність - це:

- упорядкована організація діяльності щодо забезпечення максимального оздоровлення і вдосконалення людини у галузі спорту [146, с. 50].

У Законі України «Про фізичну культуру і спорт» [224] категорія «спортивна діяльність» – це заходи, що здійснюються суб'єктами сфери фізичної культури і спорту для розвитку спорту.

У науково-педагогічному дискурсі спортивна діяльність інтерпретується як складне, поліаспектне явище, що поєднує біологічний, психологічний, соціокультурний та педагогічний виміри. Згідно з концепцією І. Вожжова [45, с. 27–31], спортивна активність характеризується двоєдиним підходом: з одного боку, вона виступає основною формою життєдіяльності суб'єкта, що забезпечує його соціальну взаємодію, задоволення потреб і реалізацію особистісного потенціалу; з іншого - є системою цілеспрямованих рухових дій, що забезпечують досягнення спортивного результату через фізичну, технічну, тактичну та психологічну підготовку.

Аналіз фахової літератури свідчить, що результатом спортивної діяльності є гармонійне поєднання соматичного розвитку, функціональної готовності організму, високого рівня нервово-психічної саморегуляції та сформованості складного комплексу рухових навичок. Її специфічними особливостями, за Н. Олійник та С. Войтенком [156], є: суб'єкт-об'єктна єдність особистості спортсмена, спеціально організована високоінтенсивна рухова активність, структурна залежність від змагальної компоненти, орієнтація на граничні фізичні та психоемоційні навантаження, домінування внутрішньої мотивації, цілеспрямованість на досягнення спортивного результату, соціальна значущість та патріотичне виховання.

У працях вітчизняних науковців Ю. Дутчака, Ю. Журавльова та Л. Гальченко [69, с. 213] категорія «спортивна діяльність» інтерпретується як цілеспрямована фізична та/або інтелектуальна активність, що реалізується в процесі багатоаспектної навчально-тренувальної підготовки. Ця діяльність охоплює

технічний, тактичний, теоретичний і психологічний компоненти, поєднані із навчальною практикою, і спрямована на досягнення запланованих результатів відповідно до індивідуальних потреб та цілей особистості у взаємодії з соціальним середовищем.

Згідно з дослідженням науковців (С.Шинкарьов, Д.Сіпакова, Р.Павлов, О.Брусак [312, с. 6]) спортивна діяльність здійснюється суб'єктами фізкультурно-спортивної сфери з метою забезпечення комплексного розвитку різних напрямів спорту, зокрема: дитячого, юнацького, професійного, олімпійського, неолімпійського, а також спорту осіб з інвалідністю.

Інституційна основа для реалізації такої діяльності включає широкий спектр закладів фізичної культури і спорту, серед яких - спортивні клуби, дитячо-юнацькі спортивні школи, спеціалізовані освітні установи спортивного профілю з особливими умовами навчання, школи вищої спортивної майстерності, центри олімпійської підготовки, студентські спортивні центри при закладах вищої освіти, фізкультурно-оздоровчі установи, центри фізичного здоров'я населення, а також заклади, орієнтовані на забезпечення участі у фізичній культурі й спорті осіб з інвалідністю.

Отже, спортивна діяльність, як багатоаспектне соціокультурне явище, виступає важливою складовою спортивно-оздоровчої діяльності у закладах вищої освіти, забезпечуючи не лише високий рівень соматичного і функціонального розвитку, але й формуючи особистісні якості, мотивацію до здорового способу життя, готовність до самореалізації та соціальної активності. Її педагогічна цінність полягає в інтеграції освітніх, виховних та оздоровчих компонентів, що дозволяє не лише досягати спортивних результатів, а й ефективно вирішувати завдання гармонійного розвитку молоді в умовах сучасного освітнього простору.

У контексті нашого дослідження, після всебічного аналізу сутності категорії «спортивна діяльність», логічним продовженням виступає розгляд категорії «спортивно-масова діяльність».

Відповідно до теоретичного аналізу І.Максимченка [] спортивно-масова робота у студентському середовищі передбачає організацію та проведення фізкультурно-спортивних заходів, головною метою яких є підвищення рівня фізичної підготовленості молоді, популяризація здорового способу життя та виявлення обдарованих у спорті осіб. Основу цієї діяльності становлять масові фізкультурні заходи, що характеризуються доступністю, спрощеними умовами участі та зрозумілим змістом, завдяки чому вони відкриті для широкого кола учасників незалежно від рівня їхньої фізичної підготовки. Окреме місце у структурі спортивно-масової роботи займають свята фізичної культури - видовищні заходи з демонстраційно-розважальним змістом, покликані стимулювати інтерес до систематичних занять фізичною культурою [133, с. 264–265].

Водночас, зазначає автор, однією з ключових проблем ефективної організації спортивно-масової діяльності у вітчизняних закладах вищої освіти залишається низький рівень мотивації студентської молоді до систематичних занять масовими видами спорту в межах діяльності спортивних секцій. Це, насамперед, пов’язано з недостатнім рівнем інформованості студентів щодо позитивного впливу фізичних вправ на організм, слабким усвідомленням важливості ведення здорового способу життя та потреби у збереженні і зміцненні здоров’я, а також у гармонійному фізичному розвитку.

Водночас одним із ефективних шляхів активізації участі студентів у фізкультурно-оздоровчій та спортивно-масовій діяльності є здійснення системної просвітницької та освітньої роботи, а також активне використання засобів пропаганди й соціальної реклами в межах організації відповідної діяльності у закладах вищої освіти.

На думку С.Романенко [240] фізкультурно-оздоровча та спортивна діяльність різниться тим, що перша здійснюються для розвитку фізичної культури та залучення різних груп населення до занять, а друга здійснюються суб’єктами сфери фізичної культури і спорту для розвитку спорту (дитячого, дитячо юнацького, професійного, олімпійського й неолімпійського, спорту осіб з 39 інвалідністю

тощо). Якщо розгадати заклади освіти то відповідно там будемо використовувати фізкультурно-оздоровчу діяльність. Якщо говорити про населення, вільний їх час то про спортивну діяльність. Вважаємо, що в сучасних умовах пандемії COVID -19 та переходу більшості закладів освіти на дистанційне навчання спонукає суспільство до самостійного заняття спортом для зміцнення свого здоров'я. Саме тому дослідження спортивно-оздоровчої діяльності є більш значущим.

Згідно із дослідженням Н.Винник категорії «фізкультурно-оздоровча», «спортивно-оздоровча» та «спортивно масова» діяльність мають близькі за своєю семантикою визначення, що є важливим в контексті нашого дисертаційного дослідження.

Отже, саме фізкультурно-оздоровча діяльність, як узагальнююча категорія, акумулює в собі елементи фізичного, спортивного та спортивно-масового виховання, формуючи цілісну педагогічну систему, орієнтовану на підтримку і зміцнення здоров'я, підвищення рівня рухової активності та утвердження цінностей здорового способу життя. Вона виступає не лише засобом фізичного розвитку, а й соціокультурним явищем, що інтегрує освітні, виховні й оздоровчі аспекти у контексті сучасної гуманітарної парадигми. Розглянемо детальніше цю категорію.

Разом з тим, як стверджує С.Романенко [240], більшість науковців розглядають фізкультурно-оздоровчу діяльність, як таку, що використовується майже примусово у закладах освіти і є частиною педагогічної. В свою чергу, спортивно-оздоровча діяльність є результатом добровільного заняття спортом усього суспільства та розглядається ширше ніж фізкультурно-оздоровча.

Великий тлумачний словник сучасної української мови [40, с. 1535] дає наступне визначення категорії *«фізкультурно-оздоровча діяльність»* – це діяльність, яка пов'язана із заняттям фізкультурою, з комплексом оздоровчих заходів, та сприяє оздоровленню за допомогою занять фізкультурою і спортом. Тобто фізкультурно-оздоровча діяльність включає в себе і фізкультуру, і спорт, і здоров'я.

У термінологічному словнику з фізичної культури і спорту фізкультурно-оздоровча діяльність трактується як заходи, що здійснюються суб'єктами сфери фізичної культури і спорту для розвитку фізичної культури [53, с. 92].

У правовому полі категорія «фізкультурно-оздоровча діяльність» закріплена в рамковому Законі України «Про фізичну культуру і спорт» [224] і розглядається як заходи, що здійснюються суб'єктами сфери фізичної культури і спорту для розвитку фізичної культури.

Державна програма розвитку фізичної культури і спорту [57], затверджена Указом Президента України у 1994 р., формувала стратегічні орієнтири в цій сфері, визначаючи фізкультурно-оздоровчу діяльність як засіб збереження здоров'я, профілактики захворювань та формування здорового способу життя, що свідчить про її багатофункціональний характер. Попри втрату чинності цієї програми у 2019 р., її концептуальні положення зберігають актуальність у сучасних національних і регіональних стратегіях розвитку фізичної активності.

У сучасній науково-педагогічній літературі *фізкультурно-оздоровча діяльність* розглядається як багатогранне явище, що інтегрує освітній, медико-профілактичний, психологічний і соціокультурний компоненти.

Так, фізкультурно-оздоровчу діяльність схарактеризовано в працях Д.Бойка [29], Л.Рибалко [233], С.Шинкарьова [312] та ін., в яких зазначено, що саме фізкультурно-оздоровча діяльність спрямована на збереження та зміцнення здоров'я людини у освітній та соціально-побутовій сферах .

Зокрема, на думку Л.Рибалко [233, с. 346], «фізкультурно-оздоровча діяльність» – це цілісна система педагогічних засобів, спрямована на формування стійкої внутрішньої мотивації студентської молоді до регулярних занять фізичним вихованням і спортом. Вона охоплює засвоєння основ анатомо-фізіологічних знань, розвиток фізичних якостей, формування раціонального рухового режиму, а також закріплення навичок санітарно-гігієнічної культури та поведінкових моделей, орієнтованих на здоровий спосіб життя.

Змістовне наповнення фізкультурно-оздоровчої діяльності охоплює: моніторинг фізичного розвитку молоді, популяризацію здоров'язбережувальної поведінки, мотивацію до регулярної рухової активності, формування відповідального ставлення до фізичного саморозвитку. З огляду на узагальнення передового вітчизняного та зарубіжного досвіду, сучасні фізкультурно-оздоровчі технології класифікуються на чотири основні програмні блоки: спортивні, фітнес-, фізкультурно-оздоровчі та оздоровчі програми, кожен із яких орієнтований на задоволення різноманітних потреб і рівнів фізичної підготовленості здобувачів освіти.

Відповідно до підходу Д.Бойка [29], фізкультурно-оздоровча діяльність характеризується через низку ключових параметрів, що визначають її особистісну та соціальну значущість. Одним із центральних критеріїв виступає задоволеність, яка зумовлена відповідністю змісту діяльності актуальним потребам індивіда. Водночас вона залежить від гармонізації особистісних інтересів із соціальними цілями, притаманними певному історичному етапу суспільного розвитку.

Згідно з дослідженням науковців (С.Шинкарьова, Д.Сіпакова, Р.Павлов, О.Брусака [312]) «фізкультурно-оздоровча діяльність» розглядається як цілеспрямований процес, що має на меті розвиток фізичної культури, активізацію залучення представників різних соціальних верств до систематичних занять фізичними вправами. Її основною функцією є стимулювання рухової активності населення, забезпечення всебічного, передусім фізичного розвитку особистості, а також формування стійких навичок здорового способу життя. У межах чинної нормативно-правової бази така діяльність офіційно віднесена до сфери фізкультурно-оздоровчих заходів.

Важливим аспектом є також ступінь обов'язковості участі у фізкультурних заняттях, що передбачає внутрішню мотивацію особистості та усвідомлення відповідальності як перед собою, так і перед суспільством. Саме через фізкультурно-оздоровчу активність особа реалізує свої потенційні можливості, що, у свою чергу, слугує підґрунтям для її саморозвитку та соціальної інтеграції.

Деякі вчені (О.Бичук [11, В.Язловецький [318] та ін.) під такою діяльністю розуміють заходи, які стосуються сфери фізичної культури і спорту, покликану формувати фізичні якості, сприяти досягненню спортивних результатів.

У свою чергу, Є. Жуковський [75] акцентує увагу на психологічному вимірі фізкультурно-оздоровчої діяльності, виокремлюючи ключову роль мотиваційної сфери, емоційної підтримки та вольових зусиль. У його інтерпретації ця діяльність постає як усвідомлене, самостійне виконання фізичних вправ, спрямоване на збереження та зміцнення здоров'я, підвищення функціональної працездатності, загартування організму, а також розвиток фізичних і вольових якостей.

Ефективність такого виду активності, за Є.Жуковським [75], визначається наявністю внутрішньо прийнятої цілі, автономністю у виборі засобів і методів реалізації поставлених завдань, а також сформованістю навичок самоконтролю в процесі рухової самореалізації. Такий підхід підкреслює інтегративний характер фізкультурно-оздоровчої діяльності як процесу, що поєднує фізичний розвиток з особистісною саморегуляцією

З юридичної точки зору категорія «фізкультурно-оздоровча діяльність» визначається як нормативно регламентований комплекс заходів і послуг, що реалізуються у межах адміністративно-правового поля з урахуванням публічних інтересів у сфері фізичної культури і спорту. Її мета - підвищення функціональних можливостей організму, профілактика гіпокінетичних захворювань, збереження працездатності та зміцнення здатності особи адаптуватися до надзвичайних умов життєдіяльності [242, с. 28].

Таким чином, наукова категорія «фізкультурно-оздоровча діяльність» охоплює комплексний міждисциплінарний зміст, що включає освітні, медико-профілактичні, психофізіологічні та соціокультурні компоненти. Її вивчення має ключове значення для розробки сучасних підходів до здоров'язбереження в освітньому середовищі ЗВО.

У наукових джерелах також простежується зближення понять «фізкультурно-оздоровча», «спортивно-оздоровча», «спортивно-масова», що зумовлює

необхідність чіткого розмежування їхніх функціональних характеристик і контексту вживання.

У сучасному науково-педагогічному дискурсі «*спортивно-оздоровча діяльність»* дедалі частіше розглядається як багатовекторне явище, що інтегрує оздоровчі, педагогічні, соціальні та реабілітаційні функції.

Згідно з дослідженням науковців (С.Шинкарьова, Д.Сіпакова, Р.Павлов, О.Брусака [312]) «спортивно-оздоровча діяльність» постає як структурований та цілеспрямований процес організації й упровадження комплексу заходів із використанням засобів фізичної культури й спорту, який орієнтований на збереження, укріплення та відновлення здоров'я індивіда, підвищення його фізичної працездатності, профілактику захворювань, забезпечення гармонійного розвитку особистості та загального оздоровлення.

Цей вид діяльності охоплює широкий спектр форм рухової активності - від оздоровчої гімнастики й фітнесу до плавання й спортивних ігор - які адаптуються відповідно до вікових, фізичних та психофізіологічних характеристик і потреб учасників.

Важливою ознакою «спортивно-оздоровчої діяльності» є її інклюзивний характер: вона доступна для осіб різного віку, рівня фізичної підготовленості та стану здоров'я. Саме ця особливість зумовлює її ефективність як засобу соціальної інтеграції, протидії гіпокінезії, а також формування внутрішньої мотивації до ведення здорового способу життя.

Підготовка фахівця з фізичного виховання до здійснення спортивно-оздоровчої роботи ґрунтується на особистісному й професійному саморозвитку та виступає інтегральною характеристикою його професійної компетентності. Така підготовка передбачає сформовану здатність ефективно вирішувати типові й нестандартні професійні завдання в галузі оздоровчої та рухової активності.

Згідно з дослідженням науковців (науковців (С.Шинкарьов, Д.Сіпакова, Р.Павлов, О.Брусак [312]) «спортивно-оздоровча діяльність» охоплює надзвичайно широкий спектр напрямів, що дозволяє забезпечити індивідуалізований підхід до

кожної категорії населення. Вона включає як класичні форми, такі як ранкова гімнастика, фізкультурні хвилинки, оздоровча ходьба, так і сучасні високотехнологічні програми, що базуються на новітніх наукових розробках у сфері фітнесу та реабілітації. Особливої популярності набули інтегровані методики, що поєднують фізичні вправи з елементами психофізичної саморегуляції – йога, пілатес, тай-чи, цигун, стретчинг та інші. Такі практики не лише сприяють зміцненню опорно-рухового апарату, розвитку гнучкості та витривалості, а й допомагають знизити рівень стресу, покращити психоемоційний стан, нормалізувати дихання й роботу серцево-судинної системи. Застосування цих підходів свідчить про перехід до холістичної моделі здоров'я, в якій фізичне, психічне і соціальне благополуччя розглядаються як взаємопов'язані компоненти гармонійного розвитку особистості.

Окрім цього І.Цимбалюк та ін. [302] наголошують, що спортивно-оздоровча сфера відіграє важливу соціальну та економічну роль у житті суспільства, визначаючи морально-психологічний стан населення, його фізичне здоров'я та продуктивну діяльність. Указані пріоритети зумовлюють потребу у всебічному розвитку сфери фізичної культури та спорту, що, у свою чергу, передбачає впровадження ефективних інвестиційних програм. Реалізація таких заходів виступає актуальним завданням як для органів державної влади, так і для органів місцевого самоврядування, оскільки саме від їхньої взаємодії залежить успішність формування сучасної спортивної інфраструктури та забезпечення доступу населення до фізкультурно-оздоровчих послуг.

С.Романенко [240] інтерпретує «спортивно-оздоровчу діяльність» як процес активної взаємодії суспільства з інституціями та об'єктами, що функціонують у межах спортивно-оздоровчої сфери. Така взаємодія спрямована на реалізацію соціально значущої мети - зміцнення фізичного стану та збереження здоров'я населення як стратегічного ресурсу розвитку держави.

У наведеній концепції «*спортивно-оздоровча діяльніст»ь* постає як соціально орієнтований процес, у межах якого суспільство взаємодіє з інституційними та

індивідуальними суб'єктами сфери фізичної культури та спорту задля досягнення стратегічної мети – збереження та зміцнення здоров'я населення. Така взаємодія набуває особливого значення в контексті сучасної освітньої парадигми, що передбачає інтеграцію здоров'язбережувального компонента в усі рівні підготовки здобувачів освіти.

Отже, «спортивно-оздоровча діяльність» не обмежується функцією фізичного впливу на організм, а виступає багатовимірним інструментом соціалізації, формування внутрішньої мотивації до здорового способу життя, самореалізації та особистісного зростання в умовах освітнього середовища закладів вищої освіти.

Згідно з дослідженням Г. Леськів-Боднарчук [127, с. 8], характерною особливістю системи вищої фізкультурно-спортивної освіти є те, що освітня траєкторія підготовки фахівців у них проявляється в послідовності етапів навчання, які студент має пройти для набуття знань, умінь, навичок і досвіду.

Таким чином, категорії «*фізкультурно-оздоровча»*, «*спортивно-оздоровча»* та «*спортивно-масова»* діяльність виявляють змістову близькість за семантичним наповненням. На підставі узагальнення дослідниці можна зробити висновок, що спортивно-оздоровча діяльність є багатоаспектним утворенням, яке одночасно функціонує як педагогічний процес, спосіб оздоровлення через спорт, культурний компонент особистості, форма масових оздоровчих практик і цілеспрямованої фізичної активності, що сприяє розвитку відповідального ставлення, позитивної мотивації до рухової активності та зміцнення здоров'я.

Відтак, відповідно до нашого наукового пошуку, розглянемо категорію «спортивно-оздоровча робота». У науково-педагогічному дискурсі обидва поняття – «спортивно-оздоровча робота» та «спортивно-оздоровча діяльність» - належать до категорій, що позначають організовану рухову активність, спрямовану на зміцнення здоров'я, підвищення рівня фізичної підготовленості та розвиток культури здорового способу життя. Проте їх змістові акценти та сфери вживання мають відмінності.

Категорія «спортивно-оздоровча діяльність» трактується як цілісний, системно організований процес, що охоплює всі форми, засоби й методи використання фізичних вправ і спортивних практик для досягнення оздоровчого ефекту. Воно має ширший зміст і включає стратегічний, управлінський та організаційний рівні. Діяльність у цьому контексті розуміється як комплексний процес, що може охоплювати планування, підготовку кадрів, створення умов, розробку програм і проєктів, а також їх реалізацію у формі тренувань, занять, заходів. Така діяльність здебільшого пов’язана з інституційною основою (заклади освіти, спортивні клуби, організації), має нормативне регулювання і часто спрямована на довготривалу перспективу [42; 122].

Натомість «спортивно-оздоровча робота» згідно з дослідженням Г. Леськів-Боднарчук [127, с. 8] трактується як цілеспрямована, організована діяльність, спрямована на покращення фізичного стану людини, зміцнення її здоров’я та підтримання активного способу життя шляхом використання фізичних вправ, занять спортом і сучасних оздоровчих технологій.

Тобто, категорія має більш прикладний і операційний характер, зосереджений на конкретних заходах, тренуваннях, заняттях, змаганнях або оздоровчих сесіях. Спортивно-оздоровча робота, на відміну від діяльності, підкреслює саме виконання завдань, спрямованих на досягнення коротко- чи середньострокових результатів, а не загальну організацію системи. Вона може бути як складовою частиною ширшої спортивно-оздоровчої діяльності, так і самостійною формою, коли мова йде про локальні ініціативи чи разові акції [42].

Таким чином, аналізуючи категоріальний апарат, можна стверджувати, що всі суміжні поняття у сфері спортивно-оздоровчої роботи базуються на інтеграції трьох ключових складових: формування фізичної культури особистості, організація систематичної рухової активності та забезпечення оздоровчого ефекту від занять фізичними вправами і спортом. Акцент на тій чи іншій складовій залежить від цілей та завдань конкретного педагогічного процесу чи наукового дослідження. На нашу думку, у педагогічному контексті більш доцільним є

використання поняття «спортивно-оздоровча робота», оскільки воно підкреслює практично-діяльнісний, організаційний і виховний аспекти взаємодії педагогів, учнів і соціального середовища, спрямованої на розвиток фізичних якостей, формування здорового способу життя та задоволення потреб особистості у фізичному самовдосконаленні.

Як комплексне явище, спортивно-оздоровча робота охоплює сукупність заходів, форм і методів, що реалізуються у закладах освіти та поза їх межами, інтегруючи виховні, навчальні та оздоровчі функції у єдину систему.

Вживання категорії «спортивно-оздоровча робота» у професійній літературі залишається недостатньо поширеним, що свідчить про існування методологічних прогалин і підкреслює необхідність подальшої наукової розробки цього поняття, що спонукало до авторського визначення категорії.

Отже, за результатом наукового пошуку щодо категоріально-змістового аналізу базових категорій досліджуваної проблеми сформулюємо авторське визначення: «*спортивно-оздоровча робота у закладі вищої освіти»* – це цілеспрямована та системна сукупність організаційно-педагогічних, виховних і методичних заходів, спрямованих на всебічне формування, збереження і зміцнення фізичного здоров’я здобувачів вищої освіти, розвиток їх рухових умінь і навичок, підвищення рівня фізичної активності, а також формування ціннісного ставлення до здорового способу життя, що реалізується через організацію спортивних, фізкультурно-оздоровчих та масових заходів у освітньому середовищі.

1.2. Історіографія дослідження

Дослідження проблеми становлення та розвитку спортивно-оздоровчої діяльності у закладах вищої освіти України в 1990-х рр.–на початку XXI ст. вимагало опрацювання значного масиву джерел, зміст яких було узгоджено з хронологічними етапами дослідження. Для забезпечення комплексності наукового

пошуку наявну джерельну базу з окресленої тематики було структуровано на три основні групи: 1) законодавчо-нормативна база досліджуваного періоду; 2) дисертаційні та монографічні дослідження; 3) навчально-методичні матеріали, підручники, посібники, наукові статті тощо.

Перша група джерел становить законодавчі та нормативно-правові акти, що визначали правові засади засади організації спортивно-оздоровчої діяльності у закладах вищої освіти України в досліджуваний період. До цієї категорії належать документи державного рівня, зокрема закони України, постанови Верховної Ради, укази Президента, постанови та розпорядження Кабінету Міністрів, що безпосередньо або опосередковано регулювали питання фізичної культури, спорту та охорони здоров'я студентської молоді. Важливе місце посідають відомчі нормативні акти Міністерства освіти і науки України та Міністерства молоді та спорту, якими затверджувалися програми розвитку фізичного виховання, нормативи та стандарти фізичної підготовки студентів, порядок проведення спортивно-масових заходів у ЗВО.

Відповідно до першого етапу (1993–2004 рр.): становлення системи спортивно-оздоровчої роботи, правове регулювання відносин у галузі фізичної культури в навчально-виховній сфері регламентувалося такими нормативними документами: Конституція України, Закони України («Про освіту» (1991), «Про фізичну культуру і спорт» (1993), Програми (Державна програма розвитку фізичної культури і спорту в Україні (1994), «Державна національна програма» Освіта» (Україна XXI століття)»(1998), Цільова комплексна програма «Фізичне виховання – здоров'я нації» (1998) та ін.

Так, Закон України «Про освіту» [225] встановлював базові принципи організації навчального процесу, включно з фізичним вихованням як складовою освітнього середовища, забезпечуючи доступність і регулярність занять фізкультурою для студентської молоді.

Особливу увагу слід приділити *Закону України «Про фізичну культуру і спорт»* (1993 р., у редакціях наступних років) [224], який визначив основні

принципи державної політики у сфері фізичного виховання та здорового способу життя, а також встановив правові підстави для інтеграції спортивно-оздоровчої діяльності в освітній процес ЗВО. Закон також передбачав підтримку громадського об'єднання фізкультурно-спортивної спрямованості студентів (спортивна студентська спілка України) як частини масового фізкультурного руху, стимулювання участі студентів у всеукраїнських та міжнародних змаганнях, а також можливість фінансування спортивно-оздоровчих заходів за рахунок державного та місцевих бюджетів, позабюджетних коштів та спонсорської допомоги. Таким чином, положення цього нормативного акта створювали правову основу дл0я інтеграції спортивно-оздоровчої діяльності у структуру навчально-виховного процесу ЗВО України у незалежній Україні.

Стаття 14 Закону України «Про фізичну культуру і спорт» [224], яка набула чинності з 1 січня 2012 р., визначила поняття центрів студентського спорту вищих навчальних закладів як спеціалізованих закладів фізичної культури і спорту. Ці центри мали створюватися для забезпечення умов поєднання навчання у ЗВО з підготовкою студентів до участі у чемпіонатах Європи, світу серед студентів, Всесвітніх Універсіадах з видів спорту, визнаних в Україні. Засновниками таких центрів могли бути центральні органи виконавчої влади, що підпорядковують вищі навчальні заклади, або самі вищі навчальні заклади. Фінансування їх діяльності здійснювалося за рахунок коштів засновника, бюджетних асигнувань та інших джерел, не заборонених законодавством.

Впровадження цих центрів мало на меті стимулювати розвиток студентського спорту, а також непрофесійного (любительського) спорту на базах університетів, що є світовою практикою в ряді країн, зокрема США та Західної Європи. Там студентські спортивні секції замінюють традиційні кафедри фізичного виховання, пропонуючи гнучкі секційні заняття за інтересами із сучасною матеріально-технічною базою і профінансовані внесками самих студентів. Це дозволяло формувати університетські збірні, що складали основу національних команд непрофесійного спорту.

Водночас, за чинним законодавством України фінансування центрів мало здійснюватися коштом засновника, яким можуть бути ЗВО, що, з огляду на їх обмежені бюджетні можливості, утворювало суттєву перешкоду для повноцінної реалізації цієї ідеї.

Таким чином, хоча ідея створення центрів студентського спорту у ЗВО України була перспективною і відповідала сучасним світовим підходам до організації студентського спорту, для її ефективної реалізації потрібне було вдосконалення системи фінансування та нормативної підтримки вітчизняних ЗВО.

У 1993 р. Міністерство молоді та спорту України впровадило нормативний документ – Єдину спортивну класифікацію України [186], яким було встановлено уніфіковану систему оцінювання рівня спортивної майстерності та спортивних досягнень на національному рівні. Ця класифікація стала важливим елементом розвитку спортивно-оздоровчої діяльності, зокрема і у закладах вищої освіти, де вона формувала стандарти для підготовки та атестації студентів-спортсменів у різних видах спорту.

Основною метою класифікації було забезпечення єдиного нормативного підходу до присвоєння спортивних розрядів (3-й, 2-й, 1-й розряди, кандидат в майстри спорту) та спортивних звань (майстер спорту України, майстер спорту міжнародного класу), що сприяло системній оцінці і стимулювало підвищення рівня фізичної підготовленості студентської молоді. Крім того, документ закладав правові й методичні засади для організації спортивної діяльності всіх рівнів включно з університетськими секціями, гуртками та факультативами.

Класифікація охоплювала широкий спектр видів спорту – як олімпійських (комплекс із 34 літніх та 13 зимових дисциплін), так і неолімпійських, нетрадиційних, військово-технічних видів спорту, а також адаптованих видів для спортсменів з інвалідністю. Відповідні критеріальні вимоги (до часу, ваги, дистанції, результатів участі в змаганнях певного рівня) були інтегровані у систему навчального та позанавчального фізичного виховання у ЗВО, що сприяло

уніфікації стандартів спортивної майстерності та підвищенню якості спортивної підготовки.

Важливо, що класифікація зумовила створення єдиних підходів до кваліфікації суддівства, розподілу категорій змагань, а також системи обліку і звітності результатів, що дало змогу мати чітку, прозору систему відбору і контролю спортивних досягнень у навчальних закладах.

З 1996 р. класифікація постійно оновлювалася з періодичністю близько чотирьох років, орієнтуючись на підвищення рівня вимог та конкурентності, що відповідало сучасним тенденціям розвитку фізичної культури та спорту в Україні, а також підвищувало ефективність спортивно-оздоровчої роботи серед молоді.

Таким чином, Єдина спортивна класифікація 1993 р. виступила як фундаментальний нормативний документ, що посприяв стандартизації, систематизації та розвитку спортивної підготовки в університетах України, сприяючи підвищенню рівня фізичної культури студентства та інтеграції спортивної майстерності у широку систему фізичного виховання та оздоровчої роботи в закладах вищої освіти.

Важливими джерелами нормативно-правового забезпечення спортивно-оздоровчої діяльності у закладах вищої освіти досліджуваного періоду були державні цільові програми та концептуальні документи, спрямовані на реформування системи освіти та фізичного виховання. є

Важливим документом, що визначив стратегічні напрями розвитку національної освіти на зламі тисячоліть стала *«Державна національна програма «Освіта» (Україна XXI століття)»* [56] (1993). У документі фізичне виховання та спорт не були винесені в окремий розділ, однак їх значення згадувалося у контексті формування всебічно розвиненої особистості, підготовки громадян до активної праці та суспільної діяльності. Програма наголошувала на необхідності зміцнення здоров’я молоді, створення умов для її фізичного розвитку та впровадження заходів, що сприяють збереженню працездатності.

Особливе значення для досліджуваної програми мала *Державна програма розвитку фізичної культури і спорту в Україні* [57] (1994), яка стала концептуальною складовою державної політики у сфері фізичного виховання та спорту, розробленою з метою створення цілісної, функціонально збалансованої системи фізкультурно-спортивної діяльності в умовах державотворення та суспільної трансформації незалежної України. Її стратегічними завданнями визначалися підвищення рівня фізичної підготовленості та рухової активності населення, формування здорового способу життя, розвиток масового спорту й підтримка спорту вищих досягнень.

Програма передбачала комплекс заходів нормативно-правового, організаційно-управлінського, матеріально-технічного та фінансового характеру, спрямованих на модернізацію спортивної інфраструктури, удосконалення системи підготовки фахівців галузі, підтримку діяльності дитячо-юнацьких спортивних шкіл, студентських спортивних об'єднань та національних спортивних федерацій. Значна увага приділялася інтеграції фізкультурно-оздоровчої роботи в освітній процес закладів освіти, стимулюванню участі молоді у всеукраїнських та міжнародних спортивних змаганнях, а також розширенню джерел фінансування галузі за рахунок державного та місцевих бюджетів, позабюджетних надходжень і спонсорської підтримки.

Таким чином, Державна програма 1994 р. сформувала системну правову та організаційну основу для сталого розвитку фізичної культури і спорту, поєднавши оздоровчі, виховні та соціокультурні функції цієї сфери з метою зміцнення здоров'я нації, соціальної інтеграції молоді та підвищення міжнародного авторитету українського спорту.

У контексті реалізації державної політики у сфері фізичного виховання та спорту особливу роль відіграє *Цільова комплексна програма «Фізичне виховання – здоров'я нації»* [303] (1998), яка відображала стратегічний підхід до формування здорової та соціально активної особистості. В умовах трансформаційних процесів, що охоплюють усі сфери суспільного життя, актуалізується необхідність

переосмислення підходів до професійної підготовки здобувачів вищої освіти, зокрема майбутніх фахівців у сфері фізичної культури і спорту.

Сучасна система фізичного виховання в Україні перебуває у стані глибокої структурної кризи, що зумовлено її неспроможністю повноцінно відповідати зростаючим потребам населення у сфері оздоровлення, активного дозвілля та підтримки фізичної працездатності. У зв'язку з цим спортивно-оздоровча діяльність постає як пріоритетний напрям у реалізації державної політики, орієнтований на інтеграцію фізкультурного потенціалу у стратегії зміцнення здоров'я нації.

Основні завдання, визначені програмою, передбачають всебічну підтримку духовного, фізичного та громадянського розвитку молодого покоління, формування патріотичної свідомості та стійких соціальних орієнтирів на здоровий спосіб життя. Зміст спортивно-оздоровчої діяльності в цьому контексті розглядається як інструмент ціннісної трансформації суспільства, що передбачає не лише фізичне загартування, а й формування мотиваційно-поведінкових установок, спрямованих на збереження та зміцнення здоров'я.

Крім того, нагальною є потреба в реформуванні системи підготовки кадрів у галузі фізичної культури, з акцентом на розвиток компетентностей, необхідних для ефективної організації оздоровчо-рекреаційної діяльності, здатної відповідати новим соціальним викликам та запитам громадян. У цьому аспекті важливим чинником стає розвиток фізкультурно-спортивного руху, адаптованого до сучасних реалій та орієнтованого на збереження демографічного потенціалу нації.

З метою поліпшення фізкультурно-оздоровчої і спортивно-масової роботи в закладах вищої освіти у 1998 р. МОН було затверджено *Державні вимоги до системи фізичного виховання дітей, учнівської і студентської молоді* [60]. Цей нормативно-правовий акт визначав єдині підходи до організації фізичного виховання на всіх освітніх рівнях, встановлював стандартизовані критерії фізичної підготовленості та рухової активності здобувачів освіти, а також регламентував зміст, форми та методи проведення занять з фізичної культури.

Документ мав на меті забезпечення наступності та цілісності фізичного виховання у системі неперервної освіти, інтеграцію оздоровчих і виховних завдань у навчальний процес, формування стійкої мотивації молоді до систематичних занять фізичною культурою і спортом. Значна увага приділялася впровадженню сучасних оздоровчих технологій, індивідуалізації фізичних навантажень з урахуванням стану здоров'я та фізичного розвитку студентів, а також розвитку масового студентського спорту як важливого чинника соціалізації та зміцнення здоров'я молодого покоління, що створило нормативну базу для уніфікації та оптимізації процесу фізичного виховання у закладах освіти, підвищення його якості та ефективності, а також для гармонійного поєднання освітніх, виховних та оздоровчих функцій у підготовці молоді.

Отже, в перший, умовно визначний період, було закладено фундамент нормативно-правового регулювання у сфері фізичної культури та спорту, який створив загальні умови для розвитку спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти. Проте відсутність чіткого термінологічного визначення та конкретних механізмів реалізації цього напряму діяльності призводила до того, що практична організація роботи залежала переважно від ініціативи окремих закладів і наявних ресурсів, а не від уніфікованих державних стандартів.

Відповідно до *другого етапу* розвитку спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України (2004–2014), який характеризується процесами розвитку та інституалізації, її організація і зміст регламентувалися низкою важливих нормативно-правових актів. Серед них слід виокремити Національну доктрину розвитку фізичної культури і спорту в Україні (2004), Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту у вищих навчальних закладах (2006), Указ Президента України «Про Національну раду з питань фізичної культури і спорту» від 03.02.2006 р. № 107, постанову Кабінету Міністрів України «Про національний план дій щодо реалізації державної політики у сфері фізичної культури та спорту» від 02.08.2006 р. № 667 та інші документи, Концепцію Загальнодержавної програми «Здоров'я–2020: український вимір» (2011) та ін.

Прийняття *Національної доктрини розвитку фізичної культури і спорту* [148] (2004) визначило стратегічні пріоритети державної політики у сфері фізичної культури, спорту та здорового способу життя, зорієнтовані на довгострокову перспективу. Цей документ створив нормативно-методичний фундамент для розвитку сучасної спортивно-оздоровчої діяльності, спрямованої на всебічний розвиток студентської молоді та зміцнення здоров'я нації.

Значним кроком стало прийняття у 2006 р. *Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту у вищих навчальних закладах* [187]. У ньому було закладено комплексний підхід до системи фізичного виховання, що охоплював навчальний процес (обов'язкові заняття), позанавчальну оздоровчу діяльність, роботу спортивних секцій, організацію масових фізкультурно-оздоровчих заходів та розвиток студентського спорту. Документ чітко регламентував розподіл функцій управління між МОН України, його структурними підрозділами та виконавцями безпосередньо у закладах вищої освіти – кафедрами фізичного виховання та спортивними клубами. Важливим нововведенням стало врахування медико-педагогічного контролю, створення адаптаційних умов для студентів з особливими потребами та впровадження системи оцінювання фізичної підготовленості.

У цьому ж році (03.02.2006) Указом Президента України було затверджено *Положення про Національну раду з питань фізичної культури і спорту* [185]. Воно визначало стратегічні напрями державної політики у сфері фізичної культури та спорту, зокрема забезпечення координації діяльності центральних органів виконавчої влади, громадських організацій та освітніх інституцій. Прийняття цього документа стало важливим етапом інституціалізації студентського спорту в Україні та засвідчило державну підтримку формування здорового способу життя молоді у вищій школі. Проте вже у 2010 р. зазначене Положення втратило чинність, що актуалізувало потребу у подальшому оновленні нормативної бази.

Системності розвитку фізичної культури та спорту надав прийнятий у 2006 р. *Національний план дій щодо реалізації державної політики у сфері фізичної*

культури та спорту [144], який визначав комплекс практичних заходів, спрямованих на модернізацію інфраструктури, удосконалення організаційно-правових механізмів і підвищення ефективності спортивно-оздоровчої роботи серед різних груп населення, у тому числі студентської молоді. Його реалізація сприяла інтеграції спортивної діяльності у навчально-виховний процес та забезпечувала координацію державних і громадських ініціатив.

Наступним етапом державного регулювання стала *Державна цільова соціальна програма розвитку фізичної культури і спорту на 2007–2011 рр.* [59]. Її положення орієнтувалися на розширення доступу студентів до занять спортом, розвиток спортивної інфраструктури у закладах освіти, підготовку тренерсько-викладацьких кадрів, а також стимулювання участі студентської молоді у всеукраїнських та міжнародних змаганнях. У результаті її реалізації було розширено можливості для розвитку як масового, так і професійного студентського спорту, що сприяло укоріненню здоров'язбережувальної культури у закладах вищої освіти.

У жовтні 2011 р. було ухвалено *Концепцію Загальнодержавної програми «Здоров'я–2020: український вимір»* [117], яка визначила стратегічні пріоритети державної політики у сфері громадського здоров'я. Документ ґрунтується на принципі міжсекторального підходу до профілактики та передбачає мінімізацію впливу соціальних детермінант здоров'я шляхом створення сприятливих умов для його збереження й зміцнення.

Ключовим положенням Програми стало формування відповідального ставлення громадян до власного здоров'я, що інтерпретується як фундаментальний чинник національного добробуту. У цьому контексті спортивно-оздоровча діяльність розглядається як один із базових інструментів первинної профілактики, спрямованої на підвищення фізичної активності населення, зниження ризиків поширення неінфекційних захворювань та формування здоров'язбережувальної культури.

Третій етап розвитку спортивно-оздоровчої діяльності у закладах вищої освіти України (2014–2022 рр.) характеризується системною інтеграцією української фізкультурно-спортивної освіти у європейський освітній простір, впровадженням інноваційних підходів до організації фізичної активності студентської молоді та посиленням нормативно-правового забезпечення спортивно-оздоровчої діяльності.

Зокрема, *Законом України «Про вищу освіту»* (2014) [210] було започатковано нову модель університетської автономії, у межах якої спортивно-оздоровча діяльність визнається невід'ємним складником виховного, соціального та освітнього розвитку студентів, що відповідає європейським стандартам інтеграції освіти та здоров'язбереження. На основі цього нормативного підґрунтя держава визначила завдання формування цілісного освітньо-оздоровчого простору у закладах вищої освіти.

Національна стратегія з оздоровчої рухової активності до 2025 року «Рухова активність - здоровий спосіб життя - здорова нація» (2016) [149] акцентувала на необхідності підвищення рівня фізичної активності студентської молоді, передбачала комплекс заходів щодо розвитку інфраструктури, впровадження сучасних методик та стимулювання здорового способу життя, створюючи базу для довгострокової державної політики у сфері студентського здоров'я.

Державна цільова соціальна програма розвитку фізичної культури і спорту на період до 2025 року [59] *та Стратегія розвитку фізичної культури і спорту на період до 2028 року* [265] закріпили пріоритети інституційного забезпечення спортивно-оздоровчої та спортивної діяльності у ЗВО, посилили системність, доступність і інноваційний характер студентського спорту, сприяючи комплексній модернізації управлінських та навчально-методичних механізмів.

Концепція розвитку фізичної підготовки і спорту в системі Міністерства оборони України (2022) [120] та *Концепція Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2030 року* [116] визначили стратегічні напрями організації фізичної підготовки, впровадження інноваційних

методик і технологій, а також інтеграцію спортивної діяльності у навчально-виховний процес. В умовах війни ці документи набувають особливої актуальності, оскільки підкреслюють роль системного, нормативно закріпленого підходу до формування фізично активного, здорового і соціально відповідального студента.

Таким чином, нормативно-правова база третього етапу свідчить про перехід від декларативних намірів до системної інтеграції студентського спорту в освітній процес, з акцентом на інновації, здоров'язбереження та формування активного, соціально відповідального громадянина.

Друга група джерел представлена низкою дисертаційних та монографічних досліджень, дотичних до теми досліджуваної проблеми.

Важливе значення для дослідження становлення та розвитку спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України мають роботи, присвячені *державній політиці та нормативно-правовому регулюванню фізичної культури і спорту.*

Зокрема, у монографії *«Державне регулювання фізичної культури та спорту в Україні»* [65] показано, що ефективність реалізації спортивно-оздоровчих програм значною мірою залежить від науково обґрунтованих механізмів державного регулювання, які охоплюють правовий, економічний та управлінський аспекти. Автор підкреслює, що попри наявність низки стратегічних документів, які визначають розвиток фізичної культури і спорту як елемент соціальної політики, досі не сформовано комплексного економічного підґрунтя для стабільного функціонування галузі.

Соціально-економічний вимір розвитку спортивної галузі розкрито у праці І. Цимбалюк, Н. Павліха, С. Цимбалюка [302], зокрема фінансування, інвестиції в інфраструктуру та інтеграцію спортивно-оздоровчих програм у регіональні стратегії. Автори підкреслюють взаємозв'язок фізичної активності населення, здоров'я громад і економічного розвитку, що забезпечує комплексний підхід до модернізації спортивно-оздоровчої діяльності у закладах вищої освіти.

Проблеми та шляхи удосконалення державного регулювання фізкультурно-оздоровчої діяльності у закладах вищої освіти України проаналізовано у монографії Р. Сіренка [248]. Автор досліджує нормативно-правові, організаційні та управлінські механізми підтримки студентського спорту, акцентуючи увагу на необхідності інтеграції фізкультурно-оздоровчих програм у загальну стратегію освітньої політики. Праця підкреслює важливість системного підходу до фінансування, контролю якості та розвитку інфраструктури для ефективного формування здоров'язбережувального середовища у ЗВО.

Науково-методичні основи організації спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти представлено у дослідженнях В. Базильчук [8], Н. Довгань [64], С. Мальони [134], І. Маріонди [135], О. В. та О. М. Онопрієнко [162] та ін.

Зокрема, у монографії О. В. та О. М. Онопрієнко [162] здійснено теоретичне узагальнення підходів до формування базових професійних компетентностей учителя фізичної культури. Автори визначають структуру професійних компетентностей та обґрунтовують інноваційні шляхи їх формування у процесі вивчення фахових дисциплін. Це безпосередньо співвідноситься з проблемою якісної організації навчального процесу у ЗВО та інтеграції спортивно-оздоровчої роботи з освітніми завданнями.

Монографія І. Маріонди та ін. [135] висвітлює формування професійно-особистісних компетентностей у студентів засобами занять фізичною підготовкою і спортом. Представлені теоретико-експериментальні моделі професійного становлення актуалізують значення спортивно-оздоровчої роботи як простору для самопізнання та розвитку особистості майбутнього фахівця.

У свою чергу, С. Мальона [134] підкреслює важливість правової складової у професійній діяльності фахівців фізичної культури. Це дає підстави трактувати спортивно-оздоровчу роботу не лише як педагогічний чи оздоровчий процес, а і як діяльність, що має ґрунтуватися на чітких нормативно-правових засадах.

П. Хоменко, О. Корносенко [297] аналізують поняття «професійна підготовка» і «фізична культура» у системі сучасної освіти, акцентуючи на творчій

самореалізації та здоров'язбережувальному потенціалі майбутнього фахівця. Це розширює уявлення про спортивно-оздоровчу діяльність як важливий напрям формування компетентнісно орієнтованої моделі підготовки спеціаліста.

У статті О. Коваля [109] розглянуто проблему формування мотивації студентів закладів вищої освіти до розвитку фізичної активності. Автор підкреслює, що саме мотиваційний компонент є визначальним чинником ефективності спортивно-оздоровчої роботи у студентському середовищі. Дослідження спрямоване на пошук педагогічних умов, які здатні стимулювати внутрішню потребу у систематичному залученні молоді до занять фізичною культурою та спортом.

У контексті досліджуваної проблеми ця праця акцентує увагу на психолого-педагогічних механізмах активізації студентів, що є важливим доповненням до попередніх підходів, орієнтованих на компетентності, правові чи організаційні засади. Вона демонструє, що спортивно-оздоровча діяльність у ЗВО повинна ґрунтуватися не лише на формальних вимогах чи навчальних планах, а й на створенні мотиваційного середовища, яке забезпечує стійке ставлення студентів до фізичної культури як цінності.

Монографія «Фізичне виховання: проблеми та перспективи» (за заг. ред. Г. Грибана) [294] є комплексним дослідженням сучасних тенденцій розвитку фізичного виховання у закладах освіти України. У виданні проаналізовано теоретичні, методичні й організаційні засади фізкультурно-оздоровчої діяльності, висвітлено проблеми її модернізації та інтеграції в освітній простір.

У контексті досліджуваної проблеми праця акцентує увагу на необхідності оновлення змісту фізичного виховання у ЗВО, врахування індивідуальних потреб і мотивацій студентів, а також використання інноваційних технологій у спортивно-оздоровчій діяльності. Важливо, що авторський колектив поєднав науково-теоретичний аналіз з емпіричними напрацюваннями, що дозволяє розглядати цю монографію як базове джерело історіографії проблеми організації спортивно-оздоровчої роботи в системі вищої освіти.

Важливе значення для дослідження мають дослідження, присвячені *професійному розвитку майбутніх фахівців фізичного виховання і спорту (*А. Багорка [6], М. Василенко [39], М. Данилевич [55], Ф. Загура [76], С. Лазоренко [125], Г. Леськів-Бондарчука [127] та ін.). Предметом наукового пошуку опосередковано або безпосередньо поставали професіоналізм, професійна підготовка, професійний розвиток фахівців у галузі фізичного виховання на різних рівнях системи освіти.

Так, Ф. Загура [76] обґрунтував концептуальні підходи до професійного розвитку викладачів фізичного виховання у багатопрофільних закладах вищої освіти, акцентуючи на інтеграції сучасних знань. У роботі детально описано зміст і структуру професійної готовності викладачів до виконання їхніх функцій, а також визначено відповідні критерії, показники та рівні оцінки цих компетентностей; А. Багорка [6] теоретично обґрунтувала та розробила структурну модель професійної підготовки майбутніх фахівців із фізичної культури і спорту в умовах ступеневої системи освіти «коледж – університет», а також експериментально перевірила ефективність запропонованих організаційно-педагогічних умов; М. Василенко [39] науково обґрунтував та сформулював ключові теоретичні й методичні засади підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, визначивши напрями їх професійного становлення та організаційні принципи навчально-виховного процесу; І. Володько [47] дослідив процес формування інформаційно-комунікаційної компетентності у майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту, окресливши теоретичні засади й педагогічні умови розвитку цієї компетентності у закладах вищої освіти; М. Данилевич [55] дослідив теоретичні та методичні засади професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту до рекреаційно-оздоровчої діяльності, акцентуючи увагу на формуванні професійної компетентності в контексті сучасних освітніх стандартів та потреб студентської молоді; С. Лазоренко [125] досліджував теоретичні та практичні засади формування інформаційно-цифрової культури майбутніх фахівців фізичної культури і спорту в умовах змішаного навчання,

підкреслюючи роль сучасних цифрових технологій у професійній підготовці та підвищенні ефективності освітньо-виховного процесу; Г. Леськів-Бондарчук [127] проаналізувала теоретичні та методичні засади підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання до організації спортивно-оздоровчої роботи з людьми третього віку, закцентувавши увагу на формування професійних компетентностей, необхідних для ефективного планування та проведення фізкультурно-оздоровчих занять у цій віковій групі.

Проблему організації фізичного виховання студентів закладів вищої освіти в умовах карантинних обмежень, зокрема через впровадження дистанційних технологій розкрито у праці В. Оліярник, В. Світлик та ін. [160]. Автори підкреслюють дидактичний потенціал цифрових засобів у формуванні інформаційного освітнього середовища, що сприяє модернізації традиційних підходів та розширенню можливостей фізичного виховання. У контексті досліджуваної проблеми доведено, що правильно організований освітній процес забезпечує умови для саморозвитку й збереження здоров’я студентської молоді, посилюючи його значення як чинника підтримки імунітету.

Сучасний етап трансформації освітнього процесу у сфері фізичної культури й спорту в Україні репрезентує наукова праця Т. Гулько, Л. Рибалко [54]. Вона присвячена проблемі професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури та спорту в умовах воєнного стану. Автори акцентують на необхідності адаптації освітніх програм до екстремальних суспільних обставин, інтеграції інноваційних технологій та формування психологічної стійкості студентів.

Маємо і дослідження, присвячені комплексному осмисленню проблеми *збереження та зміцнення фізичного здоров’я студентів у системі вищої освіти* (Н. Бугайчук, Н. Бєлікова, М. Кузькова, О. Потужній, В. Поліщук, Л. Рибалко, Л. Сливка та ін.).

Зокрема, у працях Н. Бугайчук, Н. Бєлікової [33; 34; 35; 36] проаналізовано вплив зовнішніх соціальних чинників (зокрема пандемії COVID-19) на рівень рухової активності здобувачів вищої освіти, обґрунтовано шляхи оптимізації

оздоровчо-рекреаційної діяльності у навчальному й позанавчальному середовищі, розроблено модель інтеграції сучасних оздоровчих технологій у фізичне виховання, а також удосконалено інструменти моніторингу та оцінювання ефективності освітніх і оздоровчих практик.

У статті Л. Рибалко [233] проаналізовано сутність і зміст ключових понять («оздоровлення», «фізкультурно-оздоровча діяльність», «фізкультурно-оздоровчі технології») та розкрито їх роль у системі фізичного виховання студентської молоді. Узагальнено науково-педагогічну літературу й класифіковано основні групи фізкультурно-оздоровчих технологій, доцільних для використання у вищій школі. Особлива увага приділена профілактиці захворювань, формуванню позитивної мотивації до здорового способу життя та залученню студентів до різних програм фізкультурно-оздоровчої діяльності.

Проблемі застосування здоров'язбережувальних технологій у системі фізичного виховання студентської молоді присвячено статтю О. Потужнього, В. Поліщук, М. Кузькової [205]. Автори ґрунтовно уточнюють сутність ключових понять, що дозволяє подати цілісне визначення «здоров'язбережувальних технологій» як системи оздоровчо-фізкультурних заходів, спрямованих на збереження та розвиток здоров'я студентів. У контексті досліджуваної проблеми робота актуалізує значення інтеграції таких технологій у навчальний процес закладів вищої освіти, підкреслюючи їхню роль у формуванні здоров'язбережувальної та здоров'ярозвивальної компетентностей, а також у створенні сприятливого освітнього середовища.

Комплексне дослідження історико-педагогічних, методологічних і практичних аспектів розвитку фізичного виховання та спорту в європейському контексті репрезентують праці Н. Гнесь, Ю. Мосейчук, Л. Сливки, О. Цибанюк [49; 298; 299; 335; 336] та ін., які охоплюють питання еволюції фізкультурно-оздоровчої освіти, застосування здоров'язбережувальних технологій, професійної підготовки фахівців у сфері фізичної культури та інтеграції українського досвіду в європейський освітній простір. Значна увага приділяється трансформації

термінології у сфері фізичного виховання й спорту, стратегічному плануванню фізкультурно-оздоровчої діяльності дітей і молоді, а також аналізу міжнародних ініціатив ЮНЕСКО та глобальних програм розвитку фізичної культури і спорту. Таким чином, сукупність цих досліджень формує цілісне наукове уявлення про історію, сучасний стан і перспективи розвитку фізичного виховання та спорту як важливого чинника освітнього й соціального розвитку.

Отже, аналіз другої групи джерел свідчить, що розвиток фізичного виховання у закладах вищої освіти України визначається поєднанням нормативно-правових, організаційних, педагогічних та соціально-економічних чинників. Значна увага приділяється професійному становленню майбутніх фахівців, формуванню їхніх компетентностей та мотивації студентської молоді до фізичної активності. Впровадження здоров'язбережувальних технологій та інноваційних освітніх практик забезпечує адаптацію навчального процесу до сучасних викликів.

Третя група джерел репрезентує дослідження навчально-методичного характеру, у яких узагальнено сучасні наукові підходи до організації фізичного виховання, спортивно-масової та оздоровчої роботи в системі освіти

Сучасні погляди на трактування основних положень теорії і методики фізичного виховання викладено в підручнику «Теорія і методика фізичного виховання» [273]. У першому томі розглянуто фізичне виховання як соціальне явище, основи теорії адаптації та закономірності її використання у фізичному вихованні, навантаження та відпочинок як компоненти процесу виконанні фізичних вправ, навчання рухових дій, розвиток рухових якостей та ін. У другому томі висвітлено питання управління процесом фізичного виховання, нові технології видів рухової активності у фізичному вихованні, адаптивне фізичне виховання, викладено методику фізичного виховання осіб різного віку.

Особливе значення для дослідження становлення спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти мають роботи з *історії* фізичної культури та спорту. Так, у навчальному посібнику В. Вербицького та І. Бондаренка (2014) *«Історія фізичної культури та спорту в Україні»* [41] систематично викладено етапи

розвитку фізичного виховання та спортивного руху, охарактеризовано ключові події, інститути та персоналії, що формували національні традиції студентського спорту. Автори підкреслюють роль історичного контексту у визначенні сучасних підходів до організації фізичної культури у ЗВО, що сприяє науковому обґрунтуванню сучасних інноваційних та комплексних моделей спортивно-оздоровчої діяльності.

У навчальному посібнику С. Сергієнко, Т. Полтавцева [245] розглядаються технології спортивно-масової і фізкультурно-оздоровчої роботи в системі освіти України (дошкільних навчальних закладах, загальноосвітніх навчальних закладах, вищих навчальних закладах), у сфері виробництва і за місцем проживання населення, а також з особами з обмеженими особливостями.

У навчальному посібнику [164], написаному у відповідності з навчальною програмою дисципліни «Організація та методика спортивно-масової роботи», викладено загальні основи теорії і методики організації спортивно-масової роботи, форми і технології організації спортивно-масової роботи та фізкультурно-оздоровчої роботи в системі освіти в Україні, на виробництві, за місцем проживання, з особами із обмеженими особливостями.

Методичні рекомендації С. Шинкарьова та ін. [312] присвячені організації спортивно-оздоровчої діяльності як інтегративної складової освітнього процесу та професійної практики у сфері фізичної культури і спорту. Методичні рекомендації включають теоретичні положення та практичні завдання, ситуаційні вправи і розробку власних програм, що сприяє формуванню прикладних компетентностей студентів. Призначені для викладання фізичного виховання здобувачам вищої освіти різних спеціальностей з метою якісної підготовки фахівців, здатних ефективно застосовувати отримані знання у професійній діяльності.

В методичних рекомендаціях [319] подаються завдання для самостійного опрацювання організації спортивно-масової роботи в закладах освіти та тести з оцінювання своїх знань. Методичні рекомендації розраховані для студентів й

викладачів факультетів фізичного виховання, інститутів фізичної культури які організовують та проводять спортивно-масові заходи у закладах вищої освіти.

У навчальному посібнику В. Цибульської та В. Безверхньої [300] узагальнено сучасні підходи до організації спортивно-масової та фізкультурно-оздоровчої роботи в системі освіти України. Автори приділяють увагу теоретичним засадам і практичним формам реалізації спортивно-масової діяльності як складової освітнього процесу. Видання характеризується систематизацією організаційних моделей і технологій проведення спортивно-оздоровчих заходів, що свідчить про прагнення упорядкувати науково-методичну базу цього напряму.

Актуальні питання сьогодення, зокрема, і в умовах воєнного стану, щодо використання інноваційних технологій та особливостей реалізації авторських методик у галузі фізичної культури і спорту військовослужбовцями з метою підтримки й удосконалення рівня загальної фізичної та спеціальної фізичної підготовки, корекції та відновлення здоров'я військовослужбовців Збройний Сил України після вирішення завдань за призначенням описано у навчальному посібнику О.Юденко [89].

Отже, третя група джерел відображає процес упорядкування, систематизації й науково-методичного забезпечення СОР у ЗВО України. У цих працях поєднується теоретичне осмислення проблеми та практичні моделі організації спортивно-масових заходів, що засвідчує перехід від описово-інструктивного рівня до комплексного підходу у підготовці майбутніх фахівців. Такі видання репрезентують прагнення інтегрувати спортивно-оздоровчу діяльність у навчальний процес як важливу складову професійної підготовки та формування здорового способу життя студентської молоді.

Отже, аналіз трьох груп джерел показує, що нормативно-правові документи визначали організаційні основи фізичного виховання, дисертаційні та монографічні дослідження висвітлювали окремі аспекти розвитку фізичної культури, а навчально-методичні праці забезпечували практичне впровадження знань у навчальний процес.

Водночас проведений аналіз засвідчує, що проблема розвитку СОР у закладах вищої освіти України в 1990-ті рр. ХХ–на початку ХХІ ст. ще не стала предметом цілісного історико-педагогічного дослідження, що визначає її актуальність і наукову новизну.

1.3 Чинники, етапи розвитку спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України (кінець ХХ– перша чверть ХХІ ст.)

СОР у ЗВО є важливим елементом системи фізичного виховання та формування здорового способу життя серед молоді. Вона сприяє не лише фізичному розвитку студентів, але й підвищенню їх соціальної активності, психоемоційного стану та загального рівня здоров'я.

Відповідно до ст. 4 Закону України «Про фізичну культуру і спорт» [224], державна політика у сфері фізичної культури і спорту ґрунтується на засадах:

- визнання фізичної культури і спорту як пріоритетного напряму гуманітарної політики держави;

- визнання фізичної культури як важливого чинника всебічного розвитку особистості та формування здорового способу життя;

- визнання спорту як важливого чинника досягнення фізичної та духовної досконалості людини, формування патріотичних почуттів у громадян та позитивного міжнародного іміджу держави.

У цьому контексті актуальним є дослідження процесів становлення та розвитку системи СОР у ЗВО незалежної України, що дозволяє виокремити суспільно-політичні, економічні та соціокультурні чинники та ключові етапи СОР у ЗВО незалежної України.

Суспільно-політичні чинники, які впливали на розвиток СОР у ЗВО України в період 1990-х років до 2022 р., мали різноплановий та комплексний характер.

Після проголошення незалежності України у 1991 р. основною політичною подією стала відмова від централізованої радянської системи управління фізичною культурою та спортом і ухвалення нового Закону України «Про фізичну культуру і спорт» [224] у 1993 р. Цей закон закріпив державні пріоритети, які включали удосконалення системи фізичного виховання, забезпечення масовості спорту та підтримку здорового способу життя кожного громадянина, включно зі студентською молоддю. Відзначалося формування нормативної бази для організації СОР як складової освіти на рівні ЗВО, підкреслювалась демократична спрямованість і право всіх верств населення на заняття спортом.

Формування та розвиток системи державного управління у сфері молодіжної політики та спорту в Україні супроводжувалося численними інституційними трансформаціями. Вперше Міністерство у справах молоді та спорту було утворене у 1991 р. [184] шляхом об’єднання двох комітетів з фізичної культури і спорту та окремого органу у справах молоді. Проте вже у 1996 р. його діяльність була знову розділена на окремі відомства. У 2000 р. відбулося повторне об’єднання, до якого приєднали також Державний комітет туризму, однак таке існування виявилося нетривалим і тривало менше року.

У подальшому, у 2005 р., знову було відновлено Міністерство у справах молоді та спорту, яке згодом інтегрували з Міністерством у справах сім’ї та молоді. В окремі періоди інституційний статус органу змінювався: з 1997 по 2005 роки він функціонував як державний комітет, а у 2010–2013 роках – як державна служба.

Особливо показовими стали реорганізаційні процеси 2010 р., ініційовані урядом на чолі з Партією регіонів, які мали виразний політичний і популістський характер. Тоді міністерство було знову об’єднане з Міністерством освіти і науки, молоді та спорту, а Державне агентство з питань спорту знижено у статусі до Державної служби молоді та спорту.

З 2013 р. в Україні регулювання спортивно-оздоровчої сфери здійснює Міністерство молоді та спорту, яке було утворене 28 лютого 2013 р. в результаті реорганізації Міністерства освіти і науки, молоді та спорту та Державної служби

молоді та спорту України. У його структурі діє колегія, що забезпечує колективне обговорення ключових напрямів розвитку галузі, а також функціонує Громадська рада, яка сприяє залученню громадськості до формування та реалізації державної політики [302, с. 76].

Розвиток спортивно-оздоровчої сфери особливо активізувався у 2000-х роках, коли в умовах євроінтеграційних процесів виникла потреба адаптувати національну систему фізичного виховання до європейських стандартів. Уряд у цей період ухвалював програми підтримки студентського спорту (Національна доктрина розвитку освіти [147] та ін.), модернізації спортивної інфраструктури та розбудови системи масового спорту із акцентом на збереження здоров'я. Це сприяло створенню спеціалізованих підрозділів фізичного виховання у закладах вищої освіти та активнішій участі студентської молоді у спортивних заходах.

Початок військового конфлікту на сході України у 2014 році істотно вплинув на розвиток СОР у ЗВО, змінюючи її зміст і напрями. Якщо раніше СОР у ЗВО мало переважно оздоровчий та рекреаційний характер, то в нових умовах воно набуло виразного військово-патріотичного спрямування.

В університетах та академіях почали активно створюватися військово-спортивні клуби, що стали платформами не лише для занять традиційними видами спорту, а й для відпрацювання елементів військової підготовки. Це проявлялося у включенні до навчальних програм дисциплін із тактичної підготовки, стройових занять, основ вогневої та спеціальної фізичної підготовки, а також у проведенні військово-спортивних ігор на кшталт «Сокіл» («Джура») чи «Хортинг-Патріот» [110].

У спортивно-оздоровчій діяльності зросла роль військово-прикладних видів спорту, таких як стрілецький спорт, рукопашний бій, орієнтування на місцевості чи подолання смуги перешкод, що поєднувало традиційну фізичну підготовку з формуванням практичних навичок, необхідних для обороноздатності. Важливим компонентом стала також інтеграція патріотичного виховання у спортивні заходи:

студенти залучалися до проєктів, що формували громадянську свідомість, готовність захищати державу і брати активну участь у суспільному житті.

У цьому контексті фізичне виховання перетворилося на інструмент підготовки майбутніх фахівців не лише фізично загартованих, а й здатних до мобілізації у разі потреби. Співпраця з військовими частинами, ветеранськими та громадськими організаціями посилювала практичний аспект спортивних занять, а студентські секції отримали додаткову функцію – виховання покоління, яке поєднувало здоровий спосіб життя з готовністю до оборони країни.

Таким чином, після 2014 р. Су ЗВО України трансформувалася з класичної системи фізичного виховання у військово-спортивну модель, що поєднувала розвиток фізичних якостей, патріотичне виховання та формування оборонних компетентностей молоді.

В останній період (2019–2022) політика держави приділяла увагу цифровізації, впровадженню інновацій та систем моніторингу здоров’я студентів у спортивно-оздоровчій сфері. Особливо під час пандемії COVID-19 приймалися рішення, які забезпечували підтримку фізичної активності у складних умовах обмежень, адаптуючи роботу спортивних комплексів до дистанційних форматів і нових технологій.

Отже, суспільно-політичні чинники розвитку СОР у ЗВО України у період 1990-х–2022 років включали: законодавчу базу, демократизацію управління, євроінтеграційні реформи, акцент на військово-спортивну підготовку у зв’язку з безпековими викликами та інноваційні заходи у відповідь на глобальні виклики, що разом сформували сучасну спортивно-оздоровчу політики в системі вищої освіти України.

Економічні чинники розвитку СОР у ХВО України в період 1990–2022 років мали значний вплив на якість, масштаб і доступність фізичного виховання та спортивних активностей студентської молоді.

У 1990-х роках політико-економічні трансформації в державі, зокрема перехід до ринкової економіки, спричинили значне скорочення державного фінансування

спорту. Зокрема, обсяги бюджетних видатків на спортивну інфраструктуру закладів вищої освіти знизилися більш ніж на 70%, що призвело до занепаду багатьох спортивних об'єктів, обмеження організації масових спортивних заходів і зменшення рівня фізичної активності студентів.

Ця складна економічна ситуація спричинила суттєві проблеми в національній системі фізкультурного руху. У державній програмі «Фізичне виховання – здоров'я нації» [286], затвердженій Указом Президента України від 1 вересня 1998 р., зазначено, що за період 1991–1998 років відбулося значне зниження кількості організацій і закладів, в яких здійснювалась фізкультурна діяльність – їх число скоротилося на 15,5 тисяч.

Одночасно зменшилася кількість інструкторів – на 5,7 тисяч осіб, а також скоротилася чисельність робітників, які займалися спортом, більш ніж на 56%. Лише 13% трудових колективів підтримували штат інструкторів фізичного виховання, що безпосередньо здійснювали фізкультурно-оздоровчу роботу [60].

У період 1991–1998 рр. Різке скорочення державної підтримки призвело до зменшення кількості підприємств, установ та організацій, які здійснювали фізкультурно-оздоровчу діяльність, більш ніж на 15 тисяч, а чисельність працюючих, залучених до цих процесів, знизилася більш ніж на 1 млн осіб (приблизно на 56%). Кількість інструкторів зі спорту у виробничих колективах скоротилася майже на 6 тис., що зумовило ситуацію, коли лише близько 13% трудових колективів мали фахівців із фізичної культури. Відповідно, значна частина працездатного населення втратила можливість долучатися до рекреаційних і спортивних практик, що негативно позначилося на їхньому фізичному та психічному стані [91].

Матеріально-фінансові труднощі також спричинили істотне скорочення кількості фахівців фізичного виховання, тренерів і спортсменів високого рівня, значна частина яких була змушена або змінити сферу діяльності, або емігрувати за кордон. Зменшення фінансування призвело до занедбання спортивної інфраструктури: спортоб'єкти не підтримувалися в належному стані, частина з них

закривалася, приватизовувалась чи використовувалась не за призначенням [41, с. 227–228].

У 2000-х роках спостерігалося початкове відновлення фінансування та реформування системи фізичного виховання. Запроваджувалися державні програми підтримки студентського спорту (Міжгалузева комплексна програма «Здоров'я нації» на 2002–2011 роки [142], «Horizont 2020» [301] та ін.), реалізовувалися проєкти модернізації спортивної інфраструктури.

У 2003 р. була розроблена перша українська навчальна програма «Фізичне виховання для вищих навчальних закладів України І-ІІ рівнів акредитації» [293], яка С. Козіброцьким охарактеризована як позитивний крок вперед, адже на фізичне виховання у вузах на всі курси відводилися безпрецедентні 630 годин. При цьому програма відповідала регіональним традиціям, матеріально-технічним та природним умовам, враховувала інтереси та уподобання учасників навчально виховного процесу тощо.

Однак високі навчальні навантаження та зміни способу життя молоді (збільшення часу за гаджетами) погіршували рівень рухової активності, і понад 70% студентів залишалися у групах ризику за ознакою низької фізичної активності та наявності шкідливих звичок.

Період 2010–2014 рр. відзначався активним упровадженням інновацій у сферу фізичного виховання, зокрема використанням цифрових технологій, інтерактивних методик і нових форм організації спортивно-оздоровчої роботи. Водночас економічна нестабільність і початок воєнного конфлікту істотно обмежили можливості системного розвитку галузі. Державна політика цього часу була зорієнтована переважно на інвестування у військово-спортивну підготовку, тоді як загальнонаціональне фінансування фізичної культури й спорту залишалося недостатнім. Це негативно позначилося на матеріально-технічному забезпеченні закладів вищої освіти, стримуючи оновлення спортивної інфраструктури та модернізацію навчально-методичної бази. Внаслідок цього розвиток студентського спорту, масових фізкультурно-оздоровчих заходів та впровадження інноваційних

технологій у навчальний процес відбувалися повільними темпами, ніж вимагали європейські стандарти й потреби сучасної молоді

У 2020–2022 рр. пандемія COVID-19 стала каталізатором глобальних викликів, серед яких варто відзначити уповільнення темпів розвитку світової економіки, зниження конкурентоспроможності національних господарств, руйнування усталених логістичних маршрутів та гальмування виробничих процесів. Ці тенденції зумовили ослаблення соціально-економічних систем і супроводжувалися погіршенням психічного та фізичного здоров'я населення.

У сфері фізичної культури й спорту наслідки пандемії проявилися у додаткових витратах на адаптацію освітнього процесу, впровадження дистанційних форматів занять та нових методик, що водночас призвело до зниження рівня рухової активності студентів. Бюджетні ресурси були переорієнтовані насамперед на медичну галузь і забезпечення соціальної стабільності, що суттєво обмежило фінансування спортивної інфраструктури закладів вищої освіти та негативно позначилося на можливостях реалізації спортивно-оздоровчих програм.

Таким чином, економічні чинники розвитку спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України (рівень і структура фінансування, доступність інвестицій, соціально-економічна стабільність країни) безперервно впливали на якість і ефективність спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО. Вони перебували під впливом суспільно-політичних змін, криз і реформ, визначаючи доступність спортивно-оздоровчих послуг, мотивацію молоді та стан здоров'я студентської молоді протягом трьох десятиліть. Важливо відзначити, що, незважаючи на економічні кризи і кадрові проблеми, сфера спортивно-оздоровчої діяльності демонструвала стійкість завдяки зростанню кількості суб'єктів господарювання, активній ролі малого бізнесу і появі нових форм фінансування. Однак низька державна підтримка, недостатній рівень фінансування та слабка матеріально-технічна база залишаються ключовими перешкодами для сталого розвитку галузі

Соціокультурні чинники істотно впливали на формування середовища для ефективного фізичного виховання студентської молоді. Це: стиль життя студентів, рівень їх соціальної активності, психоемоційний стан, а також культурно-традиційні настанови щодо фізичної культури й здорового способу життя.

У 1990-х роках, за роки незалежності України відбулося масштабне реформування мережі закладів освіти всіх рівнів з метою їх приведення у відповідність до потреб особистості, соціально-економічного розвитку держави та специфіки регіонів. У цьому контексті сформовано мережу національних університетів, які стали провідними осередками модернізації освітньої галузі, інтеграції в європейський та світовий освітній простір. На базі цих закладів було створено науково-методичні центри, покликані розробляти методологічні засади та теоретико-практичний інструментарій для оновлення змісту освіти, упровадження сучасних освітніх технологій, проєктування програм реформування та розвитку галузі.

В умовах державотворення зазнали суттєвого переосмислення історичні, концептуальні й методологічні основи теорії та практики фізичного виховання. Формування національної системи освіти актуалізувало необхідність вивчення та творчого переосмислення досвіду української національної школи, зокрема періоду активної українізації, коли було досягнуто значних результатів у трансформації школи з інструмента денаціоналізації в освітній заклад, наповнений українським національним змістом і цінностями. Саме ця історична спадщина, інтегрована в сучасні науково-методичні підходи, стала підґрунтям для побудови цілісної системи національного фізичного виховання, орієнтованої на поєднання культурно-історичних традицій із вимогами європейського освітнього простору.

Національне фізичне виховання в Україні, згідно з дослідженням Г. Грибана [294, с. 92] почало розвиватися на ґрунті давніх українських традицій, поступово змінювало свої структурні компоненти й функції, адаптуючись до нових соціокультурних умов. Народні звичаї та обряди знайшли відображення у спортивно-масових заходах, змаганнях з фізичного виховання, народних іграх,

забавах і розвагах, що стали важливим чинником формування здорового способу життя та патріотичного виховання молоді. Цей процес не є завершеним: він постійно оновлюється та набуває сучасних форм, продовжуючи активне існування у спортивно-оздоровчій діяльності студентської молоді незалежної України.

Найбільш поширеним напрямом упровадження масової фізичної культури у виховну роботу зі студентською молоддю стало проведення культурно-спортивних заходів у формі народних свят типу «Козацькі забави». Уперше такі ініціативи були започатковані на початку 1990-х років на Львівщині та Івано-Франківщині, а згодом набули традиційного характеру й активно поширилися в закладах освіти та позашкільних установах усіх регіонів України [171]. «Козацькі забави» та інші подібні форми масових фізкультурно-спортивних заходів проводилися з метою підвищення ефективності розвитку фізичної культури, стимулювання інтересу молоді до регулярних занять спортом, а також розширення суспільної участі у фізкультурному русі. Їхня організація спрямована на розв’язання низки ключових завдань:

-відродження національних традицій українського народу в аспектах тілесного, духовного та морального виховання;

-залучення широких верств населення, особливо учнівської та студентської молоді, до систематичних занять фізичною культурою і спортом;

-формування навичок здорового способу життя на основі багатого досвіду національних культурно-педагогічних традицій [27].

Такі заходи поєднували елементи національної культури, історичної пам’яті та сучасних методик фізичного виховання, що робить їх дієвим чинником виховання патріотизму, зміцнення фізичного здоров’я та розвитку соціальної активності студентської молоді.

Водночас, на тлі глибоких політико-економічних трансформацій і розпаду радянської системи, спостерігалося зниження масової фізичної активності студентів, зумовлене не лише недостатньою організацією спортивних заходів, а й трансформацією соціальних цінностей, унаслідок чого фізична культура втрачала

статус суспільного пріоритету. За наявними на той час статистичними даними, близько 60 % студентів мали низький рівень рухової активності, що супроводжувалося зростанням захворюваності та погіршенням загального стану здоров'я молоді.

Початок 2000-х рр. позначився частковою стабілізацією ситуації завдяки реформуванню системи фізичного виховання та впровадженню програм підтримки студентського спорту. Проте високі навчальні навантаження, нові форми дозвілля та стрімке поширення цифрових технологій, що зумовлювали тривалу сидячу діяльність, сприяли поширенню гіподинамії й погіршенню стану здоров'я студентської молоді. За статистичними даними того періоду, понад 70 % студентів перебували у групах ризику через низьку рухову активність і схильність до шкідливих звичок, що супроводжувалося зростанням рівня хронічних захворювань, посиленням стресових та несприятливих екологічних чинників. У відповідь на ці виклики у 2001 р. Творчий колектив фахівців у галузі валеологічної освіти та виховання (С. Страшко, М. Гриньова, Л. Животовська та ін.) розробив Концепцію валеологічної освіти педагогічних працівників [114], спрямовану на формування цілісного валеологічного світогляду майбутнього вчителя як важливого чинника його адаптації до нової гуманістично орієнтованої педагогічної парадигми.

У 2010-х роках посилилася соціальна свідомість щодо значення здорового способу життя, що відобразилося в реалізації національних інформаційно-просвітницьких кампаній, запуску стратегічних програм та формуванні мережі студентських спортивних клубів. Водночас початок російсько-української війни у 2014 р. і наступні соціальні потрясіння істотно ускладнили подальший розвиток СОР. Психологічний стрес, соціально-економічна нестабільність і скорочення фінансових ресурсів призвели до зниження мотивації молоді та погіршення показників здоров'я. Так, згідно з дослідженням О.Мозгового [143], у період з 2005 по 2011 рр. Простежувалася стійка тенденція до зростання кількості студентів із послабленим здоров'ям (пікове у 2010 р.), після чого показники дещо знизилися,

проте частка осіб спеціальних і підготовчих медичних груп та повністю звільнених від занять фізичним вихованням залишалася стабільно високою.

Період пандемії COVID-19 (2020–2022 рр.) став критичним викликом для підтримання фізичної активності студентів. Закриття спортивних споруд, перехід на дистанційне навчання та обмеження масових заходів спричинили падіння рівня рухової активності більш як на 40 %, що негативно позначилося на психоемоційному стані та загальному здоров'ї студентської молоді. За результатами моніторингових досліджень, частка студентів, які систематично займаються спортом, скоротилася до приблизно 25 %, а поширеність хронічних захворювань помітно зросла.

О. Черевичко та Є. Щеглов [305] пояснювали негативну динаміку стану здоров'я студентів закладів вищої освіти низкою проблем сучасної вищої школи: домінуванням навчальної діяльності над руховою активністю; відсутністю системного обліку фізичних і розумових навантажень протягом навчального дня; скороченням годин на фізичну культуру й спорт через зростання обсягу академічних занять і недостатнім використанням їхнього потенціалу для зняття фізичного та психічного напруження; а також недоліками в організації активного відпочинку, що призводить до фактичного виключення оздоровчо спрямованих фізкультурно-масових заходів із процесу фізичного виховання.

У відповідь на ці соціальні виклики з 2019 р. у закладах вищої освіти активізувалася робота з розроблення та впровадження комплексних програм зміцнення здоров'я, формування здоров'язбережувального освітнього середовища, стимулювання соціальної активності студентів і впровадження інноваційних технологій фізичного виховання. Їхньою метою стало підвищення загального рівня фізичної підготовленості та якості життя молоді в умовах динамічних соціальних змін. Так, для підвищення показників рівня соматичного здоров'я (РСЗ) студентської молоді в умовах дистанційного навчання у Сумському державному педагогічному університеті імені А. С. Макаренка групою вчених було розроблено комплекс заходів з оптимізації фізкультурно-оздоровчої діяльності. Запропонована

програма охоплювала різноманітні види фізичної активності, адаптовані до домашнього простору, зокрема: короткі фізкультурні паузи між навчальними парами, гейміфіковані завдання, міні-квести, руханки та розминки. До системи були включені елементи самоконтролю – регулярне вимірювання частоти серцевих скорочень, моніторинг маси тіла, ведення щоденника індивідуального здоров'я, а також використання мобільних застосунків *Strava* та *Кроки* для відстеження рухової активності. Додатковим компонентом виступала побутова рухова діяльність (робота по господарству), що сприяла збільшенню загального обсягу фізичного навантаження протягом дня [124].

Отже, у 1990–2022 рр. СОР в українських ЗВО розвивалася під впливом комплексу соціокультурних чинників – від зміни ціннісних орієнтирів та культури здорового способу життя до коливань рівня рухової активності, мотивації студентів, соціальної підтримки й доступності спортивної інфраструктури, а також кризових явищ (війна, пандемія). У цьому контексті постає потреба не лише в комплексному підході до організації фізичного виховання та розробленні програм оздоровлення студентської молоді, а й у науковому осмисленні історичної динаміки самої спортивно-оздоровчої роботи.

Спираючись на результати досліджень українських учених (В. Вербицький [41], Г. Грибан [51, 52], А .Сергєєв [245] та ін.), можна визначити низку етапів еволюції її змісту у ЗВО України [19]:

- 1991–2000 роки: період трансформації системи фізичного виховання, пошук нових форм та методів організації занять;

- 2001–2010 роки: впровадження інноваційних технологій у фізичне виховання, розвиток спортивної інфраструктури;

- 2011–2020 роки: активізація інтеграційних процесів у європейський освітній простір, впровадження компетентнісного підходу у фізичне виховання;

- 2021–2025 роки: адаптація системи фізичного виховання до умов дистанційного навчання та воєнного стану, впровадження онлайн-ресурсів, цифровізація освітнього процесу.

Відтак, враховуючи історичну трансформацію СОР у ЗВО, відповідно до розроблених критеріїв: *історичний* (аналіз еволюції спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО під впливом суспільно-політичних, економічних і соціальних факторів); *правовий* (формування нормативно-правової бази для розвитку спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України); *дидактичний* (аналіз змісту, методів і форм спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО), пропонуємо авторську періодизацію досліджуваної проблеми.

Перший етап (1993–2004 рр.): становлення системи спортивно-оздоровчої роботи – став періодом формування національних засад розвитку фізичної культури та пошуку власної моделі СОР у ЗВО незалежної України.

Після проголошення незалежності й відмови від радянської централізованої моделі управління постала необхідність розбудови власної законодавчої та інституційної бази. Важливим кроком стало прийняття Закону України «Про фізичну культуру і спорт» (1993), який уперше визначив фізичну культуру і спорт пріоритетним напрямом гуманітарної політики, закріпив право студентської молоді на систематичні заняття фізичною активністю, започаткував демократизацію управління галуззю та створив основу для розроблення державних програм підтримки студентського спорту й масової фізичної культури.

Водночас цей період позначився глибокими соціально-економічними викликами. Економічна криза 1990-х років і перехід до ринкових відносин призвели до різкого скорочення державного фінансування сфери фізичного виховання, зниження бюджетних видатків на спортивну інфраструктуру закладів вищої освіти більш ніж на дві третини, занепаду значної кількості спортивних споруд та зменшення обсягів масових заходів. Наслідком стало поширення гіподинамії: за статистичними даними того часу, близько 60 % студентів мали низький рівень рухової активності, що негативно впливало на стан їхнього здоров’я.

Попри економічні труднощі, саме на цьому етапі почали формуватися нові підходи до змісту та форм СОР. Поступово розширювалися навчальні плани:

впроваджувалися курси з валеології, основ здорового способу життя, фітнес-програми та оздоровча аеробіка, що відповідало сучасним потребам студентів і започатковувало компетентнісний підхід до фізичного виховання. Посилилася увага до національно-культурного виміру фізичної культури. В університетському середовищі поширювалися культурно-спортивні свята на зразок «Козацьких забав», народні ігри та змагання, які поєднували відродження українських традицій тіловиховання з оздоровчими практиками, сприяли формуванню патріотичних почуттів і вихованню культури здорового способу життя.

Інституційні зміни також відіграли помітну роль: створення та неодноразова реорганізація Міністерства у справах молоді та спорту, розширення мережі науково-методичних центрів при національних університетах забезпечили підґрунтя для розроблення методології, освітніх технологій та програм розвитку СОР. Усе це свідчить, що перший етап був часом інтенсивного пошуку оптимальної моделі фізичного виховання, коли криза матеріальних ресурсів поєднувалася з активним процесом формування правових, організаційних і культурно-методичних засад подальшої модернізації галузі та інтеграції її в європейський освітній простір [26].

Отже, перший етап розвитку системи СОР у ЗВО України (1991–2004 рр.) характеризувався поєднанням кризових явищ, спричинених соціально-економічною ситуацією, із процесами пошуку нових моделей організації та нормативним закріпленням фізичного виховання як складової вищої освіти. Незважаючи на фінансові труднощі, саме в цей час були закладені фундаментальні правові, організаційні й культурно-методичні засади подальшого розвитку СОР у ЗВО. Цей період став основою для подальшої модернізації фізичного виховання, його інтеграції в європейський освітній простір та утвердження здоров’язбережувальної місії університетів.

Другий етап (2004–2014 рр.): розвиток та інституалізація спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України став періодом активного розширення, упорядкування та інституалізації цієї сфери на основі здобутків попереднього

десятиліття. Поступова економічна стабілізація країни та орієнтація на європейську інтеграцію створили умови для впровадження нових державних і галузевих програм, що поєднували фізичне виховання, здоров'язбереження та розвиток студентського спорту. На законодавчому рівні відбувалося подальше зміцнення нормативної бази: розроблялися та впроваджувалися цільові державні програми, оновлювалися стандарти вищої освіти, у яких фізична культура визнавалася важливою складовою освітнього процесу й елементом формування компетентностей.

Цей період позначився суттєвим удосконаленням організаційних структур. Університети створювали спеціалізовані кафедри та центри фізичного виховання, спортивні клуби та секції, формували власні програми розвитку студентського спорту, що дозволило підвищити якість управління та координації спортивно-оздоровчої роботи. Важливою тенденцією стала активна співпраця закладів вищої освіти з органами місцевого самоврядування та громадськими організаціями, що сприяло проведенню масштабних спортивно-масових заходів, студентських спартакіад, фестивалів здоров'я та популяризації національних традицій фізичної культури [26].

Значний вплив на зміст спортивно-оздоровчої роботи мала європейська інтеграція. Приєднання України до Болонського процесу та орієнтація на європейські стандарти освіти стимулювали оновлення навчальних планів, упровадження компетентнісного підходу та сучасних методик фізичного виховання. Розвивалися інноваційні форми роботи: інтерактивні технології, проектні методи, оздоровчі фітнес-програми, елементи спортивного менеджменту й маркетингу. Одночасно зростала увага до індивідуальних траєкторій розвитку студентів, мотивації до здорового способу життя та формування вмінь самоконтролю фізичної активності.

Проте розвиток цієї сфери відбувався в умовах нових соціально-економічних викликів. Поступове поширення комп'ютеризації й цифрових технологій супроводжувалося зростанням тривалості сидячої діяльності та гіподинамії серед

студентів, що вимагало додаткових профілактичних і мотиваційних заходів. У другій половині етапу ситуація ускладнилася політичною нестабільністю та початком воєнного конфлікту на сході України, що зумовило переорієнтацію частини спортивно-оздоровчих програм на військово-патріотичну підготовку, запровадження елементів прикладних видів спорту та захисної підготовки.

Отже, 2004–2014 рр. стали етапом інтенсивного розвитку й інституційного зміцнення системи спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України, що поєднував модернізацію нормативно-правової бази, розбудову інфраструктури, впровадження європейських стандартів та інновацій з урахуванням національних традицій і суспільно-політичних викликів.

Третій етап (2014–2022 рр.): інновації та інтеграція до європейського освітнього простору ЗВО України – вирізнявся активним упровадженням інновацій та поступовою інтеграцією у європейський освітній простір на тлі глибоких суспільно-політичних і безпекових викликів. Початок російсько-української війни у 2014 р. Суттєво вплинув на зміст фізичного виховання, зумовивши переорієнтацію частини програм на військово-патріотичну підготовку та прикладні види спорту. Університети створювали військово-спортивні клуби, вводили елементи тактичної, стройової та вогневої підготовки, проводили ігри та змагання на кшталт «Сокіл» («Джура») і «Хортинг-Патріот», формуючи в молоді готовність до захисту держави та відповідальність за її безпеку.

Паралельно поглиблювалася інтеграція у європейський освітній простір: розвивалися партнерські програми, обміни, спільні проєкти, а компетентнісний підхід утвердився як основа змісту фізичного виховання. У навчальні плани впроваджувалися сучасні курси з менеджменту здоров’я, спортивного маркетингу, індивідуальних траєкторій фізичного розвитку. Активно використовувалися цифрові технології: онлайн-курси, мобільні застосунки для моніторингу рухової активності, системи контролю фізичної підготовленості студентів, що відповідало вимогам європейських стандартів та сприяло формуванню культури здорового способу життя [26].

Важливим чинником стала пандемія COVID-19 (2020–2022 рр.), яка різко змінила умови організації спортивно-оздоровчої роботи. Закриття спортивних споруд і перехід на дистанційне навчання стимулювали пошук нових форматів: розроблялися комплекси вправ для домашнього середовища, гейміфіковані завдання, міні-квести, онлайн-змагання, використовувалися цифрові платформи та фітнес-застосунки (Strava, «Кроки»). Ці інновації забезпечили підтримання рухової активності студентів, сприяли профілактиці гіподинамії та збереженню психоемоційного балансу.

Соціокультурний аспект також набув нових рис: національно-патріотичне виховання поєдналося з європейськими цінностями здоров'я, інклюзивності та безпеки. Університети розвивали студентські спортивні клуби як осередки громадянської активності, залучали молодь до соціальних і волонтерських проєктів, інтегрували фізичну культуру у ширші стратегії формування здоров'язбережувального середовища.

Отже, третій етап (2014–2022 рр.) став періодом активних інновацій та поглибленої інтеграції системи спортивно-оздоровчої роботи закладів вищої освіти України до європейського освітнього простору, що поєднав упровадження компетентнісного підходу, цифрових технологій і дистанційних форматів навчання з розвитком військово-патріотичних програм, модернізацією інфраструктури та посиленням міжнародного співробітництва на тлі викликів російської агресії й пандемії COVID-19.

Таким чином, розвиток спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України пройшов три основних етапи: становлення системи спортивно-оздоровчої роботи (1993–2004 рр.), розвиток та інституалізація у ЗВО України (2004–2014 р.), інновації та інтеграція до європейського освітнього простору ЗВО України (2014-ті роки – 2022 рр.). Кожен із цих етапів характеризується своїми особливостями, тенденціями та проблемами.

Аналіз понятєво-категоріального апарату дослідження дав підстави для авторського визначення категорії «спортивно-оздоровча робота у ЗВО».

Результати аналізу проблеми становлення і розвитку спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України у 90-х рр. XX–першій чверті XXI дозволили джерельну базу з тематики дисертації систематизувати на групи.

У першій групі представлені нормативно-правові акти, що заклали законодавчі та організаційні основи функціонування фізичного виховання й студентського спорту. Друга група охоплює дисертаційні та монографічні дослідження, у яких висвітлюються окремі аспекти розвитку фізичної культури, спорту та освітньої політики держави. Третя група включає навчально-методичні праці, що забезпечили практичне впровадження знань у навчальний процес і відобразили прагнення інтегрувати спортивно-оздоровчу діяльність у підготовку студентської молоді.

У дослідженні проаналізовано соціально-політичні, економічні та соціокультурні передумови становлення й розвитку спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України у 1991–2022 рр. з'ясовано, що еволюція цієї сфери відбувалася під впливом комплексу чинників – від державної політики та законодавчих ініціатив до трансформації суспільних цінностей, зміни способу життя молоді, економічних криз, війни й пандемії COVID-19.

Період 1993–2004 рр. визначено як етап становлення системи спортивно-оздоровчої роботи, коли на тлі глибоких соціально-економічних проблем було закладено фундаментальні правові та організаційні засади розвитку фізичного виховання у вищій школі. Прийняття Закону України «Про фізичну культуру і спорт» (1993), розроблення перших державних програм підтримки студентського спорту, започаткування національно орієнтованих форм масових фізкультурно-спортивних заходів та впровадження валеологічної освіти педагогічних кадрів створили підґрунтя для подальшої модернізації галузі.

Другий етап (2004–2014 рр.) охарактеризувався розвитком та інституалізацією спортивно-оздоровчої роботи: зміцненням нормативно-правової бази, активною розбудовою спортивної інфраструктури, утвердженням компетентнісного підходу та поступовою інтеграцією європейських стандартів у зміст фізичного виховання.

Розширення мережі студентських клубів, співпраця з місцевими громадами та громадськими організаціями, упровадження інноваційних технологій сприяли підвищенню якості фізкультурно-оздоровчої діяльності.

Третій етап (2014–2022 рр.) став періодом інновацій та євроінтеграції в умовах воєнних і глобальних викликів. Початок російсько-української війни зумовив посилення військово-патріотичної складової та впровадження прикладних видів спорту, тоді як пандемія COVID-19 прискорила цифровізацію й перехід до дистанційних форматів занять. Використання онлайн-платформ, мобільних застосунків для моніторингу рухової активності, розвиток нових форм самоконтролю здоров'я та індивідуальних програм забезпечили збереження й підвищення рівня фізичної активності студентської молоді.

Отже, упродовж трьох десятиліть спортивно-оздоровча робота у ЗВО України пройшла складний шлях від пошуку національної моделі й закріплення базових правових засад до інтенсивного впровадження інновацій та європейських стандартів. Ця еволюція підтверджує її стратегічну роль у формуванні здорового способу життя, підвищенні якості підготовки майбутніх фахівців та зміцненні людського потенціалу країни.

Основні положення відображені у публікаціях автора [19; 21; 26; 27].

РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЙНО-ПЕДАГОГІЧНІ ЗАСАДИ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧОЇ РОБОТИ ЗІ ЗДОБУВАЧАМИ ВИЩОЇ ОСВІТИ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ УКРАЇНИ (90-ті рр. ХХ–перша чверть ХХІ ст.)

2.1 Становлення спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України (1993–2004рр.)

У межах окресленого періоду розглянемо організаційно-педагогічні засади СОР у ЗВО України як цілісну систему з цільовим, змістовим і операційно-діяльнісним компонентами. Еволюція цієї системи відбувалася від нормативного окреслення цілей і завдань до практик організації занять та позааудиторних форм, що дає змогу відстежити поступ змісту й технологій СОР у вищій школі. Ми розумітимемо їх як системний аналіз, що включає цільовий, змістовий та операційно-діяльний компоненти спортивно-оздоровчої роботи здобувачами освіти у ЗВО.

На кожному з визначених нами історичних етапів (90-ті рр. ХХ ст.–перша чверть ХХІ ст.) розглядатиметься їх розвиток – від формулювання цілей і завдань, змісту і напрямків діяльності до практичних методів і форм організації спортивно-оздоровчої роботи з молоддю. Такий підхід дозволить простежити еволюцію, трансформацію та вдосконалення спортивно-оздоровчої роботи в системі вищої освіти України .

На початку 90-х рр. ХХ ст. в українському суспільстві спортивно-оздоровча робота у ЗВО України набула нового значення та ваги як важливий чинник забезпечення гармонійного фізичного, психічного та соціального розвитку здобувачів вищої освіти. Як свідчить аналіз, загалом організаційно-педагогічні аспекти спортивно-оздоровчої роботи зі здобувачами освіти у ЗВО України у досліджуваному періоді потребували детального комплексного підходу, насамперед на рівні держави.

На основі детального аналізу джерельної бази нами розроблено структуру спортивно-оздоровчої роботи у ВНЗ (тепер ЗВО) України відповідно релевантну етапам розвитку (див. табл 2.1.)

Таблиця. 2.1

Структура спортивно-оздоровчої роботи зі студентами у ЗВО України

Етапи	**Мережа закладів /інституції**	**Спортивна-оздоровча робота**
1993–2004	ЗВО усіх форм власності Кафедри фізичного виховання Спортивні секції Об'єкти спортивної інфраструктури	Викладання предмета «Фізичне виховання» – обов'язкові заняття з фізичного виховання (4 семестри) Індивідуальні заняття Гуртки, секції, спартакіади Профілактичні лекції, консультації лікарів
2004–2014	ЗВО усіх форм власності Кафедри фізичного виховання Студентські спортивні клуби позааудиторні гуртки Центри фізичного виховання студентів	Факультативи Програма «Фізичне виховання здоров'я нації» Міжфакультетські змагання Профорієнтаційна роль спорту
2014- 2022	ЗВО усіх форм власності Кафедри фізичного виховання Центри студентського спорту Цифрові сервіси (фітнес додатки Фітнес-клуби Програми психофізичного відновлення	Варіативні модулі, функціональні тренінги Індивідуальні освітні траєкторії Інклюзивні програми Welness-фестивалі Онлайн-моніторингові активності

Як видно з табл. 2.1, окремі компоненти структури є частково умовними, адже їх складові змінювалися упродовж визначених нами етапів.

Спортивно-оздоровча робота зі здобувачами вищої освіти, відповідно до нормативно-законодавчої бази України досліджуваного періоду [210; 224] здійснювалася у всіх типах ЗВО: класичних, технічних, педагогічних, медичних, мистецьких, аграрних, військових, університетах фізичного виховання і спорту та ін. *Класичні й технічні ЗВ*О вибудували розгалужені мережі секцій, клубів, календарі спартакіад, партнерські майданчики (Львівський національний університет імені Івана Франка, Національний технічний університет України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського», Національний університет «Львівська політехніка», Сумський державний університет та ін.). *Педагогічні ЗВО* детально працювали над спортивно-оздоровчою роботою (СОР) в аудиторній діяльності. Військові заклади вищої освіти у спортивно-оздоровчій роботі з молоддю дотримувались прикладної тренувальної домінанти [100; 107; 145; 165; 277].

У*ніверситети фізичної культур*и та спорту забезпечували професійну підготовку тренерів, викладачів і дослідників.

На першому етапі (1993–2004– рр.) система спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України функціонувала в умовах освітньої та фізкультурної політики держави. У Державній програмі розвитку фізичної культури і спорту (1993), детально окреслено операційно-діяльнісний компонент та стратегію державної підтримки галузі [213]. Наприкінці ХХ ст. державна політика змістила акцент на оздоровлення нації: Указом Президента від 1 вересня 1998р. було ухвалено Цільову комплексну програму «Фізичне виховання – здоров’я нації» [286], яка мала на меті створити умови для зміцнення здоров’я молоді засобами масової фізкультури. Відповідно до неї в ЗВО активізувалася робота з впровадження оздоровчих технологій, пропаганди здорового способу життя, залучення студентів до рухової активності. Вона стала поштовхом до розвитку

спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО. На локальному рівні кожен заклад освіти розробляв Положення про кафедри фізичного виховання, спортивні клуби тощо.

Нормативне поле першого етапу СОР формували державні програми та закони України «Про освіту», «Про вищу освіту», «Про фізичну культуру і спорт», а також підзаконні документи МОН України, локальними статутами закладів і галузевими стандартами освітньої програми [286]. Попри чітку нормативну підтримку, у документах спостерігалося недостатнє розмежування освітньої, оздоровчої та спортивної складників, що іноді зумовлювало формалізм упровадження. З одного боку, держава створювала регулятивні умови; але практична реалізація часто обмежувалася декларативними заходами без цілісних механізмів оцінювання ефективності.

Загалом цільовий та змістовий компоненти спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України удосконалювались відповідно до змін в державній політиці, освітньому законодавстві та соціально-економічному контексті країни.

Мета спортивно-оздоровчої роботи зі студентами у ЗВО України на початку 90-х рр. XX ст. визначалась пріоритетами державної політики у сфері охорони здоров’я молоді, фізичного виховання, формування здорового способу життя та національно-патріотичного виховання. Важливим її аспектом і стало зміцнення здоров’я студентської молоді, підвищення її фізичної активності, формування відповідального ставлення до власного здоров’я та створенні умов для повноцінної фізичної самореалізації в освітньому середовищі. [286].

У ст. 26 Закону України «Про фізичну культуру і спорт» зазначалося, що основною метою фізичної культури є: «забезпечити розвиток фізичного здоров’я учнів та студентів, комплексний підхід до формування розумових і фізичних здібностей особистості, вдосконалення фізичної та психологічної підготовки до активного життя, професійної діяльності на принципах індивідуального підходу, пріоритету оздоровчої спрямованості, широкого використання різноманітних засобів та форм фізичного виховання і масового спорту, безперервності цього процесу протягом усього життя» [224, ст. 26].

В організації СОР важливим став той факт, що нормативне поле спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України не передбачало чіткого розмежування між освітньою, оздоровчою та спортивною компонентами. Це призводило до домінування формального підходу у роботі з молоддю.

Упродовж 1993–2004рр. до питання спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України з погляду практичних орієнтацій підходили з різних позицій: з однієї – вона перебувала під особливим контролем і опікою держави, що підтверджувалось прийняттям відповідних законодавчих актів та нормативних документів; з іншої – практична реалізація цих ініціатив часто мала формалізований характер, обмежуючись декларативними заходами без належного системного втілення.

Аналіз вищезазначених документів, що регламентували спортивно-оздоровчу роботу зі студентською молоддю в зазначений період, засвідчив наявність критичної рефлексії щодо стану та ефективності такої діяльності. У ВНЗ лише на словах домінували питання позитивного трактування спортивно-оздоровчої роботи з молоддю, переважало декларування позитивного ставлення до спортивно-оздоровчої роботи з молоддю, однак на практиці це нерідко обмежувалося формальним виконанням вимог. Це, на наше переконання, не сприяло об’єктивному оцінюванню реального стану справ у сфері спорту та оздоровлення молоді у вищій освіті та формування адекватних механізмів її вдосконалення.

Така двоїстість підходів від державної підтримки до формального її виконання створювала додаткові труднощі у досягненні цілей та змісту спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України на початковому етапі незалежності держави.

У законодавчій базі та документах, що стосувалися спортивно-оздоровчої роботи зі студентами не знаходимо критичного аналізу цілей і змісту спортивно-оздоровчої роботи з молоддю, лише позитивне розуміння і ставлення до фізичної культури та спорту загалом.

Водночас на місцях ВНЗ дбали про оздоровлення молоді: важливим було формування базового рівня фізичної підготовки студентів, розвиток життєво

необхідних рухових умінь і навичок, зміцнити здоров'я та підготовці до трудової діяльності.

Аналіз навчальних планів педагогічних ВНЗ та їх навчально-методичного їх супроводу та показав, обов'язковість «Фізичного виховання» як складника спортивно-оздоровчої роботи й відновлення мережі секцій, клубів, студентських спортивних змагань та механізму залучення широких студентських мас [108; 289].

На цьому етапі акцент у спортивно-оздоровчій роботі робився на забезпеченні обов'язкових занять з навчальної дисципліни «Фізичне виховання» для всіх спеціальностей [289; 311]. Цільовий компонент цієї діяльності еволюціонував повільно – від реалізації обов'язкових мінімально необхідних вимог щодо спортивно-оздоровчої роботи з молоддю у ЗВО України до формування багатовекторної моделі, що інтегрувала у собі освітню, оздоровчу, виховну, соціальну та рекреаційну функції.

Аналіз джерельної бази засвідчив, що типовим для кінця 90-хх рр. ХХ ст. – початку ХХІ ст. стало поєднання обов'язкових занять з варіативними спортивними секціями. У Базовій навчальній програмі та робочих програмах збережених в архівах кафедр ЗВО України) домінували цілі підтримки здоров'я особистості, її працездатності, розвиток базових рухових якостей, участі у масових стартах [292].

У цей час уже відбулися концептуальні й організаційні зміни позааудиторної спортивно-оздоровчої роботи (кінець 1990-х рр.). Серед основних на той період визначено:

- переорієнтацію молоді на ідеї здоров'язбереження;

-розширення поняття спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО від валеології, до здорового способу життя, профілактики захворювань;

-впровадження нових підходів до рухової активності, її масовості, особистісного самовираження через спорт [183];

- популяризацію рухової активності молоді;

- урізноманітнення форм спортивно-оздоровчої роботи зі студентами: запровадження універсіад, спартакіад ЗВО;

- розвиток спортивних секцій, факультативів і спортивних клубів тощо;

- формування особистісних, моральних і лідерських якостей через командну роботу, турніри, спортивні акції, волонтерство тощо;

- спрямування спортивно-оздоровчої роботи на соціалізацію, адаптацію до колективу через спільну участь у спортивних заходах [2].

Проаналізуємо еволюцію змісту спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України визначеного нами етапу. Концептуальні засади змісту СОР визначено Законом України «Про фізичну культуру і спорт». СОР визнавалася складником загальнолюдської культури й необхідною умовою повноцінного розвитку особистості. У цьому законі окреслено державну відповідальність за підтримку СОР серед молоді як у навчальній, так і в позанавчальній діяльності [224].

До мережі закладів, що здійснювали СОР відносили ЗВО всіх типів і форм власності, кафедр фізичного виховання та спорту тощо. Аудиторну роботу як обов'язковий компонент навчальної діяльності у закладах вищої освіти України в період 1993–2004 рр. було закріплено в Типовій навчальній програмі з дисципліни «Фізичне виховання» для закладів вищої освіти, затвердженій наказом Міністерства освіти України від 15 липня 1994 р. № 247 [274].

Відповідно до наказів МОН України (1993, 1996, 2003) спортивно-оздоровча робота інтегрувалась у зміст навчальних планів, програм.

На першому етапі вивчення «Фізичного виховання» упродовж чотирьох семестрів (двох років), а в окремих випадках - усього періоду навчання з планом забезпечення оптимального рівня фізичної підготовленості студентів, зміцнення їхнього здоров'я та профілактики захворювань [218; 274] .

Ключовими цільовими орієнтирами спортивно-оздоровчої роботи в ЗВО було забезпечення базового рівня фізичної підготовки студентів, профілактики захворювань, адаптації до навчального навантаження.

Зобов'язання включати до навчального плану дисципліну «Фізичне виховання» як обов'язковий елемент закладів вищої освіти було закріплено згодом наказом Міністерства освіти України від 25 травня 1998 р. № 188 «Про нормативні

документи з фізичного виховання», а саме в пункті 2.2.1, де наголошувалось що навчальна дисципліна «Фізичне виховання» вводиться як обов'язкова для всіх вищих навчальних закладів в обсязі, визначеному державними стандартами освіти [274, с.29].

У 1998 масовізацію рухової активності молоді р. зміст СОР було розширено і передбачено вивчення основних засад спортивно-оздоровчої роботи молоді що подано у розробленій МОН України «Базовій програмі з фізичного виховання для вищих навчальних закладів I–II, III–IV рівнів акредитації» (1998) [292].

Здійснений науковий пошук показав, що на початку етапу зміст спортивно-оздоровчої роботи зі студентською молоддю ще спирався на радянські традиції. Заняття з «Фізичного виховання» проводилися переважно у формі загальної фізичної підготовки, з орієнтацією на показники силової, витривалої та швидкісної підготовленості студентів [292].

СОР у ЗВО на початку 90-х рр. XX ст. як важливий компонент розвитку фізичного виховання особистості була, хоча рекомендованою, обов'язковою в освітньому процесі ВНЗ, однак потребувала зміни акцентів [210; 224].

У цьому контексті у ВНЗ здійснювалось:

- формування здорового способу життя, фізичної й психологічної стійкості молоді;
- розвиток соціальних компетентностей, згуртованості студентського колективу через спорт та оздоровчу діяльність
- обов'язкове навчання основам СОР під час ОК «Фізичне виховання»;
- організація профілактичних програм збереження здоров'я, психологічної підтримки, медичних оглядів, формування навичок здорового способу життя;
- розвиток рухової активності;
- залучення студентів до занять плаванням, ігровими видами спорту, легкою атлетикою тощо;
- організація гуртків і клубів, що сприяли фізичному розвитку студентів і формуванню здоров'я;

- організація традиційних дитячо-юнацьких секцій до спеціалізованих спортивних програм (футбол, бокс, легка атлетика, боротьба тощо);

- робота студентських гуртків, спортивних клубів та об'єднань, які мали статус громадських організацій при ЗВО, забезпечували розвиток фізичного виховання, масового спорту й здоров'я у студентському середовищі;

- масові спортивні свята;

- організація оздоровчих таборів для студентів;

- участь у студентських олімпіадах, універсіадах, змаганнях різного рівня [4, с. 6-9; 221; 224; 316].

Створення умов для індивідуальних оздоровчих програм, з урахуванням студентських інтересів та потреб, залучення сучасної джерельної бази доводить, що спортивно-оздоровча робота у ЗВО була важливим структурним елементом освітнього процесу й комплексної виховної діяльності [4, с. 6-9; 221; 224; 316].

Попри чітко визначені завдання, у більшості ВНЗ (за винятком окремих фізкультурно-спортивних ЗВО) вона все ж не виокремлювалася як окремий тематичний напрям у структурі виховної роботи [80; 111; 196; 253].

Зазвичай вона реалізувалась через обов'язкові дисципліни («Фізичне виховання»), а також через позааудиторні програми, розроблені у ЗВО відповідно до освітніх і спортивних вимог та стандартів [187; 224].

Проаналізуємо зміст СОР у курсі «Фізичне виховання». У структурі курсу домінували легкоатлетичний та гімнастичний зміст, обов'язкові нормативи з витривалості, сили, швидкісно-силових якостей, елементи спортивних ігор (баскетбол, волейбол, футбол) та єдиноборств, розподіл студентів за медичними групами і відпрацювання індивідуальних завдань під контролем кафедри [292].

Відповідно до «Державних вимог до системи фізичного виховання дітей, учнівської й студентської молоді» (1996) встановлювалась мінімальна кількість обов'язкових навчальних занять з фізичного виховання в академічних годинах на тиждень для всіх етапів освіти, зокрема й для студентів ЗВО. Тут наголошувалось, що у закладах вищої освіти незалежно від спеціальності навчальна дисципліна

«Фізичне виховання» є обов'язковою протягом усього періоду навчання у ЗВО…. Мінімальна кількість обов'язкових занять (в академічних годинах) на тиждень – дві» [60].

В уніфікованих робочих програмах з дисципліни «Фізичне виховання» в закладах вищої освіти України (III–IV рівнів акредитації) 1994–2004 рр. у модулі спортивно-оздоровчої роботи студентської молоді передбачалися вивчення таких тем, що корелювали з СОР:

-теоретичні основи фізичного виховання, оздоровчої фізкультури та спорту;

- педагогічні і психологічні аспекти організації спортивно-оздоровчої діяльності;

-біомеханіка і фізіологія руху, контроль фізичної працездатності;

- методи й засоби загальної фізичної підготовки (силові, витривалі, швидкісні вправи);

- організація та проведення загальнорозвиваючих вправ і розминок;

- спортивно-оздоровчі комплекси з елементами легкої атлетики;

- оздоровчі вправи із застосуванням спортивного інвентарю (м'ячі, еспандери, гімнастичні тренажери);

- вправи на формування рухової координації і гнучкості;

- організація та методика проведення занять з аеробіки

- плавання як засіб оздоровлення та зміцнення здоров'я;

- організація ігрових видів спорту (волейбол, баскетбол, футбол) в оздоровчому режимі;

- масові спортивні заходи і змагання (універсіади, турніри, спортивні свята);

- медико-біологічні основи професійного захворювання і травматизму;

- перша медична допомога і техніка безпеки під час фізичних вправ;

- само- і взаємоконтроль за станом здоров'я та результатами фізичних навантажень [235, с. 12-15].

Ці теми мали цільове спрямування на здоровий спосіб життя, розвиток фізичної та психологічної стійкості студентів, а також надання знань з методики організації спортивно-оздоровчих занять у ВНЗ.

Починаючи з 2001 р. МОН України, розробивши Типову програму з фізичного виховання для студентів ЗВО, передбачило модульну організацію навчання, де студенти могли обирати вид спорту чи рухової активності відповідно до своїх інтересів і стану здоров'я [149]. Це, на наше переконання, давало можливість розвивати власне зацікавлення молоді та бажання займатися спортивно-оздоровчою діяльністю.

Щодо змісту дисципліни «Фізичне виховання» у ЗВО, він полягав у розвитку фізичних якостей, оволодінні базовими руховими вміннями та залученні студентів до традиційних видів спорту – легкої атлетики, гімнастики, спортивних ігор, лижної та плавальної підготовки [56];

Дещо вирізнявся зміст аудиторної спортивно-оздоровчої роботи для спеціалізованих груп: для них СОР характеризувалася поглибленою спортивною спеціалізацією, систематичними тренуваннями та участю у змаганнях на регіональному, всеукраїнському та міжнародному рівнях. Для інших ЗВО – була переважно факультативною та мала оздоровчо-рекреаційний характер.

На основі аналізу різноманітних програм з «Фізичного виховання» періоду незалежності України для спеціалізованих, педагогічних і вищих закладів освіти (чинних з 1991 до 2004 рр.) ми дійшли висновку, що у програмах для груп спортивної спеціалізації спортивно-оздоровча робота з молоддю не виокремлювалася в окремий блок. В оцінюванні передбачалися «індивідуальні зрушення у фізичній та технічній підготовці студентів» [67].

Аналіз джерельної бази, зокрема Базової навчальної програми «Фізичне виховання у вищих навчальних закладах України: структура, зміст, нормативи», підтвердив традиційний підхід до організації СОР У ЗВО [10].

Розвиток вищої освіти сприяв диференційованому підходу до роботи зі студентами відповідно до медичних показників, що забезпечувало

індивідуалізацію рухової активності. Однак на практиці варіативність змісту та індивідуалізація програм були дещо обмежені, а спортивно-оздоровча робота в більшості ЗВО носила факультативний або спорадичний характер.

Важливим у змісті спортивно-оздоровчої роботи зі студентами на даному етапі стало створення єдиного циклу, який передбачав врахування індивідуальних потреб і стану здоров'я студентів, гнучке планування навантажень тощо.

У цьому контексті детального аналізу потребує спортивно-оздоровча робота, як складник позааудиторної діяльності молоді у ЗВО України, що в основному спиралась на ідеї здоров'язбереження, соціалізації, масового спорту та інтернаціоналізації. Означені підходи активно впроваджувалися через педагогічні та організаційні механізми [272].

Позааудиторна спортивна активність у ЗВО України реалізовувалася в межах діяльності студентських спортивних клубів, однак через економічну кризу 1990-х років більшість таких клубів функціонували лише формально [92; 295].

Як показує аналіз джерельної бази, у 1993–2004рр. розвиток спортивно-оздоровчої роботи зі студентами у закладах вищої освіти України здебільшого відбувався на рівні теоретичних підходів до її організації. Центральним завданням такої діяльності залишалося формування здорової, фізично активної особистості, здатної до соціальної адаптації, професійної самореалізації та дотримання принципів здорового способу життя.

Важливо визнати, що у 1993–2004 рр. еволюція змісту спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України не зазнавала суттєвих трансформацій. Вона реалізовувалася через поєднання класичних структурних елементів, орієнтованих на збереження й зміцнення здоров'я молоді та формування здорового способу життя, і передбачала популяризацію фізичної культури, у тому числі через масові оздоровчі заходи – туристичні походи, «Дні здоров'я», «Крос нації» тощо.

Як аудиторна, так і позааудиторна спортивно-оздоровча робота з молоддю у більшості ЗВО України передбачала системний медико-педагогічний контроль (тестування, розподіл за групами) [60], інтеграцію результатів у навчальний

процес, залікову або модульну систему оцінювання. Результати тестувань, відвідуваності та рівня засвоєння навчального матеріалу фіксувалися у залікових відомостях або електронних журналах, а підсумковий контроль здійснювався у формі модульної, залікової чи іспитової атестації з обов'язковою фіксацією результатів у навчальних журналах. Це відповідало вимогам не лише освітніх стандартів, а й державної системи оцінювання професійної та соціальної компетентності студентів [60; 288].

Наукові дослідження (Б. Вербицький, І.Бондаренко, І.Сидорук та ін.) підтверджували, що така модель була загальнодержавною нормою і зберігалася незмінною впродовж 1990-х років як механізм соціалізації та виховання культури здоров'я серед молоді [41, с. 151–155; 140].

Задля досягнення цілей СОР операційно-діяльнісний компонент спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України формувався під впливом під впливом кількох чинників: організаційних моделей управління фізичним вихованням і спортом, наявної матеріально-технічної бази, кадрового забезпечення, а також суспільних запитів на здоровий спосіб життя студентської молоді.

Щодо використання методів організації спортивно-оздоровчої роботи у ВНЗ (ЗВО) в аудиторній та позааудиторній роботі, то воно пройшло трансформацію - від стандартизованих і традиційних до інноваційних, інтерактивних, активних методів. Аналіз джерельної бази засвідчує, що у досліджуваний період важливою була адаптація цих методів до цілей і завдань СОР.

У досліджуваний період питання класифікації груп методів спортивно-оздоровчої роботи не розроблено повною мірою. Однак провідні дослідники (В. Вербицький, І. Бондаренко,Т. Круцевич, І. Сидорук та ін.) [41; 122] СОР у закладах освіти України запропонували підходи до класифікації методів фізичного виховання студентської молоді, які стали основою сучасної педагогічної практики. Системна діяльність провідних українських науковців дала змогу узагальнити й

класифікувати методи оздоровчої, рекреаційної та спортивно-оздоровчої роботи, що лягли в основу сучасних освітніх програм та практик у ЗВО.

Так, Т.Круцевич у концепції оздоровчої спрямованості спортивно-оздоровчої роботи систематизувала методи занять оздоровчою гімнастикою, аеробікою, фітнесом. Вчена виділила методи навчання рухових дій (пояснювальні, показові, тренувальні), організації діяльності (фронтальний, груповий, індивідуальний), ігрові та змагальні методи, а також комбіновані поєднання підходів у оздоровчому процесі, акцентуючи, що саме комбінація підтверджує ефективність сучасних оздоровчих програм [14].

Інший підхід до класифікації методів спортивно-оздоровчої роботи запропонував Г. Апанасенко. Автор обґрунтував медико-біологічні основи методів оцінювання рухової активності, виокремив клініко-лабораторні (тести витривалості, біологічні індекси), анкетні (самооцінка, опитування), моніторингові та корекційно-профілактичні методи керування індивідуальним здоров'ям студентів. Він довів пріоритет активного моніторингу у поєднанні з корекцією способу життя для оптимізації резервів організму молоді [122, с. 17–31].

У сфері СОР Б. Шиян запропонував модель «школи сприяння здоров'ю» як системи програмованого навчання з активним залученням студентів до оздоровчої практики у ЗВО, а також застосування психолого-педагогічного супроводу як профілактичного інструментарію освітньої діяльності [313, с. 91–156].

У межах моделі «Школи сприяння здоров'ю», запропонованої Б. Шияном, такі школи були організовані при Львівському державному університеті фізичної культури: «Школа сприяння здоров'ю» студентів нефізичних факультетів, де проводилися тренінги з подолання стресу, ранкові руханки та модульні заняття з фітнесу [314]. Кожна зі шкіл працювала за програмою, що об'єднувала освітні лекції з активними формами руху, психоемоційну підтримку й проєктну діяльність із популяризації здоров'я серед університетських спільнот.

Детальніше про методи підвищення ефективності спортивно-оздоровчої роботи у ВНЗ (тепер – ЗВО) наголошував Д. Лисак. Ним виокремлено секційно-

клубні та масові (флешмоби, турніри) форми, а також індивідуалізовані підходи (персоніфіковані програми, оптимізація режиму), що підтверджує необхідність різнопланового інструментарію. Розглядаючи методи спортивно-оздоровчої роботи як складову системного підходу, О. Дубогай висвітлює переваги ігрових та інтерактивних методів, які сприяють розвитку соціально-психологічного потенціалу і формують мотивацію до оздоровчої практики [68, с. 61–74].

Серед дієвих позааудиторних методів СОР у досліджуваний період виокремлювалися бесіди, організація інформаційних диспутів, участь у вікторинах, проведення науково-практичних конференцій, тематичних занять, подорожей і змагань тощо [68, с. 61–74].

Загалом організація операційно-діяльнісного компонента спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО зазнала певної модифікації і спиралася на державні вимоги 1998 р. (наказ Міносвіти № 188), основою яких стало опрацювання робочих програм з фізичного виховання у ЗВО. Вони унормовували дидактичні методи (словесні, наочні, практичні) та методи фізичної вправи (повторний, інтервальний, рівномірний, змінний, ігровий, колове тренування) як базові інструменти формування рухових умінь і розвитку фізичних якостей. Основними методами організації СОР у досліджуваний період залишалися навчально-тренувальні. Їх реалізовували переважно через інструктивно-пояснювальний і повторно-тренувальний підходи, орієнтовані на підтримання загальної фізичної підготовки студентів. Цей методичний арсенал був успадкований від радянської системи, але поступово адаптувався до нових умов, за яких пріоритетом проголошувалося збереження та зміцнення здоров’я [122, с. 83–85, 89–91].

На даному етапі переважали фронтально організовані заняття; водночас у межах робочих програм здійснювалася диференціація студентів за станом здоров’я та рівнем підготовленості, що підготувало підґрунтя для більшої індивідуалізації у наступний період [60].

Важливе місце посідала секційна робота. У класичних і педагогічних університетах активно розгорталися студентські секції (футбол, волейбол, легка

атлетика), що забезпечувало варіативність занять для більш мотивованої молоді. У спеціалізованих ЗВО (Національний університет фізичного виховання і спорту, Львівський державний інститут фізичної культури та ін.) секційна діяльність мала більш професійний характер, зорієнтований на підготовку збірних команд університетів. За даними Д. Лисака, у технічних університетах (КПІ, ХПІ) секційні методи реалізовувалися як форма масового спорту: студенти долучалися до спортивних клубів і брали участь у щорічних університетських спартакіадах [60].

Важливою складовою інтеграції студентської молоді у масовий спорт, на переконання О. Дубогай, були оздоровчо-рекреаційні методи та методи змагань (змагальні). Зокрема, такі методи використовувались під час університетських спартакіад У ЗВО масові заходи реалізовувалися у вигляді «Днів здоров'я», туристичних спортивних заходів, походів, кросів тощо. Це поєднувало змагальний та рекреаційний аспекти, поступово наближаючи методи до оздоровчо-туристичних [68, с. 61–63].

Провідну роль у впровадженні ефективних методів спортивно-оздоровчої роботи відігравав Національний університет фізичного виховання і спорту України (НУФВСУ). Як профільний заклад, НУФВСУ не лише забезпечував високий рівень обов'язкових занять, але й був методичним осередком: тут розроблялися інноваційні підходи, видавалися перші в незалежній Україні навчальні програми й посібники з фізичного виховання студентів [150].

Як показав аналіз джерельної бази упродовж 1991–2000 рр. методи спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України розвивалися нерівномірно, залежно від профілю ЗВО та їх ресурсного забезпечення. У класичних університетах (Київський національний університет імені Т. Шевченка, Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника та ін.) провідну роль відігравали масові та змагальні методи, реалізовані через спартакіади, «Дні здоров'я» та туристичні походи. Такі форми мали інтегративний характер, поєднуючи навчально-виховні й соціалізаційні завдання, та сприяли формуванню традицій університетського дозвілля.

Як свідчить аналіз, у технічних університетах (КПІ, ХПІ) більш систематично розвивалися секційні та клубні методи. Так, У 1997 р. у Національному технічному університеті України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського» було відновлено роботу спортивного клубу, де застосовувалась модель секційної підготовки у поєднанні з міжфакультетськими змаганнями. Це сприяло створенню умов для поступового переходу від обов'язкового відвідування занять до часткової добровільної участі студентів у спортивних секціях [137].

У педагогічних університетах (Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя, Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка та ін.) поряд з урочними методами активно впроваджувались туристично-рекреаційні методи. Туристичні гуртки та походи, організовані кафедрами туризму й фізичного виховання, забезпечували поєднання освітніх і виховних завдань, створюючи умови для розвитку студентських ініціатив.

Натомість у спеціалізованих ЗВО (Національний університет фізичного виховання і спорту, Львівський інститут фізичної культури та ін.) спортивно-оздоровча робота мала більш професійний характер. Тут пріоритетними були тренувально-змагальні методи, орієнтовані на підготовку висококваліфікованих спортсменів, проте поступово інтегрувалися й оздоровчі напрями (аеробіка, ЛФК, плавання) для студентів, які не спеціалізувалися у спорті.

Розвиток методів спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО у на першому етапі полягав у поступовому розширенні спектра – від класичних до варіативних методів. Відмінності між ЗВО відображалися в інтенсивності використання окремих методів: класичні університети тяжіли до більш традиційних, педагогічні – до туристично-рекреаційних, спеціалізовані – до змагально-тренувальних методів.

Таким чином, на початку даного етапу переважали традиційні методи спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО, домінували обов'язкові заняття з фізичного виховання.

У 1991–2004 рр. методи спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО різних типів розвивалися за логікою відновлення та адаптації. У класичних і педагогічних університетах домінували аудиторні й секційні методи з поступовим включенням масових оздоровчих заходів. У технічних ЗВО посилилася змагальна складова у вигляді спартакіад. У фізкультурних університетах методи залишалися орієнтованими на підготовку спортивних кадрів, але поступово інтегрували рекреаційний вимір. Еволюція полягала у переході від уніфікованої моделі до варіативних форм, що заклало підґрунтя для подальшої модернізації у 2000–2010 рр.

На цьому етапі у ЗВО розроблялися *організаційні моделі* спортивно-оздоровчої роботи (наприклад, клубна форма фізичного виховання, програми формування мотивації до занять тощо).

Важливою тенденцією стала зміна акцентів. Якщо у радянський період переважали директивні, фронтальні методи організації занять, то у 1990-х акцент почав зміщуватися на добровільність участі, індивідуалізацію та групові (секційно-клубні) форми роботи. Це відповідало загальним суспільним змінам і оновленню законодавчого підґрунтя. «Основи законодавства України про фізичну культуру і спорт» (1993) визначили пріоритетом формування у молоді «потреби у фізичному вдосконаленні», що безпосередньо орієнтувало ЗВО на пошук більш мотиваційних і гнучких методів [211].

Проаналізуємо форми організації спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти, які на даному етапі традиційно розглядали як способи практичної реалізації її цілей та завдань у різних освітньо-виховних і дозвіллєвих контекстах.

Серед найбільш поширених форм спортивно-оздоровчої роботи, окрім аудиторних занять із дисципліни «Фізичне виховання» (лекції, практичні, лабораторні заняття, заліки та іспити), виокремлювали навчально-тренувальні заняття з базових видів спорту. Дослідження науковців (О. Дубогай, Т. Круцевич, та ін.) наголошували на необхідності переходу від «спорту заради рекордів» до

«спорту заради здоров'я» [68; 122]. Проте такі підходи у ЗВО ще не набули масового поширення, залишаючись переважно інноваційними практиками.

Детального аналізу потребували *групові (секційно-гурткові) форми спортивно-оздоровчої роботи, до яких належали* спортивні секції, гуртки та клуби за інтересами, факультативні курси й тренінги зі збереження здоров'я.

При університетах створювалися спортивні клуби (Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Львівський національний університет імені Івана Франка та ін.), які забезпечували функціонування численних секцій з ігрових, циклічних і силових видів спорту. Розширювався спектр гурткових занять: від традиційних футболу, волейболу, легкої атлетики – до аеробіки, йоги тощо.

Наприклад, наприкінці 1990-х у багатьох університетах діяли спортивні клуби та секції. Вони активно працювали при факультетах і в межах університетів, забезпечуючи масову участь у футболі, баскетболі, волейболі, шахах, боротьбі, туристичних гуртках. Так, у Харківському національному юридичному університеті імені Ярослава Мудрого було впроваджено шаховий спортивний клуб, який забезпечував представництво ЗВО на універсіадах та всеукраїнських змаганнях [88].

Показовим став досвід педагогічних інститутів та класичних університетів, де спортсмени-ентузіасти разом із кафедрами фізичного виховання підтримували спортивний рух серед студентства навіть в умовах обмеженого фінансування. Приміром, у педагогічних університетах (Сумському державному педагогічному університеті імені А.Макаренка, Українського державного педагогічного імені Михайла Драгоманова (нині Український державний університет імені Михайла Драгоманова) та ін.) активно функціонували спортивні секції з ігрових видів спорту, легкої атлетики; проводилися міжфакультетські спартакіади, працювали літні спортивні табори для студентів.

У класичних ЗВО (Київському національному університеті імені Тараса Шевченка, Львівському національному імені Івана Франка, Харківському національному університеті ім. В. Каразіна тощо) в 1990-х рр. зусиллями кафедр

фізичного виховання і спортклубів зберігалися найбільш поширені форми спортивно-оздоровчої, зокрема спортивно-масової роботи: регулярно проходили першості університету з популярних видів спорту, організовувалися туристичні секції (напр., гірський туризм у Львівському університеті), а студентські профспілкові організації влаштовували «Дні здоров'я» на природі. За спогадами учасників, у Київському національному університеті у 1990-ті рр. традиційно проводилися осінні кроси та весняні легкоатлетичні естафети між факультетами, а в дні туристичних зльотів сотні студентів вирушали на заміські маршрути. Завдяки ентузіазму колективів кафедр фізичного виховання, підтримці ректоратів і студентських об'єднань, спортивно-оздоровча робота у більшості ЗВО цього періоду не припинялася, а подекуди досягала значних успіхів. Варто відзначити, що вже наприкінці 1990-х рр. українські студенти почали здобувати медалі на міжнародних Універсіадах, що стало можливим завдяки розвитку системи спорту в ЗВО.

Міжфакультетські турніри реалізовувались у багатьох ЗВО (Київський національний університет технологій та дизайну, Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара та ін.). Змагання відбувались на рівні студентських містечок, гуртожитків і факультетів. Відомо, що починаючи з початку 2000-х рр. і до сьогодні Львівська політехніка щороку проводить кубок студмістечка з міні-футболу, що залучає до участі велику кількість студентів різних спеціальностей і вікових груп [104; 266].

Якщо наприкінці 1990-х рр. про широке поширення оздоровчо-реабілітаційних форм спортивно-оздоровчої роботи ще не йшлося, то на початку XXI ст. вони почали з'являтися. Такі форми відображали не лише освітні завдання, а й ширший соціальний контекст виховання культури здоров'я, профілактику захворювань, інтеграцію у світовий студентський спортивний рух.

У досліджуваний період (90-ті рр. XX–перша чверть XXI ст.) у ЗВО України активно розвивалися групові секційні (спортивні клуби при університетах, гуртки, команди), а також масові форми організації СОР, зокрема університетські

спортивні змагання (наприклад, «Універсіада України»). Вони забезпечували організацію систематичної рухової активності та залучення здобувачів вищої освіти до фізичної культури і спорту, мали різний характер – від навчально-тренувального до рекреаційного і змагально-масового та змінювалися відповідно до етапів розвитку вітчизняної вищої школи.

Найпоширенішими масовими формами спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України залишалися міжфакультетські змагання, університетські та міські спартакіади, туристичні походи, «Дні здоров'я». Вони забезпечували залучення широких студентських мас до рухової активності, хоча подекуди мали декларативний характер. Масово-оздоровча робота часто набувала інформаційно-просвітницького змісту: лекції про здоровий спосіб життя, перегляд спортивних кінофільмів, участь у загальноміських пробігах і велоперегонах.

Можемо стверджувати, що позааудиторна робота ще не була стандартизована на національному рівні, проте локально існувала у форматі секцій та участі у студентських змаганнях, які підкріплювали аудиторний компонент і виконували оздоровчу та соціалізаційну функції. У цей час поширилися факультетські команди та університетські спартакіади, присвячені до календаря відомчих змагань. Їхньою загальною метою було забезпечення базового рівня підготовленості й профілактика функціональних порушень молоді. На даному етапі спортивно-масова робота у ЗВО України не була системним напрямом освітньої й виховної діяльності, що значною мірою зумовлювалося економічними труднощами.

Для спортивно-масової роботи цього періоду були характерні проведення внутрішньовузівських спартакіад між факультетами, участь збірних команд ЗВО у студентських чемпіонатах Укрспортвузу та Спортивної студентської спілки України, розвиток студентських секцій (футбол, волейбол, баскетбол, боротьба, настільний теніс). Як зазначалося в університетських публікаціях, масові турніри, спартакіади і «фестивалі здоров'я» стали традиційними подіями для університетських спільнот по всій Україні. Футбольні матчі, університетські спартакіади, «Дні здоров'я» системно організовували як інструмент фізичного

вдосконалення і соціалізації молоді, формування командної роботи та лідерських компетентностей серед студентства. Зокрема, у матеріалах Львівського державного університету фізичної культури наголошено, що спартакіади стали важливою складовою університетських свят і освітнього середовища [3].

Здійснений науковий пошук дає підстави стверджувати, що вагомим елементом СОР у ЗВО стала участь у студентських спортивних фестивалях, заняття у спеціальних групах, спортивно-реабілітаційних програмах, а також реалізація проєктів із популяризації здорового способу життя на рівні університетських громад. Загалом на даному етапі було сформовано лише базову платформу спортивно-оздоровчої роботи зі студентами, яка зобов'язувала ЗВО приділяти системну увагу фізичному вихованню та оздоровленню [3, с.141].

У багатьох ЗВО спортивно-оздоровча робота студенів була структурованою і чітко організованою. Наприклад, у Технологічному університеті Поділля функціонував фізкультурно-спортивний клуб при якому діяли ще три клуби з ігрових видів спорту. Команди з яких успішно виступали у вищих дивізіонах України. (див. додаток Б) [8].

Відповідно до спортивних здобутків студентів у ЗВО України досліджуваного етапу почали створювати Навчально-оздоровчі спортивні центри (Національного педагогічного університету імені М. Драгоманова, Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника та ін.) [151; с. 254].

Такі центри функціонували при кафедрах фізичного виховання. Зокрема навчально спортивно-оздоровчий центр Технологічного університету «Поділля» «..передбачав наявність секцій з усіх видів спорту, які культивуються при спортивному клубі та фізкультурно-спортивному центрі. Таких секцій було утворено сім» [8, с. 14].

За даними Т. Дорофєєвої у 1990-х рр. через суттєве недофінансування більшість клубів працювала завдяки ініціативі керівників секцій, ентузіастів і студентського самоврядування, а значна частина секційної роботи мала формальний характер. Лідерські рухи та добровільні спортивні товариства

компенсували недостатність матеріальних ресурсів і підтримували масовість заходів [66].

Найбільш поширені методи і форми спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО у контексті їх результативності див.у табл. 2.2.

Таблиця 2.2

Методи і форми спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України (1991–2002 рр.)

Методи	**Тип ЗВО**	**Форми спортивно-оздоровчої роботи**	**Результат**
Навчально-тренувальні	Класичні університети (Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Львівський національний університет та ін.)	Заняття з фізичного виховання за інструктивно-пояснювальною схемою (1994–1999)	Підтримка базової фізичної підготовки студентів
Секційні	Технічні (Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут» та ін.)	Відновлення спортивного клубу Національний технічний ніверситет України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського» (1997), секції з баскетболу, волейболу, боротьби	Варіативність занять, добровільність участі
Змагальні	Класичні університети, технічні ЗВО	Спартакіади факультетів у Прикарпатському національному університеті імені (1998), Національний технічний ніверситет України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського» (1997)	Формування колективізму, мотивації, студентської ідентичності.

Масові	Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника	«Дні здоров'я» (1992–1999), туристичні походи першокурсників	Соціалізація та популяризація здорового способу життя
Туристично-рекреаційні	Педагогічні (Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя)	Туристичні гуртки та походи (1995–2000)	Розвиток ініціативності, інтеграція навчальних і виховних завдань
Тренувально-змагальні	Спеціалізовані (НУФВСУ, Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Франка)	Підготовка збірних команд університетів до Універсіад (1995–2000)	Підвищення рівня спортивної майстерності студентів
Оздоровчо-рекреаційні	Спеціалізовані та класичні	Впровадження оздоровчої гімнастики та плавання у НУФВСУ (1996–2000)	Поступова орієнтація на «спорт заради здоров'я»

Джерела:[78; 113; 179]

Отже, у 1991–2004 рр. спортивно-оздоровча робота у закладах вищої освіти України, з одного боку, постала як системне явище з прикладами діяльності університетських клубів, секцій і спартакіад, що не лише забезпечували збереження, а й підтримували розвиток фізичної культури та соціальних навичок студентства, попри труднощі перехідного періоду. З іншого- унаслідок хронічного недофінансування 1990-х років чимало форм спортивно-оздоровчої роботи, зокрема спортивних клубів функціонували формально, а секційна робота значною мірою залежала від ініціативи ентузіастів у колективах фізичної культури.

2.2 Розвиток і інституалізація спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України (2004–2014 рр.)

Щодо другого етапу (2004–2014 рр.) розвитку СОР у ЗВО України, слід зазначити, що вона поступово інтегрувалася у структуру вищої освіти, набуваючи ознак системності й модернізації. Характерними рисами цього періоду стали активне оновлення цілей і змісту діяльності, запровадження варіативних модулів, а також інтеграція масового спорту в освітній процес.

Загалом початок другого етапу характеризувався переходом від «уніфікованої для всіх» схеми СОР до гнучкішого цілепокладання. Поряд із традиційними завданнями (здоров’я, розвиток якостей) чітко декларувалася *індивідуалізація, варіативність і професійно-прикладна спрямованість* занять залежно від спеціальності підготовки [204, с.75].

Цільовий компонент спортивно-оздоровчої роботи у цей період поступово зміщувався від забезпечення належного рівня фізичної підготовленості до формування у студентів ціннісного ставлення до здорового способу життя, умінь самостійно організовувати рухову активність, а також до підвищення спортивної майстерності в обраному виді спорту. Важливою новацією стала орієнтація на компетентнісний підхід як складову загальнокультурної підготовки здобувачів.

На тлі оновленої законодавчої бази та впровадження Болонських реформ у ЗВО поширювався кредитно-модульний формат, у межах якого аудиторні форми спортивно-оздоровчої роботи поступово переходили з категорії обов’язкових до вибіркових [60; 187; 209].

Фізичного виховання й спортивно-оздоровчої діяльності у цей час залишалася «спррямованою на оволодіння знаннями, уміннями й навичками щодо управління фізичним розвитком людини різновидами рухової активності, з метою навчання і виховання особистості в дусі відповідального ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточення [187].

У 2009 р. «Концепція національного виховання студентської молоді» закріпила серед завдань спортивно-оздоровчої роботи формування культури здоров'я. Того ж року започатковано практику розроблення регіональних програм СОР, що дало змогу університетам тісніше співпрацювати з місцевими органами самоврядування у проведенні спортивно-оздоровчих заходів.

У 2010-х рр. набули чинності нові редакції Закону України «Про фізичну культуру і спорт» (2010, 2014), які надали більше автономії закладам вищої освіти у плануванні спортивно-оздоровчої діяльності. Водночас вони посилили орієнтацію на масовість і доступність фізичної культури для всіх студентів, зокрема осіб з інвалідністю. Попри удосконалення завдань, головною метою спортивно-оздоровчої роботи залишалося зміцнення здоров'я, підвищення фізичної активності, формування відповідального ставлення до власного здоров'я та створення умов для самореалізації особистості [223].

Цільові орієнтири розвитку СОР у ЗВО досліджуваного етапу охоплювали формування стійкої мотивації до рухової активності, розвиток життєвих компетентностей через спорт (психоемоційна регуляція, стресостійкість, лідерство), профілактику захворювань, пов'язаних з гіподинамією, соціалізацію студентів через спортивно-командну діяльність [126, с.10-14].

Основні завдання спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО на другому, умовно виділеному етапі (2004–2014 рр.), були конкретизовані державними та відомчими документами й спрямовувалися на:

- інституціоналізацію комплексної моделі у ЗВО (навчальні заняття, секції/спортклуби, спартакіади, СМГ, контроль) (2006) [187];

- масовізацію участі студентів, календаризацію змагань через щорічні огляди-конкурси та внутрішньовузівські спартакіади (наказ Президента України від 02.08.2006 р. № 667; рішення Колегії МОН від 25.03.2004) [144; 226];

- модернізацію матеріально-технічної бази (спорткомплекси, обладнання) як окремий пріоритет державної програми 2007–2011 рр. [214];

- оновлення змісту й методів (посилення оздоровчо-фітнесного сегмента за збереження спортивних видів) у рамках норм 2006 року та цільової програми 2007–2011 [187; 214];

- запровадження системної діагностики та моніторингу якості (внутрішній контроль, звітність, інструктивні листи МОН (31.08.2009);

- розвиток інклюзивного напряму (СМГ): диференціація навантажень і медико-педагогічний супровід згідно з Положенням МОН-2006 [187];

- кадрове та міжвідомче забезпечення (координація МОН з іншими відомствами, управлінська відповідальність ЗВО; настановчі накази 2005–2006 рр.) [187];

- просвітницько-профілактичну роль [147].

Перед ЗВО поставало завдання виховувати відповідальне ставлення студентів до власного здоров'я, стимулювати фізичну активність і формувати соціально значущі компетентності, що відповідало стратегічним орієнтирам державної освітньої політики початку 2000-х років.

Завдання СОР еволюціонували від декларативного узгодження законодавства з цілями СОР (виховання ЗСЖ, включення спортивно-оздоровчої роботи до планів виховної роботи ЗВО) до інституціоналізації регламентованої комплексної моделі у ЗВО, закріпленої наказом МОН 2006 р. («навчальні заняття + секції/спортклуб + спартакіада + СМГ + контроль»).

Пріоритетами стали масовізація участі студентів у СОР, календаризація змагань через всеукраїнський огляд-конкурс і управлінські рішення Колегії МОН (посилення контролю, звітності, міжвідомчої координації). Змістово відбувся зсув до оздоровчого сегмента із запровадженням модульно-рейтингового обліку результатів та нормативним закріпленням інклюзії (СМГ). Паралельно ЗВО реалізовували модернізацію інфраструктури й кадрового забезпечення (Державна програма 2007–2011) і готували підвалини до системнішого моніторингу якості (інструктивний лист МОН 31.08.2009) [58].

Таким чином, на другому умовно визначеному етапі (2004–2014 рр.) в українських ЗВО спостерігалася еволюція методів спортивно-оздоровчої роботи. СОР у ЗВО України набула ознак комплексності: поєднувалися навчальні заняття, секційно-клубна діяльність, масові спортивні акції та моніторингові практики, що поступово формувало сучасну модель студентського спорту.

Якщо у попереднє десятиліття домінували традиційні підходи, зокрема переважали репродуктивний, пояснювально-ілюстративний, ігровий і контрольний методи в межах обов'язкових занять, то з початку нового століття настав етап активного оновлення і впровадження сучасних практик СОР у ВНЗ України [37, с. 48].

Наприклад, у Центральноукраїнському державному університеті власноруч були побудовані й устатковані зал атлетичної підготовки, «м'який» зал аеробіки та шейпінгу, зал зі скелелазіння [90].

Показовим є досвід Харківського національного університету міського господарства, де з 2000 рр. створено систему елективного спортивно-фізкультурного самоуправління студентства. Це дало змогу щороку залучати до зайняття спортом понад 1000 студентів та науково-педагогічних працівників.

Разом з тим в аудиторній діяльності на початку другого, умовно виокремленого етапу, СОР у ЗВО України й надалі залишалась традиційною, включаючи обов'язкове проведення навчальних занять з фізичного виховання як правило, 4 години на тиждень кожного семестру, із підсумковим диференційованим заліком в кінці семестру. У навчальних планах підготовки фахівців усіх напрямів та спеціальностей (крім спеціальностей напряму «Фізичне виховання» та спеціальності «Педагогіка і методика середньої освіти, і «Фізична культура» напряму «Педагогічна освіта») дисципліну «Фізичне виховання» планувати на увесь період навчання за виключенням випускного семестру. [221].

Загалом 2004–2014 рр. стали для ЗВО України періодом інтенсивного розвитку й модернізації спортивно-оздоровчої роботи в аудиторії. З'явилися персоналізовані та інтерактивні методики, які вдало поєднували фізичний,

психоемоційний і соціальний аспекти студентського життя. Це сприяло відчутному підвищенню ефективності впливу на фізичне, психічне та соціальне здоров'я молоді [86, с. 148 – 149].

Починаючи з 2005 року практично всі українські ЗВО перейшли на кредитно-модульну технологію, що вимагало перегляду дисципліни «Фізичне виховання». Замість формального заліку студенти почали накопичувати бали за різні види рухової активності, теоретичні знання та виконання контрольних нормативів. Такий підхід упроваджував постійний педагогічний контроль і рейтингове оцінювання, що стимулювало систематичність занять протягом семестру [83, с. 374-375].

Паралельно оновлювався і зміст занять. У багатьох ЗВО впроваджувалися варіативні модулі й факультативи з різних видів фізичної активності від традиційних спортивних ігор до сучасних фітнес-напрямів. Наприклад, відкривалися секції аеробіки, шейпінгу, йоги, плавання, настільного тенісу. Досвід авторських програм (*«Фітнес-мікс» т*а ін.) показав, що включення сучасних видів рухової активності значно підвищує інтерес і мотивацію студентів до занять фізичною культурою. Іншими словами, в аудиторній роботі почали реалізовуватися гуманістичні цілі – розвиток фізичної культури особистості студента, а не лише підготовка до виконання нормативів.

Аналіз джерельної бази підтвердив, що зміст занять у цей період залишався достатньо стандартизованим. Студенти виконували типові навчальні нормативи й вправи, орієнтовані на розвиток базових фізичних якостей і складання контрольних тестів. Водночас державні документи декларували зміну акцентів у бік оздоровчої спрямованості та особистісно орієнтованого підходу. Зокрема, Національна доктрина розвитку освіти (2002) та підзаконні акти вимагали переорієнтації СОР на принципи диференціації, особистісної спрямованості та пріоритетності зміцнення здоров'я студентської молоді [146].

З іншої сторони – система традиційних занять урізноманітнювалась появою факультативів, оздоровчих програм (фітнес, пілатес), курсів з теорії здоров'я, валеології, занять для осіб з обмеженими можливостями тощо.

Вагоме значення у розвитку СОР молоді мали державні програми «Фізичне виховання – здоров'я нації» (2005) [286], а також оновленій редакції Закону України «Про фізичну культуру і спорт» (2010) [211]. Їх вплив полягав у визнанні фізичної культури як складника гуманітарної освіти та забезпеченні права студентів на доступ до оздоровчих ресурсів. Їхня роль полягала у визнанні фізичної культури складником гуманітарної освіти та закріпленні права студентів на доступ до оздоровчих ресурсів.

Загалом робочі програми з фізичного виховання дедалі частіше набували варіативності й секційності. Типово курс включав базовий модуль (загальна фізична підготовка й ігрові або циклічні види спорту) та варіативні модулі за вибором студента (фітнес-аеробіка, настільний теніс, бадмінтон, єдиноборства, плавання за наявності відповідної матеріальної бази).

Основною метою аудиторної роботи у цей період і надалі залишалося підтримка і забезпечення належного рівня фізичної підготовленості та зміцнення здоров'я студентів, формування в них життєво необхідних рухових умінь і навичок. Водночас низка дослідників (Т. Круцевич, В. Лисак, Б. Шиян та ін.) наголошували на *кризовому стані здоров'я* студентства й недостатній ефективності традиційної системи СОР у ЗВО [122; 130; 313].

Так, за даними Л. Пилипей та М. Шаповала, понад половина випускників ЗВО України мала низький рівень фізичної підготовленості, що ставило під сумнів якість сформованих у них навичок здорового способу життя. Серед причин виокремлювали відсутність внутрішньої мотивації у студентів, дефіцит індивідуалізованого підходу та застарілі методи викладання [174, с.100–104].

Зміст навчальних програм із фізичного виховання залишався традиційним, проте почав містити спеціальні оздоровчі модулі («Оздоровча гімнастика», «Дихальна гімнастика», «Рекреаційні види рухової активності»), спрямовані на

формування стійкої мотивації до здорового способу життя, поліпшення психоемоційного стану й профілактику стресів серед студентської молоді [155].

У контексті покращення стану здоров'я студентів, зростання особистого інтересу до спорту кафедри фізичного виховання та спорту організовували окремі оздоровчі групи, де поряд із методами індивідуальної роботи розроблялися індивідуальні картки занять, застосовувалися елементи самоконтролю (щоденники фізичної активності тощо) [37].

Значно активізувалося використання мотиваційно-дискусійних і проєктних підходів, особливо в аудиторній діяльності. Лекції з фізичного виховання дедалі частіше включали обговорення тем, пов'язаних зі здоров'ям; традиційними стали воркшопи «Здоровий спосіб життя», а також тематичні акції («Дні спортивних ігор», студентські марафони, флешмоби).

На факультеті здоров'я, фізичного виховання і спорту Київського університету імені Бориса Грінченка знаходимо матеріали, які містять аналіз досвіду організації таких заходів, рівнів мотивації та проєктної діяльності серед студентів (наприклад, дні спортивних ігор, тематичні змагання, відкриті обговорення тем здоров'я студентів) [200].

Поступово в навчальну та позанавчальну практику інтегрувалися індивідуальні форми роботи (дихальна гімнастика, пілатес, скандинавська ходьба), що підвищувало різноманітність та ефективність СОР.

Важливими засадами СОР (В. Грибан, В. Опанасюк та ін.) стали питання взаємодоповнюваності аудиторної та позааудиторної роботи, необхідності індивідуалізації навантажень, розвитку самоконтролю студента і побудові траєкторій «оздоровчих практик» поза розкладом занять [52; 163].

Суттєвого розвитку у 2004–2014 рр. набула позааудиторна СОР, що відображала різноманітні зміни у студентському середовищі. Новими для цього періоду стали курси йоги (основні асани, дихальні та релаксаційні техніки), фітнес-програми, скандинавська ходьба та дихальні практики. Вони впроваджувалися як у рамках факультативів, так і в гуртковій діяльності, забезпечуючи оздоровчий

ефект і демонструючи зростання значення спортивно-масової роботи у ЗВО [52; 163]

Важливим аспектом еволюції цього періоду стало пожвавлення було пожвавлення спортивно-масової та оздоровчої активності поза межами аудиторії. Університети дедалі активніше залучали студентів до секцій, гуртків, змагань, днів здоров'я, туристичних походів. Якщо раніше позааудиторна діяльність мала радше епізодичний характер (спорадичні спартакіади чи змагання між факультетами), то вже з середини 2000-х рр. сформувалася цілісна система студентського спорту.

При багатьох ЗВО створювалися спортивні клуби, які організовували тренування з популярних видів спорту та забезпечували участь команд у міських і всеукраїнських студентських турнірах.

Дослідники одностайно підкреслювали ефективність секційної роботи, вбачаючи у ній перспективний шлях модернізації фізичного виховання. Зокрема, і Г. Грибан, Ф. Опанасюк та ін. дійшли висновку, що удосконалення фізичного виховання студентів потребує впровадження багатокомпонентної моделі: обов'язкові заняття + секції/спортивні клуби + самостійна рухова активність. Саме цю багатокомпонентну модель було рекомендовано Міністерством освіти і науки України для закріплення у закладах вищої освіти України для впровадження [163].

Щодо позааудиторної СОР, то гурткова СОР залишалася і надалі найпоширенішою формою активності студентів. У більшості ЗВО діяли гуртки з фітнесу, йоги, пілатесу, які орієнтувалися на розвиток фізичних і психоемоційних якостей особистості. Тематика гуртків загалом відповідала основним напрямам фізичного розвитку, хоча подекуди носила формальний характер.

Наприклад, у Національному технічному університеті України «КПІ імені Ігоря Сікорського», Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника, Національному університеті «Львівська політехніка» програми гурткової роботи орієнтувалися на оздоровчі тренування, заняття дихальною гімнастикою, вивчення особливостей різних видів спорту [287].

Аналіз навчальних планів гурткової роботи демонструє, появу оздоровчих і рекреаційних напрямів, які реалізовувалися як факультативи чи міжкафедральних проєктів із профілактики стресу і формування психоемоційної стійкості молоді [287].

На даному етапі акценти у позааудиторній роботі дедалі більше зміщувалися від суто оздоровчо-рекреаційної до профілактичної організації СОР. Запроваджувалися програми профілактики стресу, тренінги життєвої стійкості, заняття з психоемоційної регуляції. [287, с.143].

Можемо стверджувати, що порівняно з першим етапом розвитку СОР, у другому відчутно посилилися практична спрямованість, особистісна орієнтація та стимулювання самостійності студентів.

Спортивно-оздоровчий аспект роботи з молоддю у ЗВО України розвивався через організацію функціональних тренінгів [97, с. 43], які дозволяли не лише підвищувати рівень фізичної підготовки молоді, а й розвивали силу, гнучкість і координаційні здібності особистості [97, с. 266].

Позааудиторний напрям СОР на даному етапі був дещо формалізований Важливими компонентами СОР у ЗВО було формування стійкої мотивації до рухової активності, розвиток життєвих компетентностей через спорт (психоемоційна регуляція, стресостійкість, лідерство), профілактика захворювань, пов’язаних з гіподинамією, соціалізація через спортивно-командну діяльність.

У (2004 –2014 рр.) поступово відбувалась інституціоналізація спортивних клубів у ЗВО. Вони координували діяльність десятків секцій з ігрових, циклічних та силових видів спорту. Так, у Київському національному університеті імені Тараса Шевченка, Львівському національному університеті імені Івана Франка, Національному університеті біоресурсів і природокористування України активно діяли секції з футболу, баскетболу, волейболу, легкої атлетики, боротьби, плавання, а також гуртки з фітнес-аеробіки, йоги, шейпінгу.

Загалом, діяльність спортивних клубів передбачала не лише секційні тренування, а й участь у студентських лігах, універсіадах, масових пробігах та

турнірах. Показовими у цьому контексті є локальні положення Львівського національного університету імені Івана Франка та Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника, які регламентували роль спортивного клубу, кафедр і медичної служби, а також механізми зарахування індивідуальних досягнень і студентського волонтерства у сфері спорту [182].

Згідно з дослідженнями (О. Меньших, Н. Костогриз-Куликова, Ю. Петренко та ін.), новим явищем стала фітнес-культура студентської молоді. Вона передбачала впровадження оздоровчих програм з фітнесу, пілатесу, дихальних технік, рухової терапії, wellness-технологій. Такі форми роботи закріплювалися у навчальних планах і методичних рекомендаціях ЗВО у форматі гурткової, факультативної та індивідуальної діяльності студентів [139].

На другому умовно визначеному етапі і надалі зберігалася тенденція поступового зміщення акценту від виключно спортивних форм діяльності до оздоровчих і рекреаційних. Відповідно до «Концепції розвитку фізичного виховання учнівської та студентської молоді» (2006) та «Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на 2012–2016 рр.», у закладах вищої освіти зростала кількість студентських фітнес-центрів, груп оздоровчої гімнастики, центрів фізичної реабілітації.

На другому умовно визначеному етапі СОР у ЗВО України набула рис комплексності та інституціоналізації. Важливим напрямом стала участь студентів в Універсіадах України та міжнародних студентських змаганнях. Такі заходи інтегрували молодь у глобальний спортивний простір і водночас виконували виховну, соціалізаційну та мотиваційну функції.

На даному етапі видозмінювались напрями СОР у ЗВО. Найбільш поширеними стали: участь в Універсіадах України та міжнародних студентських змаганнях; розвиток варіативних модулів єдиноборств, туризм, плавання, спортивне орієнтування; співпраця з федераціями видів спорту, формування традиції відкритих університетських турнірів з популярних видів спорту тощо.

Серед провідних тенденцій цього періоду виділялися розвиток варіативних модулів (єдиноборства, туризм, плавання, спортивне орієнтування), активна співпраця з федераціями з видів спорту, формування традицій відкритих університетських турнірів. Показовими були масові акції «Студентський забіг», «Рух заради здоров'я», спортивно-культурні фестивалі, які проводилися на базі Національного університету «Києво-Могилянська академія», Київського національного університету імені Тараса Шевченка, Національного університету біоресурсів і природокористування України та інших університетів. Завдяки створенню сучасних спортивних комплексів стало можливим організовувати тренування не лише у секційній, а й в індивідуальній формі. Варта уваги діяльність оздоровчих таборів, які створювались на базах ЗВО і забезпечували організацію літнього та зимового відпочинку студентів [51].

Провідними у СОР у ЗВО визначались індивідуальний підхід та диференціація. Диференційований підхід передбачав урахування рівня фізичної підготовленості та стану здоров'я студентів, поділ на медичні групи, у тому числі спеціальні (СМГ). Для них передбачалися програми лікувальної фізкультури – дихальні вправи, оздоровча гімнастика, корекційні заняття. Ці практики відповідали методичним рекомендаціям українських дослідників (І. Боднар та ін.), які наголошували на важливості інклюзивності та медико-педагогічного супроводу [15, с.123].

Для об'єктивного розкриття розвитку СОР у ЗВО України у 2004–2014 рр. нами здійснено аналіз найбільш поширених форм ЗСО за типологією ЗВО за профілем діяльності.

Маємо наголосити, що у перед з 2004 по 2014 рр. у профільних університетах фізичної культури та спорту акцент робився на професійній підготовці майбутніх тренерів і педагогів, у педагогічних на інтеграції оздоровчих практик у виховання й навчання майбутніх учителів, тоді як класичні та технічні ЗВО використовували клубні, секційні та масові форми, щоб доповнити непрофільну підготовку (див. табл. 2.3).

Як видно з таблиці, і як показує порівняння трьох груп ЗВО (профільних, педагогічних та класичних/технічних) у 2004–2014 рр. спортивно-оздоровча робота в Україні еволюціонувала нерівномірно, але в усіх випадках набула системного характеру. Порівняння трьох груп університетів свідчить, що у 2004–2014 рр. СОР в Україні еволюціонувала нерівномірно, але в усіх випадках набула системного характеру.

Таблиця 2.3

Форми організації СОР у відповідності до профілю ЗВО (2004–2014 рр.)

Група ЗВО	**Університети (приклади)**	**Форми / акції / події**	**Мета**	**Завдання**	**Особливості**	**Результативність**
Профільні (фізичного виховання і спорту)	Національний університет фізичного виховання і спорту України. (Київ)	Всеукраїнські універсіади, конференції до Всесвітнього дня здоров'я	Підготовка фахівців спорту та ропаганда ЗСЖ	Залученняв до масових заходів, поєднання теорію і практику	Базовий методичний центр МОН, лідер студентського спорту	Визнання НУФВСУ як центру інновацій; активізація студентського спорту
	ЛДУФК (Львів)	Дні здоров'я», легкоатлетичні старти, туризм	Формування стійкої культури здоров'я	Виховання звички регулярних занять	Масові форми, інтеграція студентів усіх факультетів	Підвищення мотивації, зростання відвідуваності
	ХДАФК (Харків)	Міжнародні студентські турніри з одноборств	Професійна орієнтація	Перевірка фахової підготовки студентів	Залучення партнерів, міжнародні контакти	Розвиток іміджу та конкурентоспроможності
Педагогічні університети	Уманський ДПУ	«Дні здоров'я» (туризм, кроси пам'яті, футбол)	Формування валеологічної культури	Виховання майбутніх учителів через спорт	Залучення першокурсників, традиції «першого кросу»	Сприяння адаптації, згуртуванню груп
	Вінницький ДПУ	Марафони та флешмоби «За здоровий спосіб життя»	Профілактика шкідливих звичок	Інтеграція виховної та спортивної роботи	Поєднання флешмобу і фізкультури	Соціально-виховний ефект, формування навичок ЗСЖ
	ПНУ ім. В. Стефаника	«Дні здоров'я» на базі «Академічна», спартакіади	Згуртування колективів	Формування командного духу, дозвілля	Використання туристичних ігор та естафет	Системність спортивно-масової роботи, традиційність

Класичні і технічні університети	КПІ ім. І. Сікорського	Модульно-рейтингове фізвиховання, спортивні заліки для іноземців	Адаптація до Болонського процесу	Систематизація фізичного виховання	Поєднання академічної оцінки та спорту	Підвищення регулярності занять
	КНУ ім. Т. Шевченка	Акції «За здоровий спосіб життя», спартакіади	Масове охоплення студентів	Виховання культури здоров'я	Активність через самоврядування	Збереження спортивних традицій
	ХНУ ім. В. Каразіна	Клуби «Унікорт», «Уніфехт», «Універ-Локо»	Створення інфраструктури здоров'я	Організація спортивного середовища	Спеціалізовані клуби в університеті	Формування іміджу університетського спорту

Джерела: [5; 70; 102; 123; 131; 132; 137; 151; 215; 243]

Профільні ЗВО (Національний університет фізичного виховання і спорту, Львівський державний університет фізичної культури, Харківська державна академія фізичної культури та ін.) стали провідниками методичних інновацій, орієнтованих на професійну підготовку майбутніх фахівців і пропаганду здорового способу життя. Їхня діяльність характеризувалася масштабністю заходів (універсіади, міжнародні турніри), тісною інтеграцією навчального процесу з професійною діяльністю та формуванням державної політики у сфері фізичного виховання.

Педагогічні ЗВО (Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського, Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника та ін.) поєднували навчальну й виховну функції, надаючи перевагу формам, спрямованим на адаптацію першокурсників, профілактику шкідливих звичок і виховання валеологічної культури майбутніх учителів. Прикарпатський університет, зокрема, продемонстрував ефективну модель згуртування студентських колективів через «Дні здоров'я» та спартакіади, що виконували і виховні, і оздоровчі завдання. Класичні та технічні університети (Національний технічний університет України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського, Київський національний університет імені Тараса Шевченка,

Чернівецький національний університет ім. Ю. Федьковича, Харківський національний університет імені Каразіна) забезпечували інтеграцію фізичного виховання в непрофільну підготовку студентів. СОР у них відзначалася пошуком нових організаційних моделей (модульно-рейтингове оцінювання в КПІ, клубні форми у Харкові), масовими акціями та секційними заняттями, які сприяли розвитку корпоративних спортивних традицій і формуванню іміджу університету як сучасного освітнього середовища. Окремо наголосимо, що *Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника* показав приклад поєднання класичних форм спортивно-масової роботи (дні здоров'я, спартакіади, туристичні походи) з виховними завданнями [9]. Його модель проілюструвала важливу функцію регіональних університетів – формування студентської громади через фізичну культуру, що сприяло згуртуванню колективів та профілактиці дезадаптації першокурсників.

Таким чином, кожна група ЗВО виконувала власну нішу у СОР з молоддю: профільні - методичну та інноваційну, педагогічні виховно-адаптаційну, класичні та технічні клубно-інфраструктурну. Спільною ж для всіх стала тенденція переходу від директивних форм роботи до інтерактивних, варіативних і мотиваційно-ціннісних підходів, що сприяло не лише покращенню фізичної підготовки, формуванню у студентів стійкої мотивації до здорового способу життя.

Отже, у 2004–2014 рр. СОР в ЗВО України еволюціонувала від переважно обов'язкових і стандартизованих практик до системної моделі, що поєднувала навчальну, секційно-клубну, масову та інклюзивну діяльність. Це дозволило забезпечити ширший доступ студентів до різних видів фізичної активності, посилити її оздоровчо-рекреаційну спрямованість і закласти підґрунтя для подальшої модернізації у наступний період розвитку.

2.3. Модернізація та інтеграція спортивно-оздоровчої роботи в ЗВО України (2014 р. – 2022 р.)

На етапі модернізації та інтеграції (2014–2022 рр.) цільовий компонент СОР зазнав суттєвих трансформацій. Відбулася переорієнтація з кількісних показників спортивно-оздоровчої діяльності на якісні – індивідуальний прогрес, усвідомлений вибір, збереження здоров'я упродовж життя. Це підтверджувалося впровадженням *Концепції розвитку фізичного виховання здобувачів вищої освіти* та ін. нормативних документів, у яких визначено, що головною метою СОР є створення умов для формування у студентів ціннісного ставлення до здоров'я, фізичної активності та фізичної культури.

Перелік нормативно-правових актів, що регулювали цільовий та змістовий аспекти СОР у ЗВО України впродовж 1993–2024 рр., подано в додатку В.

Цільовий компонент спортивно-оздоровчої діяльності еволюціонував. У 1990-х він визначався як нормативний імператив, зорієнтований на здоров'язбереження і профілактику, у 2010-х рр. його було трансформовано в концепцію «well-being-компетентностей» (саморегуляція, безпека, стрес-менеджмент). СОР передбачала участь у студентських спартакіадах, лігах і репутаційних змаганнях, а її метою ставали залучення до спорту, соціальна інтеграція та зміцнення іміджу закладу вищої освіти. Важливим аспектом стала інклюзія і доступність: створення спеціальних медичних груп, адаптованих модулів, застосування універсального дизайну занять і заходів. Останнім стратегічним напрямом визначалося партнерство та мультисекторність – співпраця ЗВО зі спортивними федераціями, місцевими громадами, підсилення ролі спортивних клубів як ключових організаторів студентського спорту.

Загалом, цілі та завдання СОР у ЗВО України в цей період були спрямовані на формування здорової, активної, соціально відповідальної особистості студента. Зміст поступово еволюціонував до гнучкої, варіативної моделі з акцентом на особистісну самореалізацію, інтеграцію у студентське середовище та зміцнення

фізичного, психічного й соціального здоров'я. Для факультетів фізичного виховання та спорту цей етап пов'язувався з комплексною підготовкою фахівців у сфері спорту, активною участю у міжнародних турнірах. Щодо інших факультетів з переходом то на даному етапі був характерним розвиток індивідуальних програм фізичного вдосконалення з елементами самоконтролю та оздоровчої спрямованості.

Зміст СОР формувався на основі *Концепції розвитку фізичного виховання у ЗВО України*, державних стандартів вищої освіти та інших документів. Після ухвалення Закону України «Про вищу освіту» (2014) та оновленого Закону «Про фізичну культуру і спорт» (2017) дисципліна «Фізичне виховання» у ЗВО набула компетентнісної орієнтації з акцентом на самостійну фізкультурно-оздоровчу діяльність студентів [210;224].

Вагомим нормативним кроком у формуванні сучасного змістовного наповнення СОР став наказ Міністерства освіти і науки України № 518 від 15.11.2016 р. «Про затвердження Концепції розвитку фізичного виховання здобувачів вищої освіти в Україні», який чітко окреслив такі стратегічні напрями:

- перехід від нормативно-тестового оцінювання до індивідуально-діагностичного підходу;
- впровадження сучасних форм фізичної активності (фітнес, тренажерні програми, бойові мистецтва, оздоровчі технології);
- формування мотиваційно-ціннісної сфери студентів через створення умов для вільного вибору форм занять;
- інтеграція змісту фізичного виховання з концепцією сталого розвитку та принципами академічної доброчесності [120].

Навчальні плани ЗВО обов'язково містили спеціальний модуль із фізичного виховання, який поєднував теоретичний матеріал (основи здорового способу життя, профілактика захворювань, гігієна) та практичний (гімнастика, легка атлетика, ігрові види спорту, плавання). У більшості університетів стандарт

становив 2 години на тиждень упродовж перших двох років навчання з обов'язковою фіксацією результатів у електронних журналах [291].

У 2015 р. у ЗВО було впроваджено компетентнісну модель СОР та її результативності з акцентом на здоров'язбережувальні, соціальні та технологічні аспекти й академічну мобільність. У вересні 2015 р. МОН України видало методичні рекомендації щодо організації фізичного виховання в нових умовах, акцентуючи на необхідності збереження рухової активності студентів через гуртки, секції та впровадження нових модулів навчальної дисципліни. Елективна модель відкрила можливості для широкого застосування варіативних форматів як аудиторних, так і позааудиторних занять. Елективна модель відкрила можливості для широкого впровадження варіативних форматів як аудиторних, так і позааудиторних занять. У більшості ЗВО СОР реорганізовано за модульним принципом. Студентам пропонували каталоги видів рухової активності на вибір (плавання, тренажерний фітнес, аеробіка, ігрові види, єдиноборства, туристичний практикум тощо), з яких кожен міг обрати модуль на семестр [258].

Варіативні модулі навчальних програм (бойові мистецтва, кросфіт, функціональні тренування, плавання) поступово видозмінювалися та розширювалися. Так, у робочій програмі дисципліни «Фізичне виховання» Львівського національного університету імені Івана Франка зазначено, що «основною метою дисципліни є формування потреб фізичної культури та спорту, навичок здорового способу життя.…» [236, с.3].

Н. Довгань наголошує: «…фізичне виховання у вищих навчальних закладах представлене як навчальна дисципліна і найважливіший компонент цілісного розвитку особистості. Значущість дисципліни полягає у формуванні загальнокультурних компетенцій та професійної підготовленості студентів» [64, с. 109].

У ЗВО закріплювався масовий спорт як органічна складова змісту через секції, фестивалі, універсіади, внутрішні ліги, що інтегрувалися у модульно-рейтингові системи оцінювання. Важливого значення набували інноваційні та цифрові підходи

до моніторингу фізичної активності. Саме на цьому етапі з'явилися перші моделі електронного моніторингу – журнали активності, ранні електронні щоденники, елементи самоконтролю, які створили підґрунтя для подальшої цифровізації освітніх процесів. У гуртках з'являлися групи з фітнесу, ведення індивідуальних і групових карт активності [260, с. 45-46].

Усі ці аспекти ґрунтувалися на аналізі навчальних програм і сучасних навчально-методичних матеріалів, таких як комплексний методичний посібник «Фізичне виховання у закладах вищої освіти: сучасний простір оздоровчої роботи», а також аналітичних оглядах наукових досліджень і досвіду провідних університетів України у зазначений період» [291], а також аналітичних оглядах наукових досліджень й досвіду провідних університетів України у зазначений період.

Змістовий компонент аудиторних занять охоплював обов'язкові навчальні заняття з фізичного виховання, вибіркові дисципліни та модулі навчальних програм (бойові мистецтва, кросфіт, функціональні тренування, плавання).

Аналіз силабусів з фізичного виховання Львівського національного університету Івана Франка, Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника та ін. засвідчив мультидисциплінарний добір модулів і формулювання результатів навчання у компетентнісних термінах (саморегуляція, командна взаємодія, безпечна рухова активність). Передбачався облік позааудиторної участі у секціях, студентських лігах та масових стартах із включенням цих результатів до індивідуальної освітньої траєкторії [182].

За даними кафедри технологій оздоровлення і спорту НТУ «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського», дисципліна «Єдиноборства» включала не лише заняття з боксу, тхеквондо, карате, кікбоксингу, дзюдо, самбо, але й мала чітко прописані освітні цілі - розвиток фізичної та розумової стійкості, формування мотивації до фізичної активності й здорового способу життя. Особливий акцент робився на практичному змісті та формуванні життєвих навичок студентів, компетентностей, пов'язаних зі стійкістю й саморозвитком [73].

На третьому етапі (2014–2022) аудиторна спортивно-масова робота реформувалася під впливом нормативних рішень і суспільних викликів (інтеграція до європейського освітнього простору, пандемія COVID-19). Ключовим поворотним моментом став наказ МОН від січня 2015 р. (№47), за яким дисципліну «Фізичне виховання» віднесено до елективних (вибіркових). Це означало, що обсяг і форма фізкультурної діяльності студентів значною мірою залежали від політики університету та вибору самих здобувачів освіти [225А].

У низці університетів курс залишався обов’язковим для першокурсників, а на старших курсах переводився у статус факультативу. Так, у навчальній програмі Національного університету кораблебудування імені адмірала Макарова зазначено, що курс «Фізичне виховання» є складовою підготовки здобувачів бакалаврського рівня й передбачає обов’язкове проходження на першому курсі. В освітній моделі Київського університету імені Бориса Грінченка дисципліна також залишалася обов’язковою для першого курсу, а на старших функціонувала як факультатив, секції чи електив [200].

Позааудиторна СОР у цей період набула чіткої траєкторної організації: розроблялися індивідуальні траєкторії фізичного розвитку через електронні щоденники здоров’я, фітнес-програми, системи моніторингу стану. Активно використовувалися цифрові ресурси (мобільні застосунки, трекери активності, онлайн-курси з фітнесу та здорового способу життя), а також організовувалися спортивні події й фестивалі у межах академічної мобільності, студентського самоврядування та профорієнтаційної діяльності.

В умовах пандемії COVID-19 широкого застосування набули онлайн-платформи для моніторингу фізичної активності, відеотренування, а також інклюзивні програми для студентів з особливими освітніми потребами. Зросла інтенсивність підготовки та участі здобувачів освіти у Європейських університетських іграх і світових студентських чемпіонатах; розширився спектр активностей (кросфіт, TRX, функціональний тренінг, йога, скандинавська ходьба), активізувалося партнерство зі спортивними федераціями та громадськими

організаціями («Студентська спортивна спілка України», «Спорт для всіх»). Це засвідчувало швидку еволюцію СОР у ЗВО України.

У період пандемії COVID-19 СОР у ЗВО зазнала суттєвих трансформацій, зумовлених переходом освітнього процесу в дистанційний та змішаний формати. Найвідчутніше зміни торкнулися організаційно-педагогічного забезпечення, методів проведення занять та системи мотивації студентів до фізичної активності. Загалом на початку **періоду COVID-19**т радиційні форми СОР (групові тренування, секційна робота, масові спортивні заходи тощо – були тимчасово згорнуті або переведені у віртуальний формат. Водночас це стимулювало розвиток цифрових підходів до фізичного виховання: на початку 2021 р. з'явилися онлайн-платформи з відеотренуваннями, мобільні застосунки для контролю фізичної активності, фітнес-челенджі у соціальних мережах, інтерактивні марафони здоров'я.

Педагогічна взаємодія набрала ознак гібридності, поєднуючи синхронні (Zoom, Google Meet) і асинхронні (YouTube, Moodle) формати занять. Викладачі фізичного виховання змушені були оволодіти цифровими інструментами моніторингу, такими як Google-форми для фіксації результатів тестування, фітнес-трекери для оцінювання навантажень, онлайн-щоденники активності. Це сприяло формуванню нових компетентностей як у викладачів, так і в студентів – самоменеджменту, самоорганізації, відповідального ставлення до здоров'я.

Особливого значення набула мотиваційно-ціннісна складова СОР: акцент змагальності змістився у площину особистісної відповідальності за власний фізичний і психоемоційний стан. В умовах обмеження соціальних контактів університети впроваджували програми психологічної підтримки, онлайн-лекції з wellness-культури, поєднуючи фізичні вправи з елементами релаксації, дихальної гімнастики, майндфулнес-практик.

Показовими є практики цифровізації у КПІ ім. Ігоря Сікорського системи цифрового контролю фізіологічних показників та інтеграції тренувальних планів у Moodle. У Сумському державному університеті використовувались Strava, Garmin

Connect, Adidas Running із синхронізацією даних у Moodle; у Запорізькому національному університеті студенти застосовували фітнес-трекери (Xiaomi, Samsung, Apple Watch). Поширювалося використання Telegram-ботів і каналів для збору та опрацювання даних активності, проведення опитувань і анонсування подій; експлуатувалися інструменти Google Forms, Moodle, Google Meet, Zoom та Office 365 для організації модульних курсів з трекінгом активності, аналітикою рефлексій і веденням особистих щоденників здоров'я.

Ефективності набирали онлайн-платформи для моніторингу фізичної активності, відеотренування, розвиток інклюзивних програм для студентів з особливими освітніми потребами, підготовка та участь здобувачів освіти у Європейських університетських іграх та світових студентських чемпіонатах, розширення спектра видів активності, як от: кросфіт, TRX, функціональний тренінг, йога, скандинавська ходьба, партнерство зі спортивними федераціями та громадськими організаціями («Студентська спортивна спілка України», «Спорт для всіх») тощо. Це показувало швидку еволюцію СОР у ЗВО України.

Разом із цифровими інноваціями послідовно утверджувався інклюзивний підхід. Для студентів розроблялися адаптовані програми й індивідуальні траєкторії фізичного розвитку. Так, у Львівському національному університеті імені Івана Франка було впроваджено заняття з оздоровчого плавання та йоги, а також туристичні програми адаптованого характеру. Подібні практики не лише покращували фізичний стан студентів, а й сприяли їх соціалізації, долаючи бар'єри ізольованості.

Ще однією особливістю стала інтеграція спортивно-оздоровчої діяльності в інституційний розвиток ЗВО, зокрема створення центрів студентського спорту, тьюторство у сфері фізичного саморозвитку.

Поширення набували у багатьох ЗВО України курси з елементами бойових мистецтв, фітнесу, кросфіту та прикладних технік. Наприклад, у Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника (ПНУ імені В.Стефаника) проводилися практичні курси з єдиноборств для студентів 1–2 курсів (модульна

структура, акцент на формування життєстійкості та мотивації до здорового способу життя) [331].

Поширення набули курси з елементами бойових мистецтв, фітнесу, кросфіту та прикладних технік. Наприклад, у ПНУ імені В.Стефаника проводилися практичні курси з єдиноборств для студентів 1–2 курсів (модульна структура з акцентом на формування життєстійкості та мотивації до здорового способу життя). У цьому ж контексті застосування національних єдиноборств слугувало підвищенню рівня соматичного здоров'я студентів (зокрема через варіативний модуль з єдиноборств, запроваджений з 2021 р. на фізкультурних факультетах ПНУ імені Василя Стефаника, Волинського національного університету імені Лесі Українки та ін.) [103; 241].

Інтеграція СОР в інституційний розвиток ЗВО виразно проявлялася у створенні центрів студентського спорту та запровадженні тьюторства у сфері фізичного саморозвитку. На електронних платформах Київського політехнічного інституту, ПНУ імені В.Стефаника, Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича та інших запроваджено дистанційні курси з трекінгом індивідуальної активності, звітністю через електронні журнали та можливістю завантаження фітнес-планів. У методичних рекомендаціях МОН персоналізовані індивідуальні траєкторії (вибір студентом власної модульної комбінації) відзначаються як сталий тренд.

Разом з тим важливо наголосити: інклюзивність, цифровізація та варіативність не витіснили класичні форми секційної й масової роботи. Масові заходи – студентські легкоатлетичні пробіги, фестивалі рухової активності – зберегли статус «якорів» студентського спорту, водночас набувши нових форматів на перетині спорту, дозвілля та громадянської активності (зокрема благодійні пробіги на підтримку ЗСУ).

Отже, загалом СОР у ЗВО переорієнтовувалась.

Університети активно впроваджували цифрові рішення для моніторингу фізичної активності та стану здоров'я студентів. Так, у Національному технічному

університеті України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського» застосовували системи, які дозволяли в реальному часі фіксувати фізіологічні показники, вести рефлексії, формувати індивідуальні карти здоров'я та пов'язувати тренування і фітнес-плани з освітніми модулями, включно з інтеграцією у Moodle та дистанційні курси. Подібний досвід мав і Навчально-науковий інститут охорони здоров'я і спорту Луганського національного університету імені Тараса Шевченка, де кафедра олімпійського та професійного спорту впроваджувала фітнес-програми та онлайн-моніторинг індивідуального прогресу здобувачів освіти [167].

Зокрема цікавим є розробка можливість у реальному часі фіксувати фізіологічні показники, вести рефлексії, формувати індивідуальні карти здоров'я та пов'язувати тренування і фітнес-плани з освітніми модулями, включаючи інтеграцію з Moodle та дистанційними курсами [295].

На електронних платформах Карпатського національного університету імені Василя Стефаника, Чернівецького національного університету імені Івана Франка та ін. впроваджено дистанційні курси із трекінгом індивідуальної активності, звітністю через електронні журнали та можливістю завантаження фітнес-планів) [153].

У багатьох ЗВО України застосовувались для індивідуальних завдань використовувались персоналізовані(вибір індивідуальної навчальної траєкторії) відзначають як сучасний тренд у методичних рекомендаціях МОН. Подальшого поширення набули й дистанційні курси з фізичного виховання, що поєднували трекінг активності з електронними журналами та можливістю завантаження індивідуальних фітнес-планів.

Паралельно зростала увага до персоналізованих освітніх траєкторій. У низці університетів, зокрема в Сумському державному університеті, організовувалися щотижневі онлайн-челенджі з використанням Strava, GarminConnect, Adidas Running; застосовувалися фітнес-трекери для моніторингу показників студентів, а дані синхронізували з Moodle та заносили в електронні щоденники здоров'я. У Запорізькому національному університеті активно використовували сучасні

фітнес-трекери (Xiaomi Mi Band, Samsung Galaxy Fit, Apple Watch) для моніторингу фізичної активності під час занять і програм з фітнесу.

У Запорізькому національному університеті впроваджувалось активне використання сучасних фітнес-трекерів (Xiaomi Mi Band, Samsung Galaxy Fit, Apple Watch) для моніторингу фізичної активності студентів під час занять і фітнес-програм. Фітнес-трекери впроваджувались у програми окремих факультетів (зокрема, факультету фізичного виховання), що дає змогу об'єктивно оцінювати фізичну активність і мотивувати молодь до систематичних занять руховою активністю [269; 308].

З розвитком цифровізації виникла потреба в оперативному адмініструванні процесів. Для цього активно застосовувалися Telegram-боти та канали, які дозволяли збирати й опрацьовувати дані активності, проводити опитування й анонси подій. Використання Google-форм, Moodle, Google Meet, Zoom та Office 365 дало можливість організувати модульні курси із трекінгом ключових студентських активностей, аналітикою рефлексій і складанням особистих щоденників здоров'я.

Разом із цифровими інноваціями важливою складовою залишався інклюзивний підхід. Для студентів СМГ розроблялися адаптовані програми та індивідуальні траєкторії фізичного розвитку. Так, у Львівському національному університеті імені Івана Франка для студентів зі СМГ упроваджено заняття з оздоровчого плавання та йоги, а також туристичні програми адаптованого характеру. Подібні практики не лише покращували фізичний стан студентів, а й сприяли їх соціалізації, долаючи бар'єри ізольованості [236].

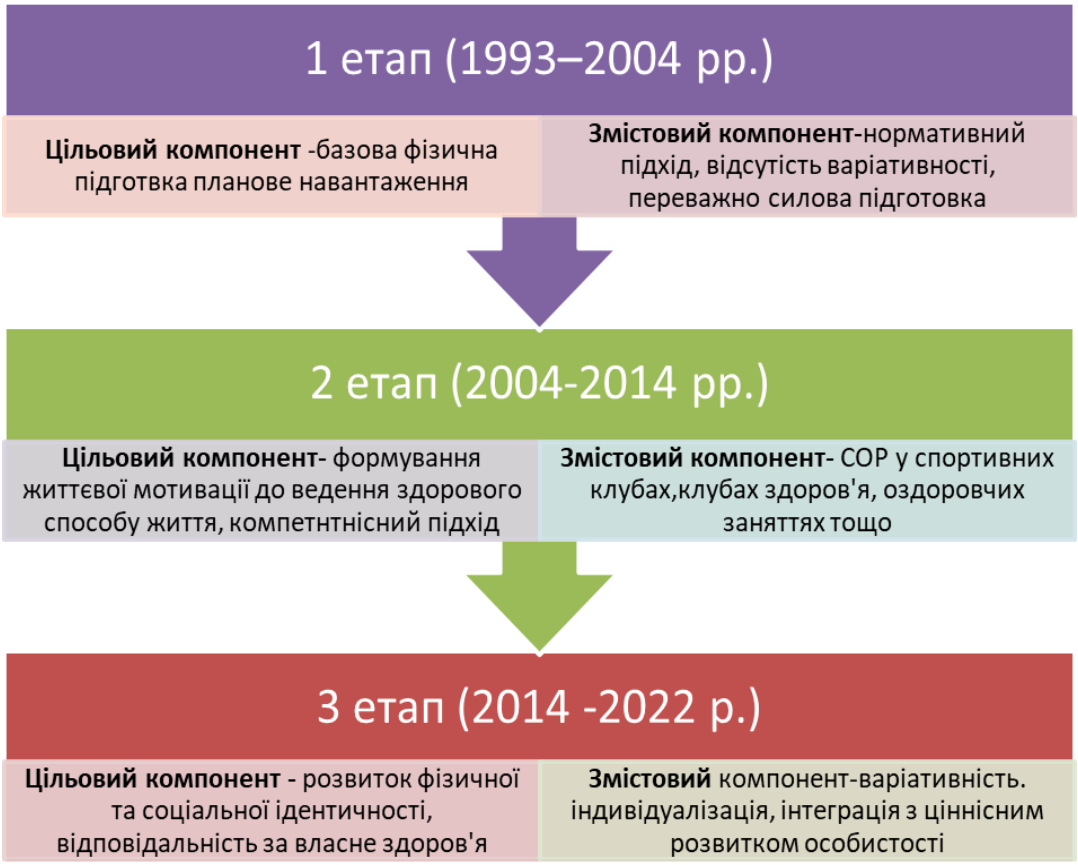


Рис. 2.1. Еволюція цільового та змістового компонентів СОР в ЗВО України (1991–2022 рр.)

Як видно з рис. 2.1. у 90-х рр. XX – першій чверті XXI ст. спостерігалося поступове переорієнтування змісту спортивно-оздоровчої діяльності із суто нормативно-фізичної складової на особистісно-орієнтовану парадигму, що враховувала інтереси, потреби та психофізіологічні особливості студентів. З’явилися інноваційні підходи до побудови змісту занять – впровадження нетрадиційних форм рухової активності, індивідуалізація навчання, використання здоров’язбережувальних технологій. Це засвідчило розширення цільових орієнтирів СОР – від формального забезпечення рухової активності до розвитку стійкої мотивації до здорового способу життя.

У зазначений період змістовий компонент СОР був спрямований на формування здорової, активної, соціально відповідальної особистості студента, а змістовий – поступово еволюціонував до гнучкої, варіативної моделі з акцентом на

особистісну самореалізацію, інтеграцію у студентське середовище, зміцнення фізичного, психічного та соціального здоров'я.

Аналіз сайтів понад 30 ЗВО України свідчить, що в другій половині 2014-х – на початку 2020-х рр. понад 80 % університетів мали факультативи, клуби або кафедри з фізичного виховання, які реалізовували програму СОР через гнучкий вибір студентом форми й змісту занять. В організації спортивних заходів чимала роль відводилась органам студентського самоврядування. Зокрема, у Карпатському національному університеті, в Університеті «Україна» та ін. Студентське самоврядування організувало різноманітні спортивні, квести, марафони, спортивні події, волонтерські проєкти, тематичні вечори («EuroSportFest», національно-патріотичні флешмоби) [81].

Профорієнтаційна діяльність через спорт отримувала новий імпульс завдяки проведенню фестивалів для школярів, – в університетських збірних, інтерактивних квестів та презентацій зразкових секцій під час Днів відкритих дверей. Інституалізований досвід, зосереджений у партнерських подіях із закладами середньої освіти, забезпечував знайомство потенційних абітурієнтів із цінностями здорового середовища університету, інфраструктурою, спортивними традиціями та механізмами залучення до студентської корпоративної культури. Прикладом є організація такої діяльності у Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника [282].

Ще одним завданням СОР з організації профорієнтаційної роботи через центри довузівської підготовки, майстер-класи, відкриті зустрічі й конкурси.

На даному етапі СОР засвідчувала стратегічний характер спортивно-оздоровчої роботи для студентського самоврядування та профорієнтації у сучасному українському університетському просторі.

Держава підтримала зміни через оновлення нормативної бази. Зокрема розроблено Державну Концепцію розвитку щоденного спорту в закладах освіти, що ставила завдання створити сучасну інфраструктуру для спорту в освіті та впровадити інноваційні оздоровчі технології [217].

Таким чином, на другому етапі відбувся остаточний перехід *від уніфікованих методів та форм організації СОР у ЗВО до варіативних:* кожен заклад мав право вибору моделей – від повної інтеграції в освітній процес (з оцінюванням у залікову книжку) до факультативного відвідування секцій. Також змінилась парадигма *«від масових форм до індивідуально-цифрових»:* масові заходи доповнено індивідуалізованими онлайн-активностями.

І головне – *від репродуктивного до інтерактивно-особистісного підходу:* студента розглядають як активного суб'єкта, що сам керує своєю руховою активністю за підтримки університету.

У 2014–2022 рр. позааудиторна СОР у ЗВО України активно спиралася на ігрові та змагальні методи, що реалізовувалися через міжфакультетські турніри (Київський національний університет імені Тараса Шевченка) [105], спартакіади (Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського) фітнес-квести та флешмоби, «Олімпійський тиждень» (Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника) та ігрові марафони й черлідинг [253; 256]. Значну роль у СОР відігравали методи самостійної фізичної активності. Зокрема поширеним став самостійний моніторинг стану здоров'я (пульс, тиск, суб'єктивне самопочуття), що стало нормою оздоровчої практики.

Заклади вищої освіти перейшли на варіативність у СОР через кілька ключових причин, що відображають зміни у суспільстві, освіті та потребах студентів.

По-перше, потреба в індивідуалізації освітнього процесу та спортивної активності зумовила розвиток гнучких моделей. Студенти мали різноманітні зацікавлення, можливості та рівень фізичної підготовки, тому уніфіковані масові форми не завжди були ефективними чи привабливими. Впровадження варіативних моделей сприяло тому, що кожен здобувач освіти міг обирати форму і рівень участі згідно зі своїми вподобаннями та можливостями.

По-друге, зміна парадигми підходів до СОР від масових заходів до інтерактивних і цифрових активностей вимагала різних форматів організації, які

могли бути як груповими, так і індивідуальними, із застосуванням новітніх інформаційних технологій.

По-третє, підвищення ролі студентського самоврядування і профорієнтації створювало запит на моделі, що підтримують автономію студентів у виборі фізичної активності, розширюючи їхню відповідальність та мотивацію до саморозвитку.

По-четверте, зміни у нормативно-правовій базі, яка дала свободу ЗВО у визначенні власних моделей організації спортивної роботи, створили умови для впровадження варіативності як способу підвищення якості та ефективності спортивно-оздоровчої діяльності.

Варіативність підтверджувалась на державному рівні. Національна стратегія з оздоровчої рухової активності на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» (затверджена Указом Президента у 2016 р.) визначила пріоритетом формування в молоді потреби в щоденній фізичній активності [149]. В контексті ЗВО ця стратегія вимагала переходу від примусової «навчальної» моделі до моделі «щоденного спорту для всіх». Для реалізації цього курсу МОНУкраїни, Міністерство молоді та спорту України у 2021 р. затвердили Концепцію розвитку щоденного спорту в закладах освіти [216]. Концепція передбачала запровадження новітніх підходів, для того, щоб СОР, зокрема фізична активність стала неодмінною частиною повсякденного життя студентів.

Отже, саме варіативність стала відповіддю на потреби студентів у персоналізації, технологічний розвиток, розширення можливостей самоврядування та зміну нормативних вимог, що в сукупності сприяло підвищенню якості й привабливості СОР у сучасних ЗВО.

Так, наприклад, у Київському політехнічному інституті імені Ігоря Сікорського було впроваджено систему, де *всі студенти мають можливість обрати спортивну секцію за власним бажанням як факультатив* і відвідувати її замість традиційних занять [257]. У Київському національному університеті ім. Тараса Шевченка кафедра фізичного виховання перейшла до системи, коли

студенти обирали секції самостійно на початку семестру. Для тих, хто не бажав відвідувати секції, передбачалась самостійна рухова активність з періодичним контролем нормативів [102]. Така *варіативність форматів* дозволила реалізувати давні педагогічні цілі: максимально врахувати інтереси і фізичні можливості студентів, підвищити мотивацію до занять через задоволення від улюбленого виду спорту, перейти від командно-обов'язкової моделі до *саморегульованої діяльності* студентів.

Важливим аспектом розвитку СОР на даному етапі стали методичні інновації. У цей період значно зросла роль *інтерактивних та особистісно-розвивальних методів СОР* у ЗВО України. Замість домінування репродуктивних методів, як от вправ «за зразком» наставники дедалі частіше застосовували *партнерську модель взаємодії, яка передбачала* залучення здобувачів вищої освіти до планування власної рухової активності. Студенти і надалі вели індивідуальні щоденники самоконтролю, працювати у малих групах над фітнес-проєктами. Наприклад, О. Гладощук описує методики розвитку рефлексивних навичок у студентів: аналіз власного самопочуття після навантажень, постановку персональних цілей (схуднути, підвищити витривалість тощо) і вибір відповідних засобів у вищому технічному закладі [48, с. 38]. На наше переконання дані методики є вкрай актуальними і доречними на сучасному етапі.

На даному етапі на кафедрах фізвиховання провідних педуніверситетів започатковувались використовувались обговорення відеоматеріалів з техніки вправ, використання навчальних веб-квестів з теорії оздоровчого тренування, як складові *інтерактивних технологій СОР.*

Аналіз джерельної бази підтверджує зростання уваги до *компетентнісного підходу до СОР, а й* формування стійкої здоров'язбережувальної компетентності – здатності студента самостійно підтримувати свій руховий режим і фізичну форму протягом життя.

Зокрема у Дніпровському державному технічному університеті була розроблена модель « ..здорової поведінки для студентів спеціальних медичних

груп. Зі студентами спеціальних медичних груп проводилися психокорекційні тренінги з використанням інтерактивних методів навчання» [48, с. 40].

Суттєвого поширення набули методи наставництва, де старшокурсники або студенти-активісти проводили для молодших колег фітнес-уроки, організовували групи для початківців, спортивні майстер-класи (йога, танцювальна аеробіка, тренінги з реабілітації), що забезпечило широку залученість до позааудиторної діяльності й підтримку студентів молодших курсів [164].

Завершальну роль відігравали методи творчої самореалізації. Формувались спортивно-оздоровчі клуби за інтересами – велоспорт, туризм, танці, скандинавська ходьба, впроваджувались флешмоби, марафони, конкурси спортивних відео, спортивні фотозвіти, що сприяло ініціативності, згуртованості та підтримці здорового стилю життя.

Відбулися позитивні зміни й в методах роботи зі студентами, що мали відхилення стану здоров'я. В освітній процес ЗВО впроваджувались *індивідуально-диференційовані програми* для СМГ, що включали елементи оздоровчих фітнес-технологій та реабілітаційної фізкультури [48,с.40]. В окремих університетах (наприклад, технічних і класичних університетах Дніпра, Львова, Києва) створено спеціальні *оздоровчі групи йоги, пілатесу, лікувального плавання* саме для студентів СМГ. Як приклад, у Львівському національному університеті ім. І. Франка для студентів зі спеціальною медичною групою запроваджено заняття з оздоровчого плавання та йоги, а також туристичні програми адаптованого характеру [259]. Такий підхід не тільки покращує фізичний стан цих студентів, але й сприяє їх соціалізації: замість відчуття ізольованості від основного потоку вони реалізують себе у посильних видах активності.

Детальніше найбільш поширені методи СОР у досліджуваний період подаємо у табл. 2.4.

Їх систематизація дозволяє простежити, як відбувалося поєднання класичних форм навчання з новітніми підходами, спрямованими на індивідуалізацію та розвиток компетентностей студентів.

Таблиця 2.4

Методи СОР у закладах вищої освіти України (1993–2022 рр.)

Група методів	**Конкретні методи**	**Очікувані результати**	**Приклади застосування**
Аудиторні	інструктивно-пояснювальний, повторно-тренувальний, ігровий	формування рухових умінь, розвиток фізичних якостей	обов'язкові заняття з фізичного виховання; інструктаж перед тестами
Секційні	тренувально-змагальний, груповий, індивідуалізований	підвищення спортивної майстерності, розвиток мотивації	секції з футболу, легкої атлетики, єдиноборств (НПУ ім. Драгоманова, ЛНУ ім. Франка)
Масові	методи організації змагань, свят, флешмобів, спартакіад	залучення широкого кола студентів, виховання колективізму	студентські спартакіади, дні здоров'я, універсіади (НУБіП, ЗНУ)
Оздоровчо-рекреаційні	фітнес-технології, аеробіка, оздоровчий біг, туризм	покращення функціонального стану, рекреація, профілактика захворювань	фітнес-програми у секціях, туристичні походи (ЛДУФК, ЧНУ)
Цифрові	онлайн-заняття, відеоінструктаж, е-щоденники самоконтролю	індивідуалізація, дистанційний контроль, розвиток самодисципліни	LMS-курси з видів спорту, онлайн-челенджі (період карантину 2020–2021)

Як видно з табл. 2.4., поступово формувався широкий спектр методів, який поєднував традиційні аудиторні практики з новими цифровими та оздоровчо-рекреаційними підходами. Це відображало еволюцію СОР від переважно нормативного контролю до варіативної системи, зорієнтованої на потреби та інтереси студентів.

Загалом упродовж досліджуваного періоду методи СОР у ЗВО характеризувалися широтою підходів і поєднанням методів фізичного та психоемоційного впливу. Найбільш поширеними залишалися вправи з рухової

активності (оздоровчі комплекси, спортивні ігри, туристичні походи, піші прогулянки), проте їхня структура поступово модернізувалася відповідно до запитів суспільства і науки. Від масового одноманіття університети переходили до індивідуально зорієнтованого різноманіття, що проявлялося у впровадженні клубів здоров'я, воркшопів, тренінгів, челенджів та акцій, спрямованих на формування культури здорового способу життя.

Порівняльний аналіз підтверджує чіткий тренд оновлення методів відповідно до сучасних потреб – від масового одноманіття до індивідуально зорієнтованого різноманіття. Університети активно організовували клуби здоров'я, зустрічі з фахівцями; навички здорового способу життя впроваджувалися через воркшопи, тренінги, челенджі, акції. Особливий акцент робився на розвитку лідерських якостей та самостійній організації спортивних подій силами студентства. У столичних ЗВО проводилися круглі столи й семінари з проблем фізичної культури, у західному регіоні – розвивалася тематика олімпійської освіти як засобу патріотичного та оздоровчого виховання молоді, тоді як харківські університети ставали центром обговорення медико-біологічних аспектів спортивного оздоровлення. Це забезпечувало міжрегіональне різноманіття практик.

Як показують дослідження, СОР у ЗВО істотно модернізувалася та відрізнялася залежно від профілю факультетів (див. додаток Г). На факультетах фізичного виховання і спорту вона інтегрувалася у навчальні плани, включала поглиблену підготовку з видів спорту, навчально-тренувальні збори, розширений обсяг годин і секційно-змагальну активність. Водночас на нефізкультурних факультетах спортивно-оздоровча діяльність мала рекреаційно-оздоровчу та соціально-комунікативну спрямованість, забезпечуючи базову фізичну активність студентів і масові форми дозвілля.

Вивчення джерельної бази підтверджує, що якщо на факультетах фізичного виховання робота мала системний і професійно спрямований характер, то в інших ЗВО вона виконувала радше компенсаторну функцію. Така різниця зумовлювала потребу у створенні комплексних моделей організації СОР [276; 1].

Аналіз навчальних планів і програм позааудиторної виховної роботи понад 50 університетів (див.додаток Ґ) показав, що понад 80% із них реалізовували спортивно-оздоровчі програми через гнучкий вибір студентом форм і змісту занять. Разом із тим, залишалася проблемною нерівномірність матеріальної бази, особливо у регіональних ЗВО. Це впливало на масштаб і сталість реалізації програм. На даному етапі понад найбільшого поширення набирали факультативи, спортивні клуби модернізувалися. У них реалізовувались програми через гнучкий вибір студентом форми й змісту занять. Проте значною проблемою залишалася нерівномірність матеріальної бази, особливо в регіональних ЗВО.

Загалом упродовж досліджуваного періоду методи СОР у ЗВО характеризувалися широтою підходів і поєднанням методів фізичного та психоемоційного впливу. Найбільш поширеними залишалися вправи з рухової активності (оздоровчі комплекси, спортивні ігри, туристичні походи, піші прогулянки), проте їхня структура поступово модернізувалася відповідно до запитів суспільства і науки. Від масового одноманіття університети переходили до індивідуально зорієнтованого різноманіття, що виражалося у впровадженні клубів здоров'я, воркшопів, тренінгів, челенджів та акцій, спрямованих на формування культури здорового способу життя. Порівняльний аналіз підтверджує чіткий напрям до оновлення методів відповідно до сучасних запитів суспільства і науки – від *масового одноманіття* до *індивідуально зорієнтованого різноманіття*.

Університети активно організовували клуби здоров'я, зустрічі з фахівцями; навички здорового способу життя впроваджувалися через воркшопи, тренінги, челенджі, акції. Особливий акцент робився на розвитку лідерських якостей та самостійній організації спортивних подій силами студентства. У столичних ЗВО проводилися круглі столи й семінари з проблем фізичної культури, у західному регіоні – розвивалася тематика олімпійської освіти як засобу патріотичного та оздоровчого виховання молоді, тоді як Харківські університети ставали центром обговорення медико-біологічних аспектів спортивного оздоровлення. Це забезпечувало міжрегіональне різноманіття практик [158].

Як показують дослідження, СОР у ЗВО істотно модернізувалася та відрізнялася залежно від профілю факультетів. На факультетах фізичного виховання і спорту вона інтегрувалася у навчальні плани, включала поглиблену підготовку з видів спорту, навчально-тренувальні збори, розширений обсяг годин і секційно-змагальну активність. Водночас на нефізкультурних факультетах спортивно-оздоровча діяльність мала рекреаційно-оздоровчу та соціально-комунікативну спрямованість, забезпечуючи базову фізичну активність студентів і масові форми дозвілля.

Порівняльний аналіз підтверджує: якщо на факультетах фізичного виховання робота мала системний і професійно спрямований характер, то в інших ЗВО вона виконувала радше компенсаторну функцію. Така різниця зумовлювала потребу у створенні комплексних моделей організації спортивно-оздоровчої діяльності з урахуванням профільної специфіки.

Важливим підсумком стало формування багатокомпонентної структури СОР, яка поєднувала аудиторні заняття, секційно-змагальну діяльність, оздоровчі програми, інклюзивні практики й цифрові формати. Багатовекторність підтвердив SWOT-аналіз, що дозволив виявити як сильні, так і слабкі сторони системи, її можливості та загрози.

Як зазначають С. Присяжнюк, Д. Оленєв та ін. у межах ЗВО СОР охоплювала три основні форми. Перша – реалізовувалася на академічних заняттях у навчальних годинах і мала на меті комплексне вирішення трьох груп педагогічних завдань: освітніх, оздоровчих і виховних. Друга передбачала активні заняття спортом у вільні від навчання години, причому пріоритетним напрямом реалізації освітніх і виховних завдань виступав максимальний розвиток рухових здібностей, що забезпечує досягнення високого рівня спортивно-технічної майстерності студентів. Третя - охоплювала активне дозвілля студентів і передбачала організацію самостійних занять у позанавчальні години з використанням різних форм і засобів фізичної культури. При цьому пріоритетним напрямом реалізації освітніх і виховних завдань виступив максимальний розвиток рухових здібностей, що

забезпечують досягнення високого рівня спортивно-технічної майстерності студентів; третя – охоплювала активне дозвілля студентів і передбачає організацію самостійних занять у позанавчальні години з використанням різних форм і засобів фізичної культури [207, с. 55].

Добровільне щорічне оцінювання за Порядком КМУ (2015) та тестами/Інструкцією ММС (2018) перевело студента у позицію активного суб'єкта вимірювання (планування, відстеження прогресу, корекція навантажень). ЗВО інтегрували ці механізми у внутрішні системи якості та індивідуальні плани.

Умови карантину закріпили змішані/онлайн-ролі: відвідування синхронних/асинхронних занять, ведення е-щоденників самоконтролю, участь у LMS-курсах із видів спорту, онлайн-челенджах і дистанційних змаганнях, що відображено в інструктивних листах МОН щодо організації роботи в період адаптивного карантину.

Порівняльний аналіз розвитку СОР зі здобувачами вищої освіти у ЗВО України засвідчує, що на факультетах фізичного виховання вона мала системний і професійно спрямований характер, тоді як в інших ЗВО виконувала більше рекреаційно-оздоровчу та соціально-комунікативну функції. Разом із тим саме студенти нефізкультурних факультетів стали основною цільовою аудиторією для розвитку масового спорту в університетах.

Нами проведено порівняльний аналіз еволюції змісту СОР на факультетах фізичного виховання та спорту і на інших факультетах (технічні, гуманітарні, медичні, мистецькі тощо (див. Додаток Д). Як видно з додатку Д, зміст СОР на факультетах фізичного виховання і спорту мав спеціалізований характер і був невід'ємною частиною професійної підготовки студентів.

Загалом така робота характеризувалася не надто високим рівнем матеріально-технічного забезпечення, проте – високим професійним кадровим складом і тісною інтеграцією з науково-дослідною діяльністю. На факультетах фізичного виховання та спорту вона включала три рівні змісту: загальноуніверситетську компоненту (для всіх студентів), професійно орієнтовані модулі з теорії й методики видів

спорту, тренерської роботи, спортивної підготовки, а також розширену секційно-змагальну активність і індивідуальні плани спортсменів-професіоналів. У робочих програмах (напр., Дніпровська академія фізичної культури) окреслюються окремі змістові блоки: «організація спортивно-масової роботи у ЗВО», «робота спортивних секцій», «менеджмент студентських змагань».

На нефізкультурних факультетах ядром СОР ставала аудиторна дисципліна з варіативними модулями та широка мережа секцій/масових подій під егідою спортивного клубу (Львівський національний університет, Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника, Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», Київський національний університет імені Тараса Шевченка та ін.). Основою СОР було формування компетентностей здорового способу життя й командної взаємодії, а зміст поєднував аудиторні модулі із секційною/клубною активністю, у тому числі з зарахуванням індивідуальних досягнень у масових стартах.

Своєю чергою, на інших факультетах ця робота мала загальнооздоровчу та масову спрямованість, спрямовану на забезпечення фізичного розвитку і формування здорових звичок. Рівень участі студентів у спортивно-масових заходах залежав від особистої мотивації, умов навчання та організаційної підтримки з боку ЗВО.

На даному етапі характерним було впровадження у практику організації СОР у ЗВО принципів теорії та методики фізичного виховання, які передбачають поєднання аудиторних і позааудиторних форм, а також стимулювання студентської самостійності в опануванні рухових навичок. Загалом теоретичні дослідження окреслили еволюцію методів: від класичних (навчально-тренувальних, секційних, змагальних) у 1990-х – до рекреаційних і цифрових у 2014–2022 рр., що відповідало трансформації освітньо-оздоровчої парадигми.

Методичний діапазон сучасних рекреаційних технологій (фітнес, туризм, скандинавська ходьба, диференціація та індивідуалізація діяльності) аналізується Ю. Вихляєвим, О. Петришиним та ін.; автори акцентують на ролі позааудиторної

оздоровчої роботи, веденні щоденників активності, моніторингу фізичного стану студентів [43; с. 43–89].

Особливого поширення у досліджуваний період набували фітнес-програми як організовані заняття з фізичного виховання (групові та індивідуальні). Їх основною метою, за даними джерел, була оздоровчо-кондиційна спрямованість, зниження ризику розвитку захворювань, досягнення і підтримка певного рівня фізичного стану [64, с. 216].

Фітнес-програми, що використовувалися на позааудиторних заняттях з фізичного виховання у ЗВО, орієнтувалися на:

- один вид рухової діяльності (аеробіка, оздоровчий біг, плавання тощо);

- поєднання кількох видів рухової активності (наприклад, аеробіка та бодібілдинг, аеробіка та стретчинг, оздоровче плавання і біг);

- поєднання одного або кількох видів рухової активності та факторів здорового способу життя (аеробіка і загартовування; бодібілдинг і масаж; оздоровче плавання і комплекс водолікувальних відновлювальних процедур тощо)» [64, с.216].

У межах програм академічної мобільності (Erasmus+, Tempus, міжуніверситетські угоди тощо) роль інструменту інтеграції та соціалізації учасників міжнародних обмінів виконували масові спортивні заходи. Проведення міжкультурних турнірів, фестивалів здоров’я, friendly matches створює можливості для обміну досвідом, формування міжкультурної комунікації та долучення студентів до європейської культури здорового способу життя. Прикладом були щорічні студентські фестивалі для учасників мобільності у Запорізькому національному університеті, міжвузівські спортивно-культурні зустрічі в Чернівецькому національному університеті імені Юрія Федьковича, спортивні заліки для міжнародних студентів у КПІ ім. Ігоря Сікорського, що поєднували командну роботу, змагальність та освітні виклики [152; 257; 284].

Визначна роль у СОР зі здобувачами освіти у ЗВО України на даному етапі відводилось студентському самоврядуванню, яке стало не лише ініціатором, а й активним суб’єктом організації спартакіад, внутрішньоуніверситетських турнірів,

фестивалів активного дозвілля, профілактичних та соціальних челенджів. Залучення студентських рад до організації циклу заходів, таких як «День здоров'я», велофестивалів, інтелектуально-спортивних квестів, благодійних марафонів та ін. формувало середовище лідерства і самоорганізації, сприяло розвитку soft skills та впровадженню цінностей здорового стилю життя.

Масовість і різноманіття подій забезпечувалися завдяки використанню цифрових платформ і соціальних мереж, автоматизації реєстрації, онлайн-аналізу активності учасників. Масовість і різноманіття подій досягались через використання цифрових платформ, соціальних мереж, автоматизацію реєстрації, онлайн-аналізу активності учасників.

Важливо, що спортивні фестивалі та події виконували багатофункціональні завдання. ставали мостом між освітньою, виховною й профілактичною роботою університету; підтримували інституційну ідентичність і розвивали інтеркультурну комунікацію між студентами різних країн; сприяли інклюзивності, профілактиці деструктивної поведінки, розвитку волонтерства та соціальної відповідальності. Реалізації таких заходів сприяла співпраця з органами місцевого самоврядування, спортивними федераціями, громадськими асоціаціями, а впровадження цифрових рішень (онлайн-трекінгу заходів, соціальних челенджів, персональних кабінетів учасників) дозволяло підвищити мотивацію, масштабованість та прозорість організації.

Організація спортивних подій і фестивалів у ЗВО України у межах академічної мобільності, студентського самоврядування та профорієнтації створювала унікальне багатовекторне середовище для зміцнення здоров'я, соціального капіталу, розвитку компетентностей і міжнародного позиціювання закладів вищої освіти.

Масова позааудиторна спортивна робота на факультетах фізичного виховання передбачала регулярну участь у змаганнях різного рівня (від університетських до міжнародних), організацію спортивних свят, показових виступів, суддівство змагань та тренерську практику. Представники цих факультетів нерідко виступали

організаторами та інструкторами такої діяльності на непрофільних факультетах. Загалом, як показує дослідження, на даному етапі відбувалися модернізація та інтеграція СОР, простежувався перехід від «єдиної моделі» до варіативних форматів, коли здобувач освіти обирає вид спортивно-оздоровчої активності (елективні курси, секційна, індивідуальна/тьюторська робота) і несе відповідальність за самоконтроль та відвідуваність.

На основі джерельної бази ми провели детальний аналіз ролі здобувачів вищої освіти в організації та реалізації СОР ЗВО (2014–2022 рр.). Як видно з додатоку Е., ролі здобувачів зміщувалися від пасивного «відвідувача секції» до члена організованої спільноти, що діє за локальними регламентами (права/обов’язки члена секції та спортивного клубу, участь у зборах, виборність). Зокрема, у Положеннях про спартакіади студентів фіксувалися ролі та обов’язки учасників (подання заявок, дотримання правил, взаємодія) і відкривалися канали залучення до організації: волонтерство, секретаріат, промо, логістика. Така «календаризація участі» посилювала мотивацію, дисципліну та видимість результатів. У Положеннях про проведення спартакіад у ЗВО України (наприклад, Національного університету фізичного виховання і спорту України, Національного університету біоресурсів і природокористування України тощо) прописано весь цикл організації.

Положення спартакіад визначали детальні ролі та обов’язки учасників: подання заявок через деканати, дотримання медичних вимог, забезпечення присутності тренера-куратора команди, систему оскаржень і протестів. Документи відкривали канали для залучення до організації через волонтерство (допомога у проведенні змагань), секретаріат (ведення протоколів і документації), промоційну діяльність (інформування про заходи) та логістику (забезпечення інвентарем і приміщеннями). У «Положенні про проведення Спартакіади» Запорізького національного університету та Поліського національного університету визначено структуру управління спортивними заходами. Створено Головну суддівську колегію, призначено відповідальних викладачів за спортивно-масову роботу на кожному факультеті, а загальне керівництво здійснювала кафедра фізичного

виховання спільно зі спортивним клубом. Студенти залучалися до організації через систему факультетських команд, подання заявок, дотримання правил змагань та участь у нагородженні переможців.

На даному етапі значну роль у СОР у ЗВО відігравали амбасадорство «щоденного спорту» та peer-лідерство. Після ухвалення Національної стратегії з оздоровчої рухової активності (2016) і Концепції розвитку щоденного спорту (спільний наказ МОН України та Міністерства молоді та спорту України, 2021) студенти виконували просвітницько-мобілізаційну роль, ініціювали челенджі, формували спільноти за інтересами, інтегрували «малодозову» щоденну активність у розклад [190; 191].

Важливим аспектом змісту СОР зі здобувачами вищої освіти стала організація спортивних подій і фестивалів у межах академічної мобільності, студентського самоврядування та профорієнтаційної діяльності (див. доаток Є). Їхні завдання передбачали забезпечення цілісного освітнього середовища, спрямованого на формування культури здоров'я, підвищення соціальної активності й життєстійкості студентської молоді. Сучасна тенденція розвитку СОР у ЗВО передбачала такі події не лише як елемент дозвілля, а як стратегічний простір академічної мобільності, розвитку студентського самоврядування й профорієнтації. ЗВО України реалізовували академічну мобільність через програми міжнародного та внутрішнього обміну, подвійні дипломи, стажування, участь у спільних дослідницьких проєктах.

Варто підкреслити, що кожен ЗВО обрав власну траєкторію реалізації нових підходів до СОР. Зокрема, НУФВСУ виступив методичним центром, розробляючи типові навчальні програми з варіативними модулями та посібники з методики для СМГ. НТУ «Харківський політехнічний інститут» акцентував роботу в умовах дистанційного навчання, впровадивши онлайн-модуль «Фізична культура» з відеоуроками та тестуванням теоретичних знань (С. Чернігівська, В. Приходько). Львівський державний університет фізичної культури продовжив наукові дослідження з інноваційних технологій (Є. Приступа та ін.): розроблено програми

з фізичної рекреації для студентів немедичних спеціальностей, які включають елементи ігор, танцювальної аеробіки та релаксації. Чернівецький національний університет відомий організацією щорічних туристичних зльотів, що поєднують спортивне орієнтування, пішохідний туризм і краєзнавство як форму оздоровлення. Національний педагогічний університет ім. М. Драгоманова розвинув систему рейтингів здоров'я. Кафедра фізвиховання під керівництвом проф. В. Лисака запровадила моніторинг фізичного стану студентів (тестування за методикою Г. Апанасенка та Т. Круцевич) на початку і в кінці навчального року, результати якого враховуються при оцінюванні успішності. Це стимулювало молодь працювати над собою протягом року. ПНУ ім. В. Стефаника активно впроваджує концепцію «Університет – простір здоров'я». Окрім елективних занять з вибраних видів спорту, відкрито Центр студентського спорту, де проводяться регулярні фітнес-марафони, працюють консультанти-тренери з-поміж викладачів і магістрантів факультету фізичного виховання. Таким чином, досвід провідних ЗВО підтверджує загальноукраїнську тенденцію, що методи СОР стали гнучкими, різноманітними та інноваційними, відповідаючи сучасним педагогічним цілям. які передбачали формування здорової, активної, свідомої особистості студента.

Серед найбільш поширених форматів закріпилися науково-практичні конференції з питань СОР. Зокрема, Харківська державна академія фізичної культури та Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича проводили традиційні Міжнародні науково-практичні конференції «Фізична культура, спорт і здоров'я: стан, проблеми та перспективи», які зберігають актуальність до сьогодні. Вони охоплювали широке коло питань, включаючи оздоровлення студентської молоді. Серія конференцій «Молодь та олімпійський рух», що проводилася з початку 2000-х років, стала важливою платформою для обговорення питань спортивного оздоровлення молоді. Показовим було проведення 11–12 квітня 2013 р. у м. Києві (НУФВСУ) VI Міжнародної практичної конференції молодих учених «Молодь та олімпійський рух», у межах якої відбувся форум «Студент і спортивна наука». Серед організаторів стало Міністерство освіти

і науки України, Національний олімпійський комітет України, Українська академія наук, Олімпійська академія України та НУФВСУ під патронатом Міжнародної асоціації університетів фізичної культури і спорту. Наукові напрями конференції передбачали : психолого-педагогічні аспекти фізичного виховання і спорту; науково-методичні засади спорту для всіх, фітнесу і рекреації; проблеми формування здорового способу життя у школярів та молоді.

Щодо позааудиторних форм організації СОР у ЗВО України, то на даному етапі вони інтенсивно розвивалися. Позааудиторна активність студентів набувала значного поширення. Традиційні масові заходи (спартакіади, «Дні здоров'я») продовжували проводитися, але доповнювалися новими форматами. З 2015 р. активно розвивався рух «Спорт для всіх щодня», поширювалися міжнародні Дні спорту та здоров'я, флешмоби, масові танцювальні зарядки, забіги на короткі дистанції. За прикладом Всесвітнього дня здоров'я студенти організовували онлайн-флешмоби на тему здорового способу життя.

Такий досвід демонстрував проникнення цифрових технологій у сферу студентського спорту через соціальні мережі, які стали звичними інструментами залучення молоді. Під час пандемії COVID-19 (2020–2021 рр.) багато заходів перейшли у дистанційний формат. Проводилися онлайн-змагання (конкурси відеороликів домашніх тренувань), віртуальні турніри з шахів або кіберспортивні ліги між університетами. Це суттєво розширило аудиторію оздоровчих активностей, дозволивши охопити тих студентів, які раніше не брали участі у традиційних секційних заняттях. Наприклад, у жовтні 2020 р. на факультеті фізичного виховання і спорту Харківського національного університету імені Г. Сковороди було організовано відеоконкурс, який стимулював студентів творчо презентувати себе в онлайн-форматі. До прикладів використання соціальних мереж та інтерактивних платформ (вікторини, челенджі) належать:

- перенесення в онлайн подій, що раніше проводилися очно;
- організація всеукраїнських змагань (як-от Зимова універсіада), які відбувалися за планом попри карантинні обмеження;

- конкурси відеоформату як прояв дистанційної інтеграції студентів у спортивне життя.

У 2014–2022 рр. помітно посилилася роль студентських ініціатив та амбасадорів спорту. Студентське самоврядування активно долучалося до популяризації фізичної активності. У багатьох університетах створено позиції або волонтерські осередки здорового способу життя – амбасадори «щоденного спорту» серед студентства. Ці лідери організовували спортивні флешмоби, вели сторінки в соцмережах про користь рухової активності, мотивували однокурсників особистим прикладом. За підтримки Міністерства освіти і науки України й Національного олімпійського комітету України впроваджувалися програми на кшталт «Молодь обирає здоров'я» із залученням студентів-активістів як агентів змін. Наприклад, у ПНУ імені Василя Стефаника за участю відділення Національного олімпійського комітету України НОК було запроваджено акцію «Олімпійський тиждень», де студентські лідери щоденно проводили руханки перед заняттями. Новий імпульс отримала клубна робота (див. додаток Ж). Окрім звичних спортивних секцій, з'являлися фітнес-клуби при студентських гуртожитках, бігові клуби вихідного дня, групи скандинавської ходьби. Помітною тенденцією стало об'єднання зусиль університетів і місцевих громад: відкриті міські забіги, студентські велопробіги, квести з орієнтування проводилися за активної ініціативи студентства. Така інтеграція підсилювала статус студентів як амбасадорів здорового способу життя у ширшому соціумі.

Упродовж 2014–2022 рр. СОР у ЗВО України пройшла шлях від відносно уніфікованої, нормативно регламентованої системи до варіативної, особистісно орієнтованої та технологічно інтегрованої моделі. На рубежі століть домінувала обов'язкова аудиторна робота з акцентом на нормативи і дисципліну, масові заходи мали характер фізкультурних парадів. На початку 2020-х в університетах утвердилися принципово інші підходи: елективність і вибір траєкторії фізичного розвитку, цифровізація і поєднання очних та дистанційних форм, інтерактивність методів навчання, що залучають студента до активної позиції. Зміни відображають

загальну педагогічну еволюцію – перехід від парадигми, де студент є об'єктом впливу (виконує задані вправи), до парадигми, де студент стає суб'єктом, партнером викладача у підтримці власного здоров'я. Такий підхід узгоджувався з європейськими тенденціями розвитку «dual career» і «lifelong fitness» та підтримувався на державному рівні програмами й стратегіями, спрямованими на утвердження здорового способу життя молоді. Отже, методи СОР у ЗВО України за досліджуваний період розвивалися у напрямі гуманізації, індивідуалізації та інноваційності, що підтверджується як нормативними документами, так і практикою провідних університетів. Це створює підґрунтя для підвищення ефективності фізичного виховання студентів та, у перспективі, для поліпшення стану здоров'я молодого покоління.

Розвиток та еволюція СОР у ЗВО поступово змінювалися від жорстко регламентованого навчального предмета до гнучкої, особистісно орієнтованої системи, яка охоплювала: обов'язкові навчальні заняття з фізичного виховання; спортивно-масову роботу (змагання, студентські клуби, секції); оздоровчі програми (йога, фітнес, дихальні техніки, рекреаційна активність); інклюзивні програми для студентів з особливими освітніми потребами; інноваційні підходи до моніторингу фізичної активності (використання фітнес-трекерів, мобільних застосунків тощо) [79]. Наприклад, у жовтні 2020 р. на факультеті фізичного виховання і спорту Харківського національного університету імені Г. Сковороди було організовано *відеоконкурс,* який стимулював студентів творчо презентувати себе в онлайн-форматі [95]. Серед прикладів використання *соціальних мереж чи інтерактивних платформ* (як вікторини, челенджі) нами визначено:

- застосування онлайн-форматів для події, що раніше проводилися очно;

- організація Всеукраїнських змагань (як Зимова універсіада), які проводились за планом, навіть попри карантинні обмеження.

Аналіз наукових джерел засвідчив зростання ролі позанавчальної фізкультурно-оздоровчої діяльності у закладах вищої освіти. До найпоширеніших її форм належали: «Дні здоров'я» з активним відпочинком на свіжому повітрі,

туристичні походи й змагання з орієнтування, літні оздоровчі табори, масові фізкультурно-спортивні заходи з елементами естетики та розваг («Веселі старти», «Ну-мо, хлопці» тощо), спартакіади, універсіади, матчеві зустрічі, дні бігуна чи плавця, участь у спортивних секціях та групах лікувальної фізкультури, самостійні тренування, гігієнічні й загартувальні процедури [105; 151]

Таке різноманіття форм забезпечувало комплексне поєднання фізичного й психоемоційного впливу, сприяло розвитку навичок soft skills - упевненості в собі, ініціативності, відповідальності, вміння працювати в команді, ухвалювати рішення в непередбачуваних ситуаціях.

Паралельно змінювалася організація позааудиторної спортивно-масової роботи. Замість формального відвідування заходів університети створювали систему мотиваційних стимулів і можливість індивідуальних освітніх траєкторій. Позааудиторна діяльність дедалі частіше враховувалась у рейтингу студентів і могла впливати на стипендії, участь у програмах мобільності чи волонтерських проєктах. Такий підхід забезпечував сталу мотивацію й залучення студентів до регулярних занять спортом. Університетські ЗМІ та соціальні мережі висвітлювали досягнення студентів, формуючи позитивний імідж активної молоді [145; 170; 241; 282].

У ЗВО активно впроваджували тестові завдання та комплексні нормативи, які застосовувалися не лише в аудиторній, але й у секційній роботі. Це мотивувало студентів систематично тренуватись для підтвердження особистого прогресу.

Важливим було стимулювання фізичної активності через соціальні бонуси. Поширеною практикою було врахування спортивної активності як пріоритетного критерію при відборі студентів до програм мобільності, волонтерських чи міжнародних проєктів. У низці університетів успішність у спорті забезпечувала доступ до додаткових ресурсів: спортивних стипендій, знижок на освітні послуги, пільг при поселенні у гуртожиток. Поряд із традиційними спартакіадами університети розширювали спектр змагань: від внутрішньофакультетських до міжрегіональних турнірів. Конкурентна атмосфера та публічне визнання перемог

сприяли залученню значно більшої кількості студентів, а органи студентського самоврядування нерідко забезпечували матеріальне заохочення переможців. Значною інновацією стало документування результатів через сертифікати спортивних досягнень, що додавалися до індивідуального портфоліо здобувача освіти. У низці випадків університети надавали додаткові кваліфікації (наприклад, «суддя аматорських змагань», «тренер секції») із записом у додаток до диплома. Це створювало пряму кореляцію між спортивною активністю та майбутньою професійною конкурентоспроможністю. Університетські ЗМІ, соціальні мережі й сайти стали важливими каналами висвітлення спортивних успіхів студентів. Розміщення інтерв'ю з переможцями, публікація фото- й відеозвітів, змагань формували позитивний імідж активних студентів, водночас створюючи приклади для наслідування [64, с. 125–126].

Досвід українських ЗВО підтверджує, що університети могли включати спортивні досягнення у систему мотиваційних стимулів. Наприклад, у Чернівецькому національному університеті імені Юрія Федьковича студенти з пільгових категорій, серед яких активні спортсмени, отримують соціальні стипендії, безкоштовне забезпечення підручниками та проживання у гуртожитку, що створювало сприятливе середовище для спортивної участі [264]. Аналогічний підхід застосовувався в Ужгородському національному університеті, де першочергове поселення в гуртожиток може бути формою заохочення спортивно-активної молоді [278].

Як приклад у Київському університеті імені Бориса Грінченка спортивні здобутки студентів враховуються у рейтинговій системі успішності, що відображено у внутрішніх положеннях факультету фізичного виховання [200], у НУФВСУ України оприлюднювалися семестрові рейтинги студентів, які враховували не лише академічні, а й спортивні результати [150]. У ПНУ імені Василя Стефаника система рейтингування факультету фізичного виховання та спорту також інтегрувала спортивно-оздоровчі досягнення студентів [111].

Отже, доречним стало те, що спортивні результати офіційно враховувалися у системі оцінювання успішності, що посилювало мотивацію студентів і водночас інтегрувало спортивну діяльність у загальну систему якості освіти.

Упродовж 2014–2022 рр. СОР у ЗВО України пройшла шлях від відносно уніфікованої, нормативно регламентованої системи до варіативної, особистісно орієнтованої та технологічно інтегрованої моделі. На рубежі століть домінувала обов'язкова аудиторна робота з акцентом на нормативи і дисципліну, масові заходи мали характер фізкультурних парадів. Станом на початок 2020-х в університетах утвердилися принципово інші підходи: елективність і вибір траєкторії фізичного розвитку, цифровізація і поєднання очних та дистанційних форм, інтерактивність методів навчання, що залучають студента до активної позиції. Ці зміни відображають загальну педагогічну еволюцію – перехід від парадигми, де студент є об'єктом впливу (виконує задані вправи), до парадигми, де студент стає суб'єктом, партнером викладача у підтримці власного здоров'я. Такий підхід узгоджувався з європейськими тенденціями розвитку «dual career» і «lifelong fitness» та підтримується на державному рівні програмами і стратегіями, спрямованими на утвердження здорового способу життя молоді [271]. Отже, методи СОР у ЗВО України за досліджуваний період розвивалися в напрямі гуманізації, індивідуалізації та інноваційності, що підтверджується як нормативними документами, так і практикою провідних університетів. У зазначений період спортивно-оздоровча діяльність у ЗВО стала більш варіативною, технологічно гнучкою та особистісно орієнтованою. В університетах утвердилася елективність, вибір індивідуальної траєкторії фізичного розвитку, поєднання очних і дистанційних форматів, цифровізація процесів моніторингу фізичної активності. Такі зміни відображали загальний педагогічний поворот від моделі, де студент є об'єктом впливу, до моделі партнерства і самореалізації у сфері здоров'я. Це створило підґрунтя для підвищення ефективності фізичного виховання студентів та, в перспективі, для поліпшення стану здоров'я молодого покоління нації.

На цьому етапі виокремлено кілька типових моделей організації СОР у ЗВО:

- секційна модель – розгалужена мережа секцій, гуртків і клубів, що функціонують у позанавчальний час;

-професійно орієнтована модель – програми з урахуванням специфіки майбутньої професії, військово-прикладні та медико-оздоровчі секції;

- традиційна модель – збереження фізичного виховання як обов'язкової дисципліни з кредитами та заліками;

- індивідуальна (тьюторська) модель – персональний супровід, розробка індивідуальних програм оздоровлення, самостійна активність студентів.

Оптимальною для сучасного етапу розвитку стала комбінована модель, яка поєднує секційно-змагальну діяльність (соціалізація), оздоровчі групи (інклюзія), масові події (мотивація) та цифрові інструменти самоконтролю (гнучкість і сталість). Саме така багатокомпонентність забезпечує сталі результати у формуванні культури здоров'я, соціальної активності та життєстійкості студентської молоді.

На основі аналізу джерельної бази подаємо узагальнення моделей позааудиторної СОР у ЗВО України (2014–2022) (див. додаток Д.)

Як видно з додатку секційно-клубні та оздоровчі групи підтримували тривале залучення студентів із різними стартовими можливостями, у них підвищувалась прозорість і довіра до спорту.

Оптимальною для СОР стала комбінована модель, яка включала секції (спортивна соціалізація) + оздоровчі групи (інклюзія) + масові події (пікова мотивація) + цифрові/самостійні траєкторії (гнучкість і сталість);

Розвиток та еволюція СОР у ЗВО поступово змінювався від жорстко регламентованого навчального предмета до гнучкої, особистісно-орієнтованої системи, яка охоплювала обов'язкові навчальні заняття з фізичного виховання, групову та спортивно-масову роботу (змагання, студентські клуби, секції), оздоровчі програми (йога, фітнес, дихальні техніки, рекреаційна активність), інклюзивні програми для студентів з особливими освітніми потребами, інноваційні

підходи до моніторингу фізичної активності (використання фітнес-трекерів, мобільних застосунків тощо).

Проведений нами SWOT-аналіз (див. табл. 2.5.) СОР у ЗВО України дозволив зроби и висновок, що вона мала значний потенціал, однак потребувала комплексного підходу.

Таблиця 2.5.

SWOT-аналіз СОР у закладах вищої освіти України (1993-2022 рр.)

Сильні сторони (Strengths)	**Слабкі сторони (Weaknesses)**	**Можливості (Opportunities)**	**Загрози (Threats)**
Нормативна підтримка (МОН №4/2006; Стратегія-2028). Розгалужені секції/клуби у великих ЗВО. Інтеграція масових подій і ліг у навчальний цикл. Варіативні модулі та інклюзія (після 2015 р.). Цифровізація обліку участі. Розвинена мережа факультетів фізичного виховання і спорту. Досвідчені кадри викладачів і тренерів. Включення СОР у навчальні плани. Наявність спортивної інфраструктури у провідних ЗВО.	Нерівність інфраструктури між регіонами /ти пами ЗВО. Недостатнє фінансування та зношеність баз. - Неоднорідність методичного супроводу. Низька мотивація студентів нефізкультурних факультетів. Обмежені фінансові ресурси на оновлення бази. Нерівномірний рівень розвитку спортивної інфраструктури між регіонами.	Партнерств з громадами/федераціями/приватними просторами. Е-портфоліо активності та гейміфікація участі. Міжуніверситетські ліги й брендинг. можливість участі у міжнародних програмах і грантах. Розвиток студентського спорту як елементу іміджу ЗВО. Інтеграція цифрових технологій у спортивну підготовку. Співпраця з місцевими громадами та спортивними клубами.	Економічна нестабільність та скорочення фінансування. Погіршення стану здоров’я молоді через малорухливий спосіб життя. Фінансові обмеження й енергетичні ризики. Втома від дистанційної освіти, зниження мотивації.

Джерело: укладено автором за результатами власного дослідження.

Використання сильних сторін і можливостей, зокрема модернізації інфраструктури та впровадження інновацій на сучасному етапі дозволить мінімізувати вплив слабких сторін і загроз.

Як видно з табл. 2.5, розвиток СОР у ЗВО України, хоча й мав значний потенціал, усе ж потребував системного підходу до вдосконалення. Використання наявних сильних сторін і зовнішніх можливостей, насамперед модернізації інфраструктури, розширення партнерств і впровадження інновацій, створює реальні умови для мінімізації впливу слабких сторін і загроз.

У 2014–2022 рр. позааудиторна спортивно-масова робота у ЗВО вийшла за межі суто фізкультурних практик і стала частиною системи соціальних стимулів. Вона інтегрувалася в освітній процес ЗВО як інструмент формування конкурентних переваг, соціальної мобільності та індивідуального успіху, що відповідало європейським принципам поєднання академічної та спортивної кар'єри у 2014–2022 рр.

На першому етапі (1991–2004 рр.) розвиток СОР у ЗВО України визначався становленням нормативно-правової бази, формуванням базових структур (спортивні клуби, кафедри фізичного виховання), а також домінуванням традиційних, регламентованих форм аудиторної роботи. Основна увага приділялася фізичній підготовці студентів і пропаганді здорового способу життя. Спортивно-оздоровча діяльність мала переважно обов'язковий характер, акцентуючи на мінімальних вимогах фізичної підготовки здобувачів освіти.

Разом із тим саме у цей період було закладено правові й організаційні засади майбутнього розвитку: ухвалено базові закони про освіту й фізичну культуру, розпочато створення спортивних клубів у ЗВО, започатковано студентські універсіади. Таким чином, етап становлення забезпечив перехід від фрагментарної спортивно-оздоровчої діяльності до цілісної системи, інтегрованої у структуру освітнього процесу.

Основу аудиторної роботи складали обов’язкові навчальні заняття з фізичної культури, участь у спартакіадах, змаганнях між факультетами та вишами, а також військово-прикладні види спорту. Аудиторний курс «Фізичне виховання» виступав як обов’язкова дисципліна, що визначала розвиток СОР у ЗВО. Серед позааудиторних форм найбільш поширеними ставали секції з основних видів спорту та загальноуніверситетські спартакіади, головною метою яких було забезпечення базової тренованості й профілактики захворювань, формування культури здорового способу життя.

На другому етапі (2004–2014 рр.) відбулося розширення змісту дисципліни «Фізичне виховання» шляхом варіативних модулів і інтеграції студентського спорту з масовим фізкультурним рухом. Метою СОР стала стійка мотивація до здорового способу життя, формування відповідних компетентностей через партнерства з федераціями, місцевими громадами та громадськими організаціями.

Цей період характеризувався інституалізацією та поступовим розширенням спектра спортивно-оздоровчої діяльності. Важливу роль відіграло впровадження кредитно-модульної системи, яка дозволила варіативно поєднувати обов’язкові й вибіркові модулі з фізичного виховання. Активізувалася робота університетських спортивних клубів, зросла кількість секцій з різних видів спорту за інтересами, поширилися фітнес- і рекреаційні програми.

Заклади вищої освіти почали брати участь у всеукраїнських та міжнародних змаганнях, що підвищило престиж студентського спорту. Зміцнення матеріально-технічної бази й поява нових форм організації (фестивалі, міжвузівські турніри, акції до Всесвітнього дня здоров’я) засвідчили поступову інституалізацію СОР як складової освітнього середовища. Позааудиторна частина розширилася завдяки розвитку рекреаційних і фітнес-форматів.

На третьому етапі (2014–2022 рр.) СОР набула модернізаційного та інтеграційного характеру. Цей період позначився активним впровадженням інноваційних технологій, цифрових засобів моніторингу рухової активності, використанням дистанційних форм навчання у зв’язку з пандемією COVID-19.

У цей час формується компетентнісний підхід, упроваджуються інклюзивні та цифрові технології у спортивно-оздоровчу діяльність. Аудиторна складова стає компетентнісно орієнтованою (чітко простежувані результати навчання, цифровий облік активності), а позааудиторна – багатоканальною (секції, wellness-програми, крос-кампусні ліги, рекреаційні тури).

Вона охоплює як базові напрями (загальна фізична підготовка, ігрові види спорту, єдиноборства, легка атлетика), так і варіативні (фітнес-аеробіка, йога, пілатес, теніс, плавання, трекінг тощо), структуровані за медичними групами та результатами навчання. На перший план виходить цифровий супровід (LMS-системи, щоденники активності, онлайн-заліки).

У спортивно-масовій роботі пріоритетними стають реалізація національної стратегії розвитку спорту, розширення співуправління студентів, зарахування індивідуальних досягнень у систему рейтингового оцінювання.

У позааудиторній діяльності акцент зміщується на розвиток студентського спорту як елементу іміджу ЗВО, участь студентів у міжнародних універсіадах і програмах Erasmus+ Sport. Розширюються форми активності: квести, спортивні марафони, wellness-програми, інклюзивні події тощо.

Важливим здобутком стало розширення міжнародної співпраці та інтеграція у європейський освітньо-спортивний простір через програми Erasmus+, міжнародні універсіади та партнерські проєкти. Зміст роботи набув індивідуалізованого й компетентнісно орієнтованого характеру: студенти отримали більшу свободу вибору форм рухової активності.

Поряд із цим відбувалася адаптація спортивно-оздоровчих практик до умов воєнного стану, що підтвердило стійкість і гнучкість системи. Значно покращилася методико-наукова підтримка.

У сукупності організаційно-педагогічні засади цього періоду визначаються такими ключовими характеристиками: нормативно-правова регламентованість, поступова інституалізація у структурі освітнього процесу, урізноманітнення змістових і методичних форм, інтеграція в європейський спортивно-освітній

простір, орієнтація на потреби й інтереси студентів, а також здатність до адаптації в умовах кризових викликів.

Основні положення відображені у публікаціях автора [16; 23; 24; 26].

РОЗДІЛ 3. ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧОЇ РОБОТИ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ УКРАЇНИ НА СУЧАСНОМУ ЕТАПІ

3.1. Інноваційні підходи до організації спортивно-оздоровчої діяльності у закладах вищої освіти України

В умовах динамічних змін суспільства, зростання інформаційного навантаження та впливу соціальних стресогенних чинників, особливо під час воєнного стану в Україні, питання збереження та зміцнення здоров’я молоді набуває особливої актуальності. Одним із ключових напрямів забезпечення фізичного та психоемоційного благополуччя студентської молоді є організація якісної та доступної спортивно-оздоровчої діяльності у ЗВО.

Аналіз сучасного стану СОР у ЗВО України виявив низку проблемних аспектів, які знижують її ефективність і потребують комплексного вирішення.

По-перше, попри законодавчі вимоги, дисципліна «Фізичне виховання» часто залишається формальною, з обмеженою кількістю годин. Варіативні модулі та інноваційні формати інтегруються повільно, що обмежує доступ студентів до сучасних оздоровчих практик.

По-друге, відсутність єдиного підходу до організації СОР у ЗВО різних типів призводить до нерівномірності у розвитку фізичної культури та особистісного потенціалу студентів.

По-третє, спостерігається суттєва нерівність у забезпеченні спортивною інфраструктурою. Значна кількість університетів не мають належної матеріальної бази або доступу до цифрових платформ, що зумовлює регіональні відмінності. У великих містах здобувачі освіти частіше користуються фітнес-додатками та онлайн-курсами, тоді як у регіонах переважають традиційні очні форми навчання.

Водночас низький рівень мотивації здобувачів освіти зумовлює небажання займатися спортом, що свідчить про недостатню інформаційну роботу та

відсутність ефективної системи стимулів до занять фізичною культурою. На сучасному етапі особливої уваги потребує підготовка викладачів, які володіють сучасними цифровими інструментами й методиками персоналізації тренувань, оскільки саме ці компетентності визначають здатність адаптувати СОР до нових запитів студентської молоді.

Попри те, що більшість здобувачів освіти відзначають потребу у поєднанні фізичних занять із практиками релаксації та антистрес-вправами, цей напрям у більшості ЗВО поки не має системного характеру. В умовах воєнного стану та високих психоемоційних навантажень він набуває особливого значення. Додатковим викликом є відсутність єдиної стратегії цифрової трансформації СОР на рівні державної освітньої політики, що призводить до різнорідності підходів і результатів.

Узагальнення зазначених чинників дає підстави стверджувати, що СОР у ЗВО перебуває у стані трансформації. З одного боку, зростає інтерес студентів до інноваційних і цифрових форматів активності, а з іншого – існують інституційні та організаційні бар’єри, які гальмують модернізацію. Подолання цих проблем можливе лише за умови інтеграції державної політики, розвитку інфраструктури, підвищення кваліфікації кадрів і активного залучення студентів до проєктування програм.

У традиційні форми фізичного виховання все більше інтегруються інноваційні інструменти, що враховують індивідуальні потреби та інтереси студентської молоді. У цьому контексті особливого значення набувають цифрові технології, гейміфікація освітнього процесу, дистанційне навчання, мобільні фітнес-додатки, інтерактивні платформи для самостійних занять, а також психолого-педагогічні інструменти мотивації та підтримки.

Сучасний етап розвитку спортивно-оздоровчої діяльності у ЗВО України характеризується зростанням уваги до інтеграції цифрових технологій, персоналізації навчальних програм і забезпечення психофізичного благополуччя студентів. Впровадження дистанційного навчання, а також виклики

повномасштабної війни істотно трансформували фізичну активність молоді, обмежили доступ до спортивної інфраструктури, зменшили можливості очного спілкування та колективних форм занять. У цих умовах особливого значення набувають альтернативні формати оздоровчої роботи – інтеграція інформаційно-комунікаційних технологій, розвиток онлайн-платформ, створення індивідуалізованих програм фізичної активності.

Сучасне розуміння СОР (Ю. Бойчук, О. Юденко, А. Ребрина, О. Ливацький та ін.) виходить за межі суто фізичної активності, охоплюючи емоційно-реабілітаційний, соціалізуючий, культурно-ідентифікаційний і патріотичний компоненти. Фізична культура у системі вищої освіти дедалі частіше розглядається не лише як освітній модуль, а як універсальний інструмент формування всебічно розвиненої, життєстійкої, відповідальної особистості[31;89;129, с. 139–145].

Відповідно, сьогодні відбувається переосмислення підходів до організації спортивно-оздоровчої діяльності з позицій інтеграції, інноваційності та міждисциплінарності. Чимраз більший інтерес молоді до самостійних і альтернативних форматів рухової активності актуалізує потребу у впровадженні гнучких, варіативних та мотиваційно-комфортних форм оздоровчої роботи. Система спортивно-оздоровчої діяльності у ЗВО має відповідати сучасним викликам, підтримувати психофізичну рівновагу студентів і формувати позитивне ставлення до рухової активності.

Дослідження сучасних інноваційних підходів до організації спортивно-оздоровчої діяльності у закладах вищої освіти є актуальним як у теоретичному, так і у практичному контекстах, оскільки дозволяє визначити найбільш ефективні стратегії, інструменти й практики, що сприяють залученню молоді до активного та здорового способу життя.

З цією метою нами проведено **пілотне дослідження** для виявлення та обґрунтування ефективних інноваційних підходів до організації спортивно-оздоровчої діяльності у ЗВО України, з урахуванням змін освітнього середовища, цифрової трансформації, потреб студентської молоді та сучасних соціокультурних

викликів. Особливу увагу приділено аналізу рівня залученості студентів до інноваційних форм рухової активності, впливу цифрових технологій на мотивацію до занять фізичною культурою, а також очікуванням студентів щодо вдосконалення СОР у ЗВО.

Дослідження проводилося методом анкетування та опитування студентської молоді з метою вивчення рівня обізнаності, залученості та ставлення до інноваційних форм спортивно- оздоровчої діяльності у закладах вищої освіти України. Вибірка склала 483 студенти з Київської, Львівської, Івано-Франківської, Чернігівської, Полтавської областей. Склад респондентів: 302 дівчини (56,2%) та 289 юнаків (53,8%), віком від 17 до 23 років. Добір респондентів здійснювався методом випадкової вибірки з урахуванням гендерного балансу. Для збору емпіричних даних застосовано онлайн-анкетування, яке проводилося протягом лютого-квітня 2025 року за допомогою авторської Google-анкети. Анкета містила 24 запитання закритого та напіввідкритого типу, об'єднаних у тематичні блоки:

- використання інноваційних форм спортивно-оздоровчої діяльності;
- вплив цифрових технологій на мотивацію до фізичної активності;
- вибір цифрових засобів для спортивно-оздоровчої діяльності;
- очікування студентів щодо вдосконалення форм спортивно-оздоровчої діяльності у ЗВО (див.додаток З).

Отримані дані дозволяють виявити як позитивні, так і проблемні моменти в організації СОР з молоддю, визначити ключові напрями для подальшого вдосконалення (див. рис.3.1).

Як видно з рис.3.1. і як свідчать отримані результати, найпопулярнішими серед здобувачів освіти є фітнес-додатки (34,6%) та відеоуроки/відеотренування (36,2%), що вказує на прагнення молоді до самостійної організації занять і гнучкості графіка. Участь в онлайн-челенджах і спортивних флешмобах обрали 17,9% респондентів, що демонструє потребу у змагальності й соціальній взаємодії через цифрові інструменти. Водночас 37,4% студентів не залучені до жодної

інноваційної форми активності, що вказує на недостатню обізнаність, слабку мотивацію та потребу у педагогічній підтримці.

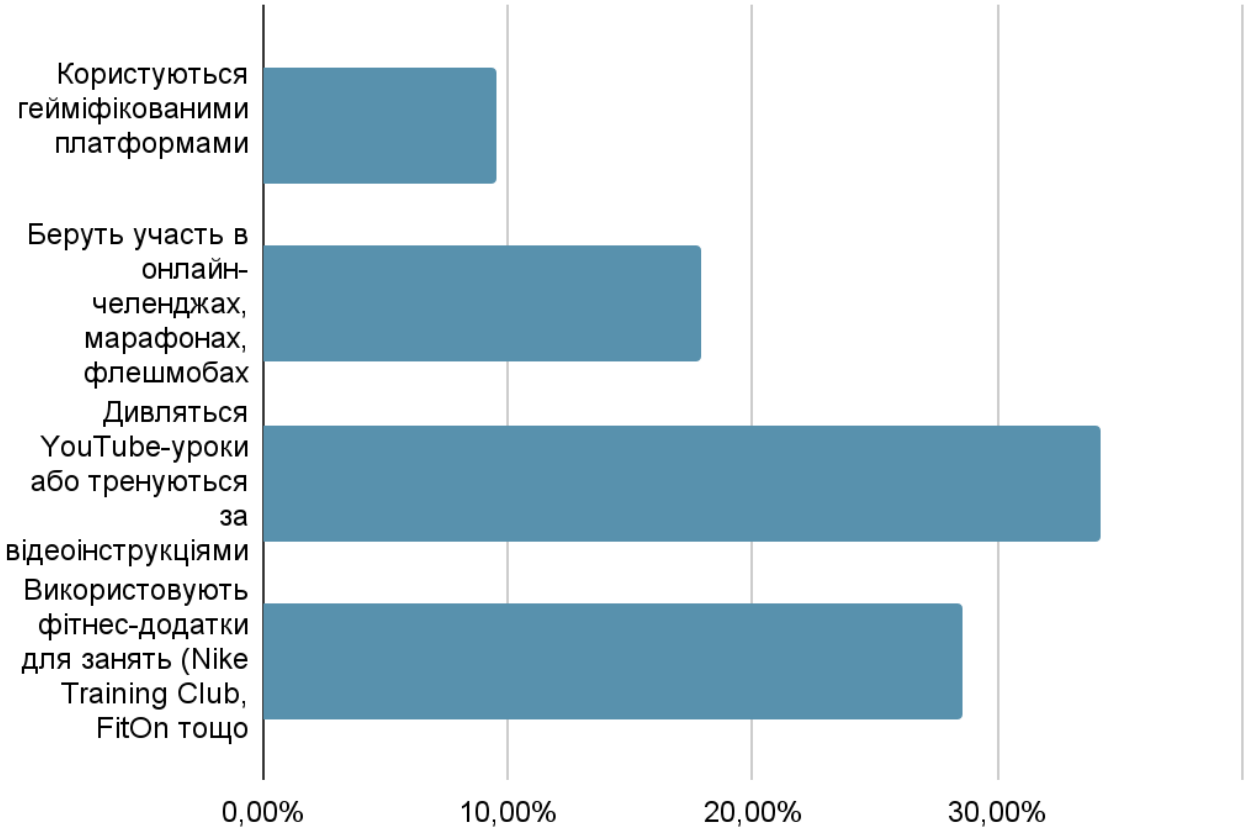


Рис. 3. 1. Використання сучасних інноваційних форм спортивно-оздоровчої діяльності серед студентської молоді

Джерело: сформовано автором

Понад 62% респондентів зазначили, що цифрові технології позитивно впливають на їхню мотивацію до занять, а 48,1% вважають онлайн-формати зручнішими за традиційні. Водночас лише 23,6% переконані, що цифрові формати можуть повністю замінити спілкування з тренером, що підкреслює необхідність комбінованих підходів.

При визначенні очікувань студентів щодо вдосконалення інноваційної спортивно-оздоровчої діяльності 53,4% респондентів наголосили на потребі у гнучких форматах занять (онлайн/офлайн), 41% - у персоналізованих програмах тренувань із супроводом викладача, що підкреслює потребу в менторстві та професійному супроводі.

Майже третина опитаних (30%) підтримала інтеграцію фізичних занять із психологічними практиками (релаксація, дихальні вправи), що може стати основою для впровадження wellness-програм у ЗВО. Популярності набувають гейміфіковані технології - турніри, рейтинги, бонусні системи.(рис.3.2).



Рис. 3. 2. Очікування здобувачів вищої освіти щодо вдосконалення інноваційної спортивно-оздоровчої діяльності у ЗВО

Джерело: сформовано автором

Отримані результати підтверджують трансформацію парадигми спортивно-оздоровчої діяльності у напрямі від традиційних форм фізичного виховання до гнучких, особистісно орієнтованих моделей із використанням цифрових

технологій. Водночас виявлено значну частку студентів (37,4%), не залучених до інноваційних форматів, що потребує додаткової уваги викладачів і адміністрацій ЗВО.

Загалом, здобувачі вищої освіти очікують інновацій, що базуються на мотивації, гнучкості, персоналізації та технологічності. Це вимагає від ЗВО переосмислення традиційної моделі СОР та розробки комплексної цифрової стратегії для підвищення залученості молоді до спортивно-оздоровчої діяльності.

Результати пілотного опитування показують, що загалом здобувачі вищої освіти усвідомлюють необхідність СОР у ЗВО і виявляють зацікавлення до різноманітних його аспектів

Отримані результати свідчать про трансформацію парадигми спортивно-оздоровчої діяльності у ЗВО, зокрема поступовий перехід від традиційних форм фізичного виховання до гнучких, особистісно орієнтованих моделей з використанням цифрових технологій. Здобувачі освіти, як показало дослідження і на сучасному етапі активно використовують цифрові ресурси (мобільні застосунки, відеоінструкції, онлайн-челенджі) як зручні та ефективні інструменти для організації власної фізичної активності. Це узгоджується з результатами досліджень Л. Браянт, С. Берсон, Д. Дадлі, Е. Маккензі, які підтверджують, що цифрові засоби сприяють підвищенню залученості молоді до занять спортом, особливо в умовах обмеженого доступу до спортивної інфраструктури [326; 330].

Водночас дослідження виявило і суттєвий сегмент студентів (37,4%), які не долучені до жодної інноваційної форми рухової активності. Це вказує на нерівномірність адаптації до цифрових інструментів, що може бути пов’язано з браком мотивації, недостатнім технічним забезпеченням, інформаційною ізольованістю або психологічними бар’єрами. Висновки перегукуються з дослідженнями українських науковців (Р. Слухенська, Н. Решетілова, А. Єрохова, В. Маланій), де підкреслюється зниження фізичної активності внаслідок дистанційного навчання, стресових ситуацій та соціального відчуження студентства [250, с. 138–141].

Українські дослідники (Г. Лещенко, О. Захарова, О. Ливацький та ін.) також підкреслюють зростання попиту на індивідуалізацію занять та розширення форматів, у яких фізична активність поєднується з психоемоційною підтримкою, що є особливо актуальним в умовах воєнного стану та післяпандемійного виснаження молоді [128, с. 189–194; 129].

Показовими є дані щодо мотиваційного впливу цифрових технологій: понад 60% студентів визнали, що такі інструменти стимулюють їхню активність до фізично-оздоровчої діяльності. Це підтверджує ефективність технологічної підтримки здоров'язбережувальної поведінки за рахунок зручності, інтерактивності та візуальної привабливості форматів. Проте, лише 23,6% респондентів погодилися із тим, що цифрові формати можуть замінити живу присутність тренера. Це свідчить про те, що технології розглядаються як підтримка, а не альтернатива викладачу, що є важливим аспектом при плануванні роботи у ЗВО.

Варто звернути увагу на зростання популярності інтегрованих форм активності, які поєднують фізичну культуру з психологічними елементами: дихальні вправи, релаксаційні практики, антистрес-заняття. Майже третина здобувачів вищої освіти підтримала таку ідею, що узгоджується з сучасними тенденціями розвитку wellness-освіти як частини холістичного підходу до здоров'я (В.Чен, С.Мейсон, Г.Колквітт, К.Джонсон) [327, с. 335; 329]. Застосування таких практик може сприяти не лише фізичному оздоровленню, а й емоційному відновленню, що є надзвичайно актуальним в умовах соціальної напруги та воєнного стану. Не менш важливим є запит студентства на гейміфікацію та змагальність у цифровому просторі. Організація турнірів, рейтингів, бонусних програм за активність може стати вагомим мотиваційним фактором. Такі підходи підсилюють внутрішню мотивацію до регулярної активності через елемент гри, командної взаємодії та публічного визнання. Аналогічні висновки роблять також дослідники Г.Кларк, Д. Дадлі, які вказують, що саме гейміфіковані компоненти найбільше утримують увагу молоді в

цифровому освітньому середовищі [328]. Окремо слід підкреслити значення інституційної підтримки для студентів: запит на індивідуальні програми тренувань із супроводом викладача свідчить про важливість ролі педагогів як координаторів та менторів у персоніфікованому фізичному розвитку студента. Це передбачає не лише цифровізацію занять, а й створення цілісних здоров'язбережувальних стратегій ЗВО із залученням фахівців різних напрямів – тренерів, психологів, ІТ спеціалістів, кураторів.

Отже, студентська молодь позитивно реагує на інноваційні підходи, проте потребує більшої підтримки в реалізації свого потенціалу у сфері фізичного виховання. Успішність впровадження сучасних підходів залежить від поєднання цифрових рішень, мотиваційного впливу та соціально-психологічного супроводу, що має знайти своє відображення у освітньому процесі ЗВО.

Моніторинг сучасного стану СОР у ЗВО України виявив низку тенденцій:

-домінування цифрових і дистанційних форматів, що дають змогу гнучко поєднувати навчання й рухову активність;

-позитивний вплив цифрових інструментів на мотивацію, водночас – наявність значної групи студентів, не охоплених жодними формами активності;

- запит здобувачів вищої освіти на персоніфікацію, гейміфікацію та інтеграцію психоемоційної підтримки у СОР;

-необхідність інституційної підтримки та підвищення цифрової грамотності викладачів і студентів.

Таким чином, сучасний етап вимагає переходу від традиційної моделі СОР до комплексної інноваційної стратегії, що поєднує технологічні рішення, педагогічне наставництво та соціальну взаємодію. Тільки такий підхід здатен забезпечити формування культури здоров'я і життєстійкості студентської молоді в умовах воєнних і соціокультурних викликів.

Проведене дослідження актуалізувало питання впровадження інноваційних цифрових технологій з метою зростання рівня рухової активності студентської

молоді. Отримані дані засвідчують необхідність проєктування сучасних освітніх програм фізичного виховання, що передбачає:

- запровадження гнучких форматів занять із фізичної культури в закладах вищої освіти: можливість обирати між очними, онлайн або комбінованими (гібридними) формами участі в спортивно-оздоровчій діяльності з урахуванням індивідуальних графіків та потреб;

- використання цифрових платформ, у яких студенти можуть переглядати відео тренування, фіксувати результати активності, брати участь у віртуальних турнірах, рейтингах, отримувати зворотний зв’язок від викладача або тренера;

- створення системи індивідуальних тренувальних програм з педагогічним супроводом (менторством), яка враховує рівень підготовленості студента, наявність медичних обмежень, психоемоційний стан, тип мотивації до занять;

- інтеграцію елементів психологічної підтримки у спортивно-оздоровчу діяльність: впровадження дихальних практик, вправ на релаксацію; організація тренінгів з подолання тривожності через фізичну активність;

- використання гейміфікованих підходів: проведення челенджів, флешмобів, марафонів; мотивація студентів через систему балів, рейтингів, сертифікатів;

- підвищення цифрової грамотності студентів та викладачів щодо використання фітнес-додатків, трекерів активності, онлайн-сервісів, шляхом проведення тренінгів та ознайомлювальних майстер-класів;

- залучення студентського самоврядування до планування спортивно-оздоровчих ініціатив: опитування щодо вподобаних форматів активності; спільна розробка клубів за інтересами; координація wellness-івентів на рівні факультетів;

- забезпечення рівного доступу до інфраструктури: надання Wi-Fi, відкритих цифрових ресурсів для самостійних занять; використання університетських просторів (холів, коворкінгів) для мікроактивностей (короткі зарядки, руханки); гнучке планування занять для студентів, які працюють або проходять стажування.

Проведене пілотне дослідження та узагальнення результатів дали змогу обґрунтувати необхідність створення інноваційної *моделі-рамки спортивно-*

оздоровчої роботи у закладах вищої освіти, яка базується на сучасних педагогічних і цифрових підходах(див рис. 3.3).



Рис. 3.3. Модель-рамка спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО

Її мета – підвищення рівня залученості студентської молоді до регулярної фізичної активності, зміцнення здоров’я та формування відповідального ставлення до власного фізичного й психоемоційного стану. Необхідність упровадження такої моделі зумовлена трансформаційними процесами кінця XX–початку XXI ст., поширенням цифрових технологій у всіх сферах життя й потребою забезпечення безперервності освітнього процесу за умов дистанційного або змішаного навчання.

Ключовими принципами моделі-рамки є гібридність, персоналізація, гейміфікація, інтеграція wellness-компонента, наставництво та інклюзивність.

*Принцип гібридності п*ередбачає поєднання традиційних офлайн-занять у спортивних залах, секціях і клубах з онлайн-форматами, реалізованими через освітні платформи, мобільні застосунки та соціальні мережі. Такий підхід забезпечує універсальність і гнучкість системи, дозволяючи студентам підтримувати рухову активність у будь-яких умовах, зокрема за обмеженого доступу до спортивної інфраструктури. Прикладом є поєднання університетських тренувань зі спортивними челенджами, результати яких фіксуються у цифрових рейтингових таблицях.

Принцип персоналізації орієнтує викладачів на створення індивідуальних програм фізичної активності з урахуванням рівня підготовленості, стану здоров'я, інтересів і мотиваційного профілю здобувачів. Застосування фітнес-трекерів і платформ (Fitbit, Garmin, Strava тощо) дозволяє здійснювати моніторинг прогресу й своєчасно коригувати навантаження, що відповідає світовим тенденціям переходу від уніфікованих програм до індивід*уально орієнтованих освітніх траєкторій.*

Гейміфікація виступає дієвим мотиваційним чинником, адже впровадження ігрових механізмів - челенджів, рейтингів, балів, віртуальних турнірів - активізує внутрішню й зовнішню мотивацію студентів. Наприклад, університетські спільноти можуть проводити «Step Challenge» із підрахунком щоденної кількості кроків, де переможці отримують символічні винагороди або академічні бонуси.

Інтеграція wellness-компонента підкреслює, що СОР не обмежується фізичними вправами, а включає комплекс заходів для гармонізації психоемоційного стану студентів. Практики йоги, дихальні вправи, релаксаційні техніки, антистрес-тренінги та консультації психологів формують цілісну систему підтримки здоров'я, що особливо актуально в умовах воєнних і соціальних викликів.

Принцип наставництва трансформує традиційну роль викладача фізичного виховання: він стає коучем і тьютором, який допомагає студентам у визначенні цілей, доборі вправ і формуванні власної траєкторії оздоровчої діяльності. Такий підхід сприяє розвитку навичок самоменеджменту та формує довірливі відносини між студентом і наставником.

Інклюзивність забезпечує рівний доступ усіх здобувачів освіти до спортивної інфраструктури й цифрових ресурсів. Йдеться про створення адаптованих умов для студентів із особливими освітніми потребами, використання спеціального обладнання та програм, а також надання безоплатного доступу до онлайн-платформ соціально вразливим категоріям.

Таким чином, розроблена модель-рамка інтегрує фізичний, цифровий і психоемоційний виміри освітнього процесу, забезпечуючи системність, гнучкість і доступність СОР у ЗВО. Її реалізація сприятиме формуванню у студентів ціннісних орієнтацій на здоровий спосіб життя, підвищенню соціальної активності та конкурентоспроможності майбутніх фахівців.

З урахуванням результатів дослідження нами розроблено **концепцію освітнього блогу «SportEduHub»** (див. додаток К) – інтерактивної онлайн-платформи, спрямованої на засвоєння знань і набуття практичних умінь у сфері спортивно-оздоровчої діяльності, а також на формування культури здорового способу життя студентської молоді. Метою створення сайту «SportEduHub» стало формування сучасного інноваційного середовища, яке підвищує рівень фізичної активності здобувачів вищої освіти, їх мотивацію до занять спортом та розвиток компетентності у сфері здоров’язбереження. Контент ресурсу поєднує теоретичні матеріали з практичними рекомендаціями, допомагає критично осмислювати тенденції розвитку фізичного виховання та інтегрувати інноваційні підходи в оздоровчу діяльність університетів.

Основним завданням блогу є забезпечення відкритого доступу до навчальних матеріалів, інтерактивних вправ, методичних посібників і тренувальних програм; формування у здобувачів вищої освіти навичок самостійного планування та

контролю власної активності; розвиток відповідальності за особисте здоров'я й мотивації до систематичних занять.

Перевагами платформи визначено її відкритість і систематичне оновлення матеріалів. Користувачам пропонується доступ до мультимедійних форматів – текстових статей, інфографіки, відео, подкастів, що підвищують ефективність засвоєння знань і створюють можливості для практичного застосування отриманої інформації.

Структура блогу передбачає головну сторінку з окресленням цілей ресурсу та ключових напрямів СОР, навчальні модулі з фізичного виховання, рекреації та різних видів фітнесу, відеозаняття з оздоровчої гімнастики й профілактичних програм, віртуальні екскурсії спортивною інфраструктурою університетів, банк ідей для впровадження спортивно-оздоровчих проєктів, інтерактивний *чат-бот* для комунікації студентів, викладачів і тренерів, а також анонси актуальних спортивних подій у сфері студентського спорту. На сайті через чат бот є можливість обміну думками і спілкування.

«SportEduHub» орієнтований на студентську молодь, викладачів фізичного виховання, тренерів та всіх, хто зацікавлений у розвитку спортивно-оздоровчої активності в університетському середовищі. В умовах цифровізації освіти ресурс виступає сучасним інструментом формування культури здоров'я, підвищення рухової активності та забезпечення психофізичного благополуччя здобувачів освіти.

Інформаційний контент блогу структуровано за ключовими напрямами: СОР в аудиторній роботі; студентські клуби і спортивні об'єднання.

Результати дослідження підтверджують доцільність упровадження платформи «SportEduHub» як інноваційного цифрового ресурсу СОР у ЗВО, який поєднує історичний досвід становлення цієї сфери з сучасними педагогічними підходами та новітніми технологіями соціальної взаємодії студентської молоді.

3.2. Методичні рекомендації щодо підвищення ефективності спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України на сучасному етапі

На підставі пілотного дослідження, пропонуємо ввести для студентів 2 курсу спеціальності А4 Середня освіта (за предметними спеціальностями) за предметною спеціальністю А4.11 Середня освіта (Фізична культура) другого (магістерського) рівня вищої освіти елективний курс «*Теорія і методика спортивно-масової роботи».* За основу робробки курсу взято робочу програму навчальної дисципліни «Теорія і методика спортивно-масової роботи» для студентів спеціальностей 014 Середня освіта (Фізична культура) [237].

Метою навчальної дисципліни є формування у здобувачів вищої освіти професійно орієнтованих знань, умінь і компетентностей, необхідних для науково обґрунтованої організації, планування, реалізації та оцінювання спортивно-масової діяльності у сфері фізичної культури і спорту. Засвоєння курсу передбачає розвиток здатності майбутніх фахівців здійснювати аналітичну, методичну й інноваційну діяльність, спрямовану на оптимізацію фізичного стану, зміцнення здоров’я та формування ціннісних орієнтацій на здоровий спосіб життя серед різних вікових і соціальних груп населення.

Курс розрахований на 3 кредити (90 год., з них 12 год. лекцій, 18 год. практичних занять, 60 год. самостійної роботи). Силабус курсу подано в додатку

Л. Наповненість програми дисципліни: курс складається із двох змістових модулів (теоретичного і практичного), які розкривають процес підготовки майбутніх педагогів до доброчинної діяльності; застосування на практиці набутих знань, перетворення їх в уміння та навички.

У теоретичному змістовому модулі курсу передбачено вивчення таких тем: «Теоретичні основи та основні терміни і поняття спортивно-масової роботи. Історія розвитку спортивно-масової роботи», «Форми організації оздоровчої та спортивно-масової роботи», «Технологія організації спортивно-масової та оздоровчої роботи в системі освіти України», «Технологія організації спортивно-масової та

оздоровчої роботи на виробництві», «Технологія спортивно-масової та оздоровчої роботи за місцем проживання», «Спорт і рухова активність у зарубіжних країнах».

Задля підвищення інтересу до вивчення дисципліни запропоновано різні форми проведення занять: традиційні та нетрадиційні, тому пропонуємо анотативно розглянути запропоновані форми організації навчальної діяльності.

Перша лекція курсу – вступна, у ній стисло інформували здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти про завдання, зміст, структуру дисципліни, значення її у фаховій підготовці майбутнього педагога. Наступний етап у висвітленні теми лекції – докладний аналіз понятєво-категорійного апарату та історії розвитку спортивно-масової роботи (чинники, етапи становлення, змістова та операційно-діяльнісна трансформація).

Другу лекцію було проведено у форматі *бінарного заняття*. Відповідно до теми «Форми організації оздоровчої та спортивно-масової роботи» доцент кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту висвітлив теоретико-методичні засади організації оздоровчої діяльності у закладах вищої освіти: сучасні підходи до планування та проведення фізкультурно-оздоровчих занять, структуру й зміст різних форм спортивно-масової роботи (змагання, фестивалі здоров’я, дні активного відпочинку, студентські спартакіади), особливості використання інноваційних технологій та інтеграцію національних традицій у фізичне виховання.

Завідувач кафедри фізичної терапії та ерготерапії зосередив увагу на прикладних аспектах теми: профілактиці травматизму та захворювань опорно-рухового апарату у студентської молоді, поєднанні оздоровчої й реабілітаційної роботи, впровадженні засобів фізичної терапії та ерготерапії у спортивно-масові заходи, методиках відновлення працездатності після навчальних і спортивних навантажень, а також на важливості моніторингу функціонального стану та індивідуалізації оздоровчих програм.

Таким чином, бінарна лекція забезпечила поєднання науково-теоретичних основ і практико-реабілітаційних підходів, що сприяло комплексному розкриттю

теми та формуванню у студентів цілісного уявлення про сучасні форми організації оздоровчої та спортивно-масової роботи.

Третє лекційне заняття «Технологія організації спортивно-масової та оздоровчої роботи в системі освіти України» було проведене у форматі вебінару на платформі *Zoom* (за потреби могли залучатися інші онлайн-сервіси, зокрема *Google Meet* або *Microsoft Teams*), що дало змогу охопити широку аудиторію та забезпечити інтерактивну взаємодію зі слухачами. Для підвищення наочності та динамічності викладач застосував мультимедійну презентацію, відеофрагменти й інструменти активного залучення (онлайн-опитування, віртуальну дошку, чат для запитань).

У змістовій частині послідовно розкрито сутність поняття «технологія організації спортивно-масової та оздоровчої роботи» як комплексного педагогічного процесу, що включає етапи: діагностику потреб, стратегічне планування, підбір форм і методів, реалізацію та моніторинг результатів на різних рівнях системи освіти.

Особлива увага приділена рівневій специфіці організації СОР:

- ЗДО, ЗЗСО – раннє формування мотивації до рухової активності, організація рухливих ігор, спортивних свят, шкільних спартакіад, інтеграція здоров'язбережувальних технологій у виховні програми;

- позашкільна освіта – робота дитячо-юнацьких спортивних шкіл, гуртків і клубів за інтересами, проведення туристично-спортивних зльотів, сезонних таборів;

- фахова передвища освіта – підготовка майбутніх фахівців з акцентом на самостійну фізичну активність, організацію студентських турнірів, розвиток фізкультурно-оздоровчих секцій;

- ЗВО – як стратегічний рівень, де спортивно-оздоровча діяльність поєднує професійну підготовку, виховання здорового способу життя, науково-дослідну та проєктну діяльність. У лекції особливо акцентовано на створенні студентських спортивних клубів, функціонуванні центрів фізичного виховання та спортивно-

оздоровчих комплексів, упровадженні сучасних освітніх програм і вибіркових курсів (наприклад, «Теорія і методика спортивно-масової роботи»), організації університетських спартакіад, фестивалів здоров'я та днів рухової активності. Окремо розглянуто сучасні форми й інноваційні методи: використання цифрових інструментів і онлайн-ресурсів (електронних журналів, мобільних додатків для фіксації фізичної активності), гейміфікованих проєктів, віртуальних спортивних змагань і гібридних форматів тренувань, що набули особливого значення у період пандемії COVID-19 та в умовах воєнних викликів.

У підсумковій частині викладач узагальнив ключові положення, наголосивши, що системна технологія організації спортивно-масової та оздоровчої роботи на всіх рівнях освіти – від дошкільної до університетської – є основою формування здорового способу життя молоді та зміцнення національного здоров'я. Особливий акцент зроблено на необхідності стратегічного розвитку спортивно-оздоровчої діяльності у ЗВО як центрів інновацій, науково-педагогічних ініціатив і підготовки фахівців, здатних інтегрувати європейські стандарти фізичної культури й здоров'язбереження у власну професійну діяльність.

Четверта лекція була організована у форматі *візуалізації* із широким застосуванням мультимедійних засобів: слайд-презентацій, інфографіки, коротких відеофрагментів з виробничих підприємств, схем технологічного процесу та інтерактивних елементів. Проведення заняття відбувалося в аудиторії з мультимедійним обладнанням (або онлайн із демонстрацією екрану), що дало змогу максимально поєднати науково-теоретичний виклад з наочною демонстрацією практичних прикладів.

Лекція-візуалізація «Технологія організації спортивно-масової та оздоровчої роботи на виробництві» була присвячена ґрунтовному розкриттю науково-методичних засад формування здоров'язбережувального середовища на підприємствах та в установах різних галузей економіки. У процесі заняття лектор, використовуючи мультимедійні матеріали, інфографіку та відеофрагменти з реальних виробничих майданчиків, аргументовано довів, що впровадження

спортивно-оздоровчих технологій безпосередньо у робочому середовищі є важливим чинником підвищення продуктивності праці, профілактики професійних захворювань та зміцнення фізичного і психоемоційного здоров'я працівників.

У лекції детально висвітлювалися питання нормативно-правового забезпечення такої діяльності, зокрема положення Закону України «Про фізичну культуру і спорт», Закону «Про охорону праці», державних і відомчих програм підтримки корпоративного спорту та охорони здоров'я працюючих. Акцентувалася увага на необхідності системного підходу до проєктування СОР: від попередньої діагностики рівня здоров'я та рухової активності колективу до планування й поетапної реалізації програм. Викладач переконливо показав, що сучасна технологія організації фізкультурно-масової діяльності передбачає впровадження виробничої гімнастики, активних перерв, комплексів вправ на робочому місці, корпоративних спортивних свят і змагань, туристично-спортивних заходів, а також створення на підприємствах умов для регулярних занять спортом – від спеціально обладнаних кімнат здоров'я до фітнес-зон і тренажерних залів.

Особлива увага приділялася ролі інновацій та цифрових рішень. Лектор продемонстрував приклади використання мобільних застосунків і фітнес-трекерів для контролю рухової активності, частоти серцевих скорочень, індексу маси тіла, що дає змогу індивідуалізувати програми та здійснювати безперервний моніторинг їх ефективності. На прикладі європейських і вітчизняних практик було показано, як поєднання корпоративної культури з елементами змагальної мотивації, гейміфікації та онлайн-відстеження результатів формує стійку мотивацію до здорового способу життя.

Завдяки використанню візуальних матеріалів і практичних кейсів лекція мала яскраво виражений прикладний характер і продемонструвала, що технологія організації спортивно-масової та оздоровчої роботи на виробництві є цілісною системою науково обґрунтованих заходів, спрямованих на збереження та зміцнення здоров'я персоналу, підвищення його працездатності й формування

корпоративного здоров'язбережувального середовища, яке відповідає сучасним європейським та національним стандартам.

П'ята лекція *інформаційна*, яка передбачала розкриття певної теми курсу, пояснення студентам нової інформації, що має бути ними осмислена і засвоєна, а саме: присвячена розкриттю наукових основ і практичних механізмів організації фізкультурно-оздоровчої діяльності у громадських просторах, дворових і клубних осередках, парках, рекреаційних зонах та центрах позашкільної роботи. Лектор підкреслив, що така форма роботи є важливою складовою державної стратегії розвитку масового спорту та здорового способу життя, адже саме за місцем проживання створюються умови для систематичного залучення до фізичної активності широких верств населення, зокрема дітей, молоді, людей середнього й старшого віку.

Упродовж лекції було аргументовано показано, що технологія організації спортивно-оздоровчої діяльності у житловому середовищі ґрунтується на поєднанні нормативно-правових засад (Закон України «Про фізичну культуру і спорт», державні та муніципальні програми «Здорова Україна», «Активні парки» тощо) з інноваційними методиками активного дозвілля. Особлива увага приділялася створенню локальних спортивних осередків – дворових клубів, молодіжних центрів, територіальних громадських пунктів, а також облаштуванню доступної інфраструктури: спортивних майданчиків, воркаут-зон, парків для скандинавської ходьби та веломаршрутів.

Викладач докладно розкрив етапи технологічного процесу: аналіз потреб населення й моніторинг рухової активності, планування календаря заходів, організацію масових спортивних свят, турнірів, сімейних естафет, оздоровчих пробігів і туристичних походів, а також систематичний контроль і оцінювання результатів. Наголошувалося на важливості партнерства місцевої влади, освітніх закладів, громадських організацій та бізнесу у фінансуванні й координації такої роботи.

На прикладі сучасних українських і європейських практик було показано, що ефективна спортивно-оздоровча діяльність за місцем проживання не лише формує культуру здорового способу життя, а й сприяє соціальній інтеграції, зміцненню локальних громад, розвитку волонтерських та міжпоколінних ініціатив. В лекції підкреслено, що ця технологія є стратегічним напрямом розвитку масового спорту та громадського здоров'я, адже забезпечує безперервність фізичної активності людини поза межами освітніх установ і виробничих колективів.

Шоста лекція – *інформаційна з елементами порівняльного аналізу та проблемного викладу* – була присвячена темі «Спорт і рухова активність у зарубіжних країнах». Її метою стало науково обґрунтоване висвітлення сучасних міжнародних підходів до розвитку університетського спорту та студентської рухової активності, критичне зіставлення різних моделей організації СОР й окреслення перспектив використання цього досвіду в Україні.

На початку викладач визначив нормативно-стратегічні засади розвитку університетського спорту за кордоном, навівши приклади ключових документів і програм: *EU Guidelines on Dual Careers of Athletes*, *E%uropean Week of Sport* (ЄС), *Healthy Campus* (США), *Sport and Active Health Policy* (Канада), *Sport Basic Plan* (Японія). Було наголошено, що у більшості країн вища школа розглядається як провідний осередок формування культури здорового способу життя, а підтримка студентської рухової активності інтегрована в державні стратегії охорони здоров'я та освіти.

Далі увагу зосереджено на структурних моделях організації спорту у ЗВО різних регіонів світу. У країнах ЄС переважає клубно-громадська модель, де університети тісно співпрацюють зі студентськими спортивними товариствами, що забезпечує масовість і фінансову сталість. У США та Канаді сформована кампусна модель, в основі якої – інтеграція спорту в навчально-виховний процес, високий рівень інфраструктури (стадіони, басейни, фітнес-центри) та активна участь студентських асоціацій у самоврядуванні спортивного життя. У Японії та Південній Кореї виокремлюється корпоративно-університетська модель, де

спортивні клуби при вишах поєднують масові й професійні види спорту та впроваджують щоденні практики колективної рухової активності (наприклад, ранкова гімнастика).

Окремий блок було присвячено інноваціям у розвитку університетського спорту, зокрема цифровим технологіям моніторингу рухової активності (фітнес-трекери, мобільні додатки, онлайн-змагання), створенню інклюзивного середовища для студентів з обмеженими можливостями, поширенню активного транспорту та інтеграції спортивних практик у міський простір кампусів. Викладач підкреслив, що у провідних університетах Європи, Північної Америки та Азії масова рухова активність гармонійно поєднується з підготовкою елітного спорту, створюючи комплексну систему підтримки здоров'я й соціальної інтеграції молоді.

У завершальній частині лекції проведено порівняльний аналіз зарубіжного та українського досвіду, визначено шляхи адаптації найкращих практик: створення стійкої інфраструктури студентського спорту, впровадження національних і регіональних програм «здорового кампусу», посилення співпраці університетів із громадами та приватними партнерами, розширення грантової й корпоративної підтримки. Наголошено, що університетський спорт у зарубіжних країнах є не лише складником освітнього процесу, а й стратегічним ресурсом національної безпеки, підвищення тривалості активного життя та конкурентоспроможності держави.

Завдяки такій структурі лекція сформувала у студентів цілісне наукове бачення світових тенденцій розвитку спорту і рухової активності в системі вищої освіти, розвинула аналітичне мислення, здатність до критичної оцінки й творчого переосмислення зарубіжного досвіду для його впровадження в українських закладах вищої освіти.

Таким чином, запропоновані нами види лекцій можна систематизувати на *традиційні* (вступна, інформаційна) та *нетрадиційні* (бінарна лекція, лекція-вебінар, лекція-візуалізація, лекція з елементами порівняльного аналізу та

проблемного викладу) форми лекційних занять реалізують змістовий і методичний складники спортивно-масової та оздоровчої роботи у ЗВО України.

Запропонований курс передбачав проведення семінарських занять. Розглянемо форми їх проведення:

Перше семінарське заняття з теми «Теоретичні основи та основні терміни і поняття спортивно-масової роботи. Історія розвитку спортивно-масової роботи» було проведене у формі академічної дискусії, що дало змогу поєднати глибоке опрацювання теоретичного матеріалу з активною пізнавальною діяльністю здобувачів освіти. Заняття мало на меті не лише перевірку рівня засвоєння базових понять курсу, а й формування в студентів умінь наукового аргументування, критичного мислення та навичок фахової комунікації.

На початковому етапі викладач окреслив цілі та завдання практичного заняття, підкреслив його значення для засвоєння ключових категорій дисципліни: *спортивно-масова робота*, *спортивно-оздоровча робота, фізкультурно-оздоровча робота, фізична культура*, *рухова активність*, *здоров'язбережувальне середовище* тощо.

У ході семінарського заняття особливу увагу було приділено ґрунтовному аналізу історичних етапів становлення та розвитку СОР в Україні відповідно до розробленої нами періодизації (див. п. 1.3.), що дало змогу глибше зрозуміти закономірності її еволюції та зв'язок із сучасними тенденціями здоров'язбережувальної діяльності у системі освіти.

Підготовлений блок дискусійних питань охоплював проблематику еволюції організаційних форм спортивно-масової роботи, співвідношення національних традицій і сучасних інноваційних підходів, ролі соціально-економічних і політичних чинників у розвитку галузі. Студенти працювали в малих групах, опрацьовуючи запропоновані завдання:

-визначення й порівняльний аналіз ключових термінів і понять;

-аргументування впливу суспільно-економічних змін 1990–2020 рр. на формування сучасної моделі спортивно-масової роботи;

- розроблення коротких пропозицій щодо удосконалення термінологічного апарату та сучасного змісту дисципліни.

У процесі обговорення учасники презентували власні висновки, спираючись на опрацьовані джерела та приклади з практики вітчизняних і зарубіжних закладів освіти. Викладач виступав модератором, спрямовуючи дискусію, ставлячи уточнювальні запитання та підкреслюючи наукові аспекти аргументації.

Завершальним етапом стало узагальнення результатів групової роботи, формулювання колективних висновків і фіксація ключових дефініцій у робочих конспектах. Такий формат практичного заняття забезпечив глибоке опанування понятєво-категорійного апарату, сформував уміння науково дискутувати та створив підґрунтя для подальшого засвоєння курсу.

Семінарське заняття з теми «Форми організації оздоровчої та спортивно-масової роботи» було проведено як *практико орієнтоване з елементами проєктування та дискусії.* Заняття було спрямоване на поглиблення знань студентів щодо сучасних підходів до планування, реалізації та оцінювання різних форм спортивно-оздоровчої діяльності у ЗВО та за їх межами. Заняття мало аналітико-прикладний характер і поєднувало роботу з нормативно-методичними документами, обговорення наукових концепцій та відпрацювання практичних умінь проєктування спортивно-масових заходів.

На початку викладач визначив мету та завдання практикуму, акцентувавши на значенні різноманіття організаційних форм для підвищення рухової активності студентської молоді, профілактики захворювань і формування культури здорового способу життя. Було коротко узагальнено теоретичні засади теми: класифікацію форм оздоровчої та спортивно-масової роботи (масові спортивні свята, спартакіади, фестивалі здоров’я, туристично-спортивні зльоти, клубну та секційну діяльність, фітнес-програми, рухливі перерви, рекреаційні й військово-спортивні ігри), а також розкрито значення сучасних технологій – від цифрового планування заходів до інтеграції національних традицій, як-от «Козацькі забави».

Основну частину заняття було побудовано у формі *практичного моделювання та дискусії.* Студентські групи отримали завдання розробити проєкти проведення різних типів спортивно-оздоровчих заходів: від днів здоров'я та масових пробігів до міжфакультетських турнірів чи комплексних програм вихідного дня. У процесі роботи вони мали врахувати реальні умови ЗВО: матеріально-технічну базу, особливості контингенту, часові й фінансові ресурси, можливість залучення громадських і волонтерських ініціатив.

Під час презентацій студенти аргументовано обґрунтовували вибір форм і методів, демонстрували створені схеми й календарні плани, а викладач коментував та надавав рекомендації, звертаючи увагу на відповідність проєктів чинним нормативам, принципам безпеки та інклюзії. Окремо обговорювалися питання інтеграції онлайн-ресурсів, моніторингу рівня фізичної активності за допомогою мобільних додатків, використання соціальних мереж для популяризації заходів.

Підсумовуючи, викладач наголосив, що успішна організація СОР потребує комплексного підходу: поєднання науково обґрунтованого планування, творчого використання національних традицій і сучасних цифрових технологій, а також залучення студентської молоді як активних співорганізаторів процесу. Такий формат семінарського заняття сприяв не лише закріпленню теоретичних знань, а й формуванню у здобувачів освіти професійних компетентностей у сфері проєктування, організації й оцінювання спортивно-оздоровчої діяльності.

Семінарське заняття з теми *«Технологія організації спортивно-масової та оздоровчої роботи в закладі вищої освіти України»,* розраховане на 6 академічних годин, було реалізоване у форматі циклу з трьох послідовних занять, кожне з яких мало власну методичну форму – семінар-конференцію, ділову гру та квест. Така багатоформатна структура дала змогу комплексно розкрити проблему, поєднавши науково-аналітичний, практико-організаційний та дослідницько-творчий підходи.

Перше заняття – *семінар-конференція* – мало на меті глибоке науково-теоретичне опрацювання теми та передбачало ґрунтовні аналітичні доповіді студентів, присвячені: законодавчо-нормативним засадам СОР у ЗВО (зокрема

положенням Закону України «Про фізичну культуру і спорт», Національній стратегії з оздоровчої рухової активності, відомчим документам Міністерства освіти і науки України); історико-педагогічним етапам становлення й розвитку СОР у вітчизняних ЗВО; сучасним технологіям її організації та європейським практикам, релевантним до українського університетського простору.

Попередньо учасники підготували мультимедійні презентації та тези наукових виступів. Викладач виступав модератором конференції, ставив проблемні питання, ініціював дискусію про моделі спортивно-оздоровчої діяльності у різних ЗВО України, організовував порівняння з досвідом університетів ЄС. Такий формат сприяв розвитку умінь наукового аналізу, публічного представлення результатів і критичного мислення.

Другий етап – *ділова гра* – мав практико-імітаційний характер і був організований у формі ділової гри «Організуємо університетський фестиваль здоров'я». Студенти були розподілені на команди, що імітували діяльність різних учасників університетського спортивно-оздоровчого процесу: ректорату, студентського спортивного клубу, профкому, місцевих органів влади, спонсорів та медіа. Кожна команда розробляла власну модель великого спортивно-масового заходу – університетської спартакіади, марафону або студентського туристичного зльоту.

Учасники визначали цілі заходу, формували бюджет, планували інфраструктурне забезпечення, розподіляли функції організаторів, презентували готовий проєкт і відпрацьовували процедури ухвалення спільних рішень (переговори, укладання умовних угод, корекція програми відповідно до непередбачених ситуацій). Такий формат сприяв відпрацюванню компетентностей із командної взаємодії, управління ресурсами, комунікації та кризового менеджменту, що безпосередньо відповідає завданням СОР у ЗВО.

Заключне заняття було організоване як *практико-дослідницький квест,* метою якого стало інтегрування знань і формування здатності до оперативного застосування технологій спортивно-оздоровчої діяльності в умовах університету.

На основі підготовлених викладачем «станцій» студенти виконували різнопланові завдання: розв’язували кейси з оптимізації розкладу спортивно-оздоровчих заходів для різних груп студентів (з урахуванням воєнних викликів та змішаних форматів навчання); проходили тести на знання нормативно-правових актів; працювали з інтерактивною картою спортивної інфраструктури університету, створюючи візуальні схеми проведення масштабного заходу.

Перехід між «станціями» вимагав колективного аналізу й швидкого прийняття рішень, що максимально наближало роботу до реальних умов організації спортивно-оздоровчої діяльності у ЗВО.

Поєднання семінару-конференції, ділової гри та квесту забезпечило всебічне опрацювання теми – від наукового аналізу та історико-педагогічного осмислення розвитку СОР до проєктування й практичної реалізації заходів у конкретному ЗВО. Такий підхід сприяв не лише систематизації теоретичних знань про технологію організації спортивно-масової та оздоровчої роботи в університеті, а й формуванню професійних компетентностей у сфері управління, комунікації та інноваційної діяльності, необхідних для майбутніх фахівців галузі фізичного виховання і спорту.

Семінарське заняття з теми «Технологія організації спортивно-масової та оздоровчої роботи на виробництві» було проведене у формі *наукової дискусії*, що дало змогу поєднати ґрунтовне теоретичне опрацювання матеріалу з розвитком аналітичних і комунікативних компетентностей студентів.

На початку викладач окреслив мету та завдання семінару, наголосивши на актуальності проблеми з огляду на потребу формування здоров’язбережувального середовища у сучасних виробничих колективах та необхідність запобігання професійним захворюванням, гіподинамії та стресовим перевантаженням працівників. Було коротко нагадано ключові положення законодавчих та програмних документів (Закон України «Про охорону праці», Закон «Про фізичну культуру і спорт», державні програми «Здорова Україна», «Активні парки», корпоративні ініціативи з безпеки та гігієни праці), які створюють нормативне підґрунтя для розвитку СОР безпосередньо на виробництві.

Подальша робота проходила у форматі групової дискусії. Студенти, попередньо розподілені на малі групи, обговорювали такі аспекти теми: оптимальні моделі впровадження виробничої гімнастики й активних перерв, ефективність корпоративних спортивних свят і змагань для згуртування колективу, шляхи залучення приватного сектору до фінансування оздоровчих програм, можливості використання фітнес-трекерів і мобільних додатків для моніторингу фізичної активності персоналу. Кожна група готувала короткі аргументовані пропозиції та презентувала їх у загальному колі, що створювало умови для науково-професійної полеміки.

У процесі дискусії викладач виконував функції модератора: ставив проблемні запитання, спрямовував діалог, заохочував студентів до наведення прикладів з українського й зарубіжного досвіду, а також до пошуку рішень щодо інтеграції інноваційних технологій у корпоративне середовище. Завершальним етапом стало колективне узагальнення висновків і формулювання рекомендацій щодо організації ефективної системи спортивно-масової та оздоровчої роботи на сучасних підприємствах.

Такий формат семінару забезпечив глибоке осмислення теоретичного матеріалу та розвиток практичних навичок аналізу й прийняття рішень, сприяв формуванню у майбутніх фахівців здатності впроваджувати інноваційні технології збереження здоров’я та підвищення працездатності в умовах реального виробничого середовища.

Для теми «Технологія спортивно-масової та оздоровчої роботи за місцем проживання» було запропоновано *два* послідовні *семінарські заняття*, кожне з яких мало власну дидактичну мету та різну організаційну форму, що забезпечило комплексне опрацювання матеріалу – від теоретичного осмислення до практичного моделювання.

Перше семінарське заняття – *науково-аналітична дискусія* – було спрямоване на глибокий теоретичний аналіз і порівняння зарубіжного та українського досвіду організації СОР за місцем проживання. На підготовчому етапі студенти

опрацювали чинну нормативно-правову базу (Закон України «Про фізичну культуру і спорт», державні й муніципальні програми «Здорова Україна», «Активні парки», місцеві ініціативи) та сучасні наукові дослідження.

У процесі заняття проводилася наукова дискусія, під час якої обговорювалися питання:

- історична еволюція дворівневих і громадських форм фізкультурно-спортивної діяльності;

- сучасні моделі роботи молодіжних і спортивних клубів у громадах;

- особливості використання парків, скверів, рекреаційних зон як просторів для рухової активності;

- роль територіальних громад та партнерства місцевої влади, громадських організацій і бізнесу у створенні здоров'язбережувального середовища.

Студенти презентували доповіді, обґрунтовували власні бачення механізмів розвитку СОР у своїх регіонах, наводили приклади успішних практик з ЄС, Скандинавських країн, Канади. Викладач спрямовував обговорення, ставив проблемні запитання й допомагав сформулювати колективні висновки щодо пріоритетних напрямів модернізації таких програм в Україні.

Друге семінарське заняття – *практико-орієнтоване проєктування* – проводилося у формі *ділової гри з елементами проєктування*. Студенти об'єднувалися у групи та виконували роль робочих команд територіальних громад, центрів фізичного здоров'я населення, молодіжних рад чи громадських організацій.

Завдання полягало у розробленні комплексного проєкту СОР за місцем проживання. Учасники повинні були:

- проаналізувати реальні умови конкретної громади (наявна інфраструктура, фінансові можливості, цільові групи населення);

- спланувати заходи різного формату (масові свята, сімейні фестивалі, дворові турніри, фітнес-програми на відкритому повітрі, вело- чи бігові клуби);

- передбачити механізми залучення партнерів та інформаційного супроводу, включно з використанням мобільних додатків для моніторингу рухової активності.

Кожна група презентувала свій проєкт у формі «громадських слухань», обґрунтовуючи бюджет, кадрове забезпечення, календарний план і методи оцінювання ефективності. У процесі відбувалася фахова дискусія, під час якої інші учасники та викладач висловлювали зауваження, ставили уточнювальні запитання, пропонували шляхи удосконалення.

Завдяки такому двоетапному підходу студенти спочатку систематизували теоретичні знання та порівняли міжнародні моделі, а потім відпрацювали практичні навички проєктування й упровадження спортивно-оздоровчих програм за місцем проживання, що сприяло формуванню професійних компетентностей у сфері організації масового спорту та здоров'язбережувальної діяльності на рівні громади.

І останнє *семінарське заняття* «Спорт і рухова активність у закладах вищої освіти зарубіжних країн» було організовано у дискусійно-аналітичному форматі, що дозволило поєднати глибокий теоретичний аналіз із розвитком навичок критичного мислення, аргументації та академічної полеміки.

На початку заняття викладач окреслив мету й завдання семінару, підкресливши його значення для розуміння сучасних світових тенденцій розвитку університетського спорту й формування культури рухової активності студентської молоді. Було стисло нагадано ключові результати попередньої лекції, присвяченої досвіду організації СОР у провідних країнах світу (США, Канада, країни ЄС, Японія, Південна Корея), та запропоновано проблемні запитання, які мали стати відправною точкою для наукової дискусії.

Подальша робота відбувалася у форматі аналітичних міні-доповідей і групових обговорень. Попередньо студенти отримали завдання дослідити окремі аспекти зарубіжного досвіду: державну політику підтримки студентського спорту; фінансові та організаційні моделі університетського спорту (клубно-громадська, кампусна, корпоративна); інноваційні підходи до моніторингу фізичної активності

й розвитку інклюзивного спорту. Кожна міні-доповідь супроводжувалася мультимедійною презентацією та короткими тезами для подальшої колективної дискусії.

Після виступів учасники розпочали дискусію за проблемними запитаннями, запропонованими викладачем:

Які моделі університетського спорту є найбільш ефективними для масового залучення студентів до рухової активності?

Які цифрові інструменти й технології найкраще інтегрувати в українські заклади вищої освіти?

Які соціально-культурні бар'єри можуть завадити адаптації зарубіжних практик в Україні та як їх подолати?

У процесі обговорення студенти наводили приклади з європейського, північноамериканського та азійського досвіду, здійснювали порівняльний аналіз з українською практикою, пропонували авторські моделі впровадження інновацій у ЗВО. Викладач модерував дискусію, коригував аргументацію, заохочував до формулювання конструктивних висновків.

Завершальним етапом стало колективне узагальнення результатів, під час якого було сформовано рекомендації щодо використання найкращих міжнародних практик у вітчизняній системі фізичного виховання та СОР. Студенти визначили пріоритети: розвиток університетської спортивної інфраструктури, запровадження програм «здорового кампусу», посилення партнерства університетів із громадами та приватними ініціативами.

Такий дискусійно-аналітичний формат семінару сприяв поглибленню знань про світові моделі університетського спорту, розвитку критичного мислення й уміння вести академічну полеміку, а також формуванню практичних компетентностей щодо адаптації іноземного досвіду до потреб українських закладів вищої освіти.

Окреслені нами *традиційні* (семінар-бесіда, семінар-дискусія, семінар-конференція) та *нетрадиційні* (квест, міні-дослідження, проєктне заняття, ділова

гра, практичне моделювання) форми семінарських занять здатні успішно реалізувати змістовий складник СОР у ЗВО.

Отже, упровадження до освітнього процесу курсу «Теорія і методика спортивно-масової роботи» сприяло підвищенню рівня знань і формуванню професійних компетентностей студентів у сфері організації спортивно-масової та оздоровчої діяльності. Завдяки опрацюванню змісту курсу здобувачі вищої освіти отримали можливість глибше усвідомити значення здоров'язбережувальної та СОР, опанувати теоретичні засади й практичні механізми планування, проведення та оцінювання масових спортивних заходів, розробляти й упроваджувати власні проєкти, спрямовані на формування культури здорового способу життя серед студентської молоді.

Перспективними напрямами розвитку СОР у закладах вищої освіти України на сучасному етапі є:

- цифровізація та інноваційні технології – упровадження онлайн-платформ для моніторингу рухової активності, мобільних застосунків для самоконтролю фізичних навантажень, віртуальних тренінгів і дистанційних форм занять;
- розширення студентської спортивної інфраструктури – модернізація та будівництво багатофункціональних майданчиків, фітнес- і реабілітаційних зон, створення умов для інклюзивного доступу;
- посилення оздоровчо-профілактичного та здоров'язбережувального спрямування – розроблення комплексних програм зміцнення здоров'я, профілактики гіподинамії, психоемоційного вигорання та хронічних захворювань;
- інтеграція в європейський освітній і спортивний простір – участь у міжнародних програмах, універсіадах, партнерських проєктах, обмін досвідом з провідними університетами ЄС;
- розвиток студентського самоврядування та волонтерства у спорті – залучення студентських спортивних клубів до ініціювання й проведення масових змагань, фестивалів, благодійних спортивних акцій;

- поглиблення міждисциплінарної співпраці – поєднання спортивно-оздоровчої роботи з програмами психологічної підтримки, харчування, екологічного виховання та медико-біологічного супроводу;

- державна й муніципальна підтримка – вдосконалення фінансового та нормативно-правового забезпечення, запровадження грантових і цільових програм для розвитку масового студентського спорту.

Реалізація цих напрямів сприятиме не лише зміцненню здоров'я студентської молоді, а й утвердженню університетів як активних центрів формування культури здорового способу життя та підвищення конкурентоспроможності української системи вищої освіти в європейському просторі.

Визначено, що в умовах воєнного стану, цифрової трансформації освіти та зростання соціально-стресових чинників СОР у ЗВОО України має відповідати не лише завданню підвищення рухової активності студентів, а й вимозі забезпечення їхнього психофізичного благополуччя.

Проведене автором пілотне дослідження підтвердило, що інноваційні форми СОР стали пріоритетними для здобувачів вищої освіти. Найбільш поширеними стали відеоуроки/відеотренування (36,2%), фітнес-додатки (34,6%), онлайн-челенджі та флешмоби (17,9%). Водночас 37,4% здоюувачів освіти не залучені до жодної інноваційної форми активності, що вказує на потребу у системній мотиваційній підтримці та розширенні цифрових ресурсів.

Пілотне дослідження показало необхідність переходу від традиційних уніфікованих занять до персоналізованих, гібридних та wellness-орієнтованих моделей спортивно-оздоровчої роботи. Доведено, що цифрові технології підвищують залученість студентів, але не замінюють роль викладача-наставника.

Визначено, що ефективна модель-рамка інноваційної СОР у ЗВО повинна спиратися на принципи гібридності (поєднання онлайн і офлайн), персоналізації (індивідуальні програми з урахуванням стану здоров'я та мотивації), гейміфікації та соціальної взаємодії (рейтинги, челенджі, командні змагання), wellness-компонента (релаксація, дихальні вправи, антистрес-практики), менторства (роль

викладача як коуча і тьютора), інклюзивності й рівного доступу до інфраструктури та цифрових ресурсів.

Практичним інструментом для реалізації цієї моделі став *освітній блог «SportEduHub»,* розроблений автором, який функціонує як інтерактивна онлайн-платформа. Він поєднує освітній контент (навчальні відео, методичні матеріали), мультимедійні ресурси (відеоуроки, інфографіку, подкасти), систему трекінгу активності, інструменти гейміфікації (челенджі, рейтинги, турніри), а також комунікаційні можливості для взаємодії студентів, викладачів і спортивних клубів. «SportEduHub» виступає інтеграційною ланкою між освітнім процесом, самостійними заняттями студентів та позааудиторними спортивно-оздоровчими ініціативами.

Зазначимо, що СОР у ЗВО України на сучасному етапі постає як ключовий складник здоров'язбережувальної та виховної політики університетів, що інтегрує навчальний процес, дозвілля і соціальну активність студентів.

Констатовано необхідність розробки та впровадження елективного курсу *«Теорія і методика спортивно-масової роботи»* (3 кредити, з них 18 год лекцій, 12 год практичних занять, 60 год самостійної роботи) для студентів 2 курсу другого (магістерського) рівня вищої освіти спеціальності А1 Освітні науки та А4 Середня освіта (за предметними спеціальностями) з предметною спеціальністю А4.11 Середня освіта (Фізична культура).

Встановлено, що подальший розвиток спортивно-оздоровчої сфери неможливий без комплексної модернізації, яка охоплює цифровізацію, удосконалення інфраструктури, запровадження інноваційних оздоровчих технологій, розширення студентського самоврядування та зміцнення нормативно-фінансової підтримки.

Перспективними визнано напрями, що поєднують європейський досвід і національні традиції: впровадження міжнародних програм і студентських спортивних клубів, розвиток волонтерського руху у сфері масового спорту,

інтеграція фізкультурно-оздоровчої роботи з програмами психологічної підтримки, харчування й екологічного виховання.

Реалізація окреслених напрямів дозволить підвищити рівень фізичної активності, зміцнити здоров’я та соціальну згуртованість студентської молоді, водночас підвищивши конкурентоспроможність українських закладів вищої освіти у європейському та світовому освітньому просторі.

Основні положення відображені у публікаціях автора [25; 28].

ВИСНОВКИ

У дисертаційному дослідженні теоретично узагальнено та запропоновано нове бачення розв'язання наукової проблеми становлення та розвитку спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України (90-і рр. XX–перша чверть XXI ст.):

1. Здійснено аналіз історико-педагогічної та наукової літератури й уточнено генезу категорії *«фізичне виховання»* (провідний структурний компонент спортивно-оздоровчої діяльності у ЗВО, який надає їй цілеспрямованого педагогічного змісту, забезпечує оздоровчий ефект і гарантує системний вплив на фізичний розвиток та психоемоційне благополуччя особистості); *«спортивне виховання»* (ключовий компонент спортивно-оздоровчої діяльності у ЗВО, спрямований на розвиток фізичних якостей, формування мотивації до здорового способу життя, соціалізацію та зміцнення психофізіологічного потенціалу особистості); *«спортивна діяльність»* (багатоаспектне соціокультурне явище та ключова складова спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО, яке забезпечує розвиток соматичного й функціонального потенціалу, формує особистісні якості, мотивацію до здорового способу життя, готовність до самореалізації та активної соціальної участі); *«спортивно-масова діяльність»* (організована форма фізкультурно-спортивної активності, спрямована на масове залучення студентської молоді до регулярних занять фізичною культурою і спортом, розвиток рухової активності, формування мотивації до здорового способу життя та зміцнення фізичного й психоемоційного здоров'я в умовах закладів вищої освіти); «*фізкультурно-оздоровча діяльність»* (комплексне міждисциплінарне явище, що поєднує освітні, медико-профілактичні, психофізіологічні та соціокультурні складники й має ключове значення для формування сучасних підходів до здоров'язбереження в освітньому середовищі закладів вищої освіти).

Встановлено, що категорії *фізкультурно-оздоровча*, *спортивно-оздоровча* та *спортивно-масова* діяльність виявляють змістову близькість за семантичним наповненням.

За результатом наукового пошуку щодо категоріально-змістового аналізу базових категорій досліджуваної проблеми сформульовано авторське визначення: *спортивно-оздоровча робота у закладі вищої освіти* – це цілеспрямована та системна сукупність організаційно-педагогічних, виховних і методичних заходів, спрямованих на всебічне формування, збереження і зміцнення фізичного здоров'я здобувачів вищої освіти, розвиток їх рухових умінь і навичок, підвищення рівня фізичної активності, а також формування ціннісного ставлення до здорового способу життя, що реалізується через організацію спортивних, фізкультурно-оздоровчих та масових заходів у освітньому середовищі.

2. В Україні спортивно-оздоровча робота у закладах вищої освіти в 90-х рр. XX – першій чверті XXI ст. формувалася та розвивалася на тлі комплексу взаємопов'язаних детермінант: *суспільно-політичних* (утвердження державної незалежності, розбудова й постійне оновлення нормативно-правового забезпечення, інституційні трансформації органів управління фізичною культурою і спортом, оновлення навчальних планів і впровадження нових стандартів підготовки фахівців з фізичного виховання, курс на європейську інтеграцію, воєнні виклики), *економічних* (глибокі кризи 1990-х рр., скорочення та поступове відновлення бюджетного фінансування, модернізація й розширення спортивної інфраструктури, пошук нових джерел фінансування), *соціокультурних* (зміна ціннісних орієнтирів молоді, формування культури здорового способу життя, відродження національних традицій тіловиховання, вплив цифрових технологій, пандемії COVID-19 та гібридної війни), що дало змогу розробити періодизацію розвитку спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України у визначених хронологічних межах, в основу якої покладено критерії (історичний, правовий, дидактичний): *перший етап* (1993–2004 рр.) – становлення спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України; *другий етап* (2004–2014 рр.) – розвиток та інституалізація спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України; *третій етап* (2014–2022 рр.) – інновації та інтеграція до європейського освітнього простору у ЗВО України

3. Здійснено аналіз історико-педагогічних, нормативно-правових та науково-методичних джерел, що дало змогу окреслити *організаційно-педагогічні засади спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти* України в 90-х рр. XX–першій чверті XXI ст. Визначено, що ця діяльність ґрунтувалася на поєднанні правового регулювання, організаційного забезпечення та педагогічних підходів, які трансформувалися відповідно до соціально-політичних та економічних умов. Ключовими чинниками були законодавче унормування статусу спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО у системі освіти, розбудова мережі спортивних клубів і секцій, формування дидактичних моделей фізкультурно-оздоровчої підготовки, зорієнтованих на цілісність освітнього процесу. Уточнено, що педагогічна логіка спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО передбачає поєднання навчального, виховного, оздоровчого та соціокультурного компонентів, що у взаємодії формують стійку систему цінностей студентської молоді.

Досліджено, що упродовж 90-х рр. XX ст. – на початку XXI ст. спортивно-оздоровча робота у ЗВО України розвивалася поетапно. З'ясовано, що на *першому* умовно виокремленому *етапі (1993–2004 рр.*) організаційно-педагогічні засади спортивно-оздоровчої роботи *визначалися переважно нормативно-директивною логікою збереження радянських підходів до обов'язкових занять. Вони* полягали у відтворенні єдиних нормативів і контролю фізпідготовленості студентів, що забезпечувало мінімальний рівень фізичного розвитку та дисциплінованe залучення до занять. Н*айпоширенішими формами були навчальні заняття, секційні тренування, внутрішньоуніверситетські спартакіади.* Простежено недостатню інтеграцію спортивно-оздоровчої роботи у навчальні програми, несистемний характер СОР у ЗВО.

На другому етапі (2004–2014 рр.) визначено зміну підходів до варіативності й розширення спектра форм та інституалізації спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО через і*нтерактивні, змагальні, індивідуалізовані, тренінгові, проблемно-пошукові методи,* впровадження кредитно-модульної системи та варіативних модулів з фізичного виховання, активізацію діяльності спортивних клубів, поширення

фітнес- і рекреаційних програм, проведення міжвузівських фестивалів і турнірів. Організаційно-педагогічні засади визначалися принципом варіативності, розширенням спектра методик і орієнтацією на інтереси студентів.

Визначено, що *на третьому етапі (2014–2022 рр.)* – модернізації та інтеграції – о*рганізаційно-педагогічні засади набули інноваційного й адаптивного характеру,* відбулось посилення автономії ЗВО, *впровадження* цифрових інструментів моніторингу рухової активності, поява дистанційних і змішаних форм, *онлайн-курсів,* інклюзії та міжнародної співпраці (Erasmus+, універсіади, партнерські проєкти). Поширення набувають і*нтерактивні цифрові, коучингові, проектно-діяльнісні технології, самоконтроль і рефлексивні підходи.*

Організаційно-педагогічні засади ґрунтувалися на компетентнісному та особистісно-орієнтованому підходах, інтеграції у європейський освітньо-спортивний простір та адаптації до кризових викликів (пандемія, війна).

*Д*оведено, що еволюція спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України засвідчила поступальний перехід від уніфікованої нормативної системи до варіативної компетентнісно-орієнтованої моделі, що поєднує освітні, виховні й оздоровчі завдання. Організаційно-педагогічні засади цього процесу включають: нормативно-правову регламентованість, інституалізацію у структурі освітнього процесу, варіативність змісту, інтеграцію в європейський простір, орієнтацію на інтереси студентів та адаптивність до кризових викликів.

Окреслено *сильні* (збереження системності й традицій фізичного виховання, державна підтримка у вигляді базових законів та освітніх стандартів, колективний характер СОР (спартакіади, універсіади), активність студентського самоврядування, поступова інтеграція в європейський освітньо-спортивний простір та адаптивність до кризових викликів (економічних, пандемічних, воєнних) та слабкі (відсутність цілісної концепції розвитку та фрагментарність нормативно-правового забезпечення, недостатнє фінансування й обмеженість спортивної інфраструктури, нерівномірність практик у різних типах ЗВО, збереження формалізму у підходах, обмежена інклюзивність) сторони СОР у ЗВО України.

3. За результатами дисертаційного дослідження розроблено та впроваджено в освітній процес ЗВО елективний курс «Теорія і методика спортивно-масової роботи» (3 кредити, з них 18 год. лекцій, 12 год. практичних занять, 60 год. самостійної роботи) для студентів 2 курсу другого (магістерського) рівня вищої освіти спеціальності А1 Освітні науки та А4 Середня освіта (за предметними спеціальностями) за предметною спеціальністю А4.11 Середня освіта (Фізична культура).

З метою підвищення зацікавленості здобувачів до вивчення цього курсу запропоновано різні форми проведення занять: традиційні (вступна, інформаційна, підсумкова) та нетрадиційні (бінарна лекція, лекція-вебінар, лекція-візуалізація, інформаційна лекція з елементами порівняльного аналізу і проблемного викладу) форми лекційних занять, а також традиційні (семінар-бесіда, семінар-конференція, семінар-дискусія) та нетрадиційні (квест, мінідослідження, проєктне заняття, ділова гра, практичне моделювання) форми семінарських занять. Усі ці форми комплексно реалізують змістовий та методичний складники підготовки майбутніх фахівців до організації спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України, забезпечуючи поєднання теоретичного аналізу з практико-орієнтованим навчанням і творчим моделюванням сучасних оздоровчих програм.

4.Визначено перспективи розвитку спортивно-оздоровчої роботи зі здобувачами вищої освіти у ЗВО України на сучасному етапі.

Запропоновано *інноваційну модель-рамку спортивно-оздоровчої р*оботи у закладах вищої освіти, що базується на сучасних педагогічних та цифрових підходах і спрямована на підвищення залученості студентської молоді до регулярної фізичної активності, збереження та зміцнення здоров’я. Модель ґрунтується на принципах *гібридності* – органічного поєднання онлайн- і офлайн-форматів занять, що дає змогу гнучко адаптуватися до умов воєнного стану, дистанційного чи змішаного навчання, *персоналізації* – створення індивідуальних програм з урахуванням рівня підготовленості, стану здоров’я, мотиваційного профілю й особистих інтересів здобувачів освіти; *гейміфікації* який полягає у

використанні челенджів, рейтингів, віртуальних турнірів та змагань як засобів посилення мотивації та соціальної взаємодії; *інтеграції wellness-компонента* включенні елементів релаксації, дихальних практик, антистресових вправ та психоемоційної підтримки, наставництва – нового бачення ролі викладача як коуча й тьютора, що супроводжує здобувача освіти у формуванні індивідуальної траєкторії оздоровчої діяльності, *інклюзивності* забезпеченні рівного доступу до спортивної інфраструктури та цифрових ресурсів для всіх здобувачів освіти незалежно від їхніх фізичних можливостей і соціально-економічного становища.

Результати пілотного дослідження засвідчили позитивний вплив цифрових технологій на мотивацію студентів, але також показали високий відсоток неохопленої молоді (37,4%).

Запропоновано концепцію сайту «SportEduHub» – освітнього блогу, інтерактивної онлайн-платформи нового покоління, що поєднує освітній, практичний і мотиваційний компоненти спортивно-оздоровчої діяльності у ЗВО.

Концепцією передбачено надання здобувачам освіти доступу до актуальної інформації про форми рухової активності, методики тренувань, можливості для самостійного контролю фізичного стану. Блог забезпечує доступ до навчально-методичних матеріалів, програм тренувань і рекомендацій з організації оздоровчої роботи, можливість самоконтролю фізичної активності через цифрові інструменти та інтеграцію з фітнес-додатками і трекерами, використання мультимедійних форматів – відеоматеріалів, онлайн-тестів, віртуальних тренінгів, інтерактивних інфографік, створення комунікаційного середовища для взаємодії студентів, викладачів і спортивних клубів, що дозволяє обмінюватися досвідом і поширювати кращі практики, формування мотиваційного простору завдяки інтеграції гейміфікованих механізмів (челенджі, флешмоби, рейтинги активності, бонусні програми). Доведено, що «SportEduHub» виступає не лише як освітній ресурс, а як цілісна цифрова екосистема спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО, здатна поєднати освітній процес, самостійну фізичну активність студентів і позааудиторні ініціативи. На сайті запропоновано інтеграцію освітнього, практичного та

мотиваційного компонентів спортивно-оздоровчої роботи, створює гнучке середовище для персоналізації занять, розвитку цифрових компетентностей і формування культури здоров'я студентської молоді. Його впровадження створює підґрунтя для підвищення рівня рухової активності здобувачів освіти, формування культури здоров'я та життєстійкості молоді, а також інтеграції української вищої школи у світовий освітньо-спортивний простір. Це актуалізує необхідність системної цифрової стратегії у сфері спортивно-оздоровчої роботи.

Перспективними напрямами розвитку спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України на сучасному етапі визначено:

-цифровізація та інноваційні технології – упровадження онлайн-платформ для моніторингу рухової активності, мобільних застосунків для самоконтролю фізичних навантажень, віртуальних тренінгів і дистанційних форм занять;

-розширення студентської спортивної інфраструктури – модернізація та будівництво багатофункціональних майданчиків, фітнес- і реабілітаційних зон, створення умов для інклюзивного доступу;

-посилення оздоровчо-профілактичного та здоров'язбережувального спрямування – розроблення комплексних програм зміцнення здоров'я, профілактики гіподинамії, психоемоційного вигорання та хронічних захворювань;

-інтеграція в європейський освітній і спортивний простір – участь у міжнародних програмах, універсіадах, партнерських проєктах, обмін досвідом з провідними університетами ЄС;

-розвиток студентського самоврядування та волонтерства у спорті – залучення студентських спортивних клубів до ініціювання й проведення масових змагань, фестивалів, благодійних спортивних акцій;

-поглиблення міждисциплінарної співпраці – поєднання спортивно-оздоровчої роботи з програмами психологічної підтримки, харчування, екологічного виховання та медико-біологічного супроводу;

-державна й муніципальна підтримка – вдосконалення фінансового та нормативно-правового забезпечення, запровадження грантових і цільових програм для розвитку масового студентського спорту.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами. Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна». URL: http://centres.lnu.edu.ua/inclusive-education/wp-content/uploads/sites/4/2015/04/zbirnyk.pdf (дата звернення: 14.08.2025).

2. Аналіз деонтологічної проблематики на рівні вищої школи підготовки майбутніх фахівців. *Logos Science*, 2022. URL: https://archive.logos-science.com/index.php/conference-proceedings/article/download/286/296 (дата звернення: 20.08.2025).

3. Аналіз університетських спартакіад, спортивних свят і клубної роботи. Львівський державний університет фізичної культури. URL: https://www.ldufk.edu.ua/wp-content/uploads/2025/05/dorofyeyevoyi-t.i.-dysertacziya-pdf.pdf (дата звернення: 09.08.2025).

4. Анікєєв Д. М. Проблеми формування здорового способу життя студентської молоді. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2009. № 2. С. 6–9.

5. Архів подій 2005–2014 рр. Національний університет фізичного виховання і спорту України (НУФВСУ). URL: http://nupesu.edu.ua (дата звернення: 10.09.2025).

6. Багорка А. М. Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичної культури і спорту в ступеневій системі освіти: дис. … канд. пед. наук: 13.00.04. Запоріжжя, 2021. 350 с.

7. Базлева Ю., Цигановська Н. URL: https://www.researchgate.net/publication/394029751_INNOVACIJNI_PIDHODI_DO_FIZICNOGO_VIHOVANNA_ZDOBUVACIV_VISOI_OSVITI_V_UMOVAH_DISTANCIJNOI_OSVITI

8. Базильчук В. Б. Організаційні засади активізації спортивно-оздоровчої діяльності студентів в умовах вищого навчального закладу: автореф. дис. … канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02. Львів, 2004. 24 с.

9. Базильчук В.Б., Базильчук О.В., Цісар В.В. Інноваційні технології розвитку рухової активності студентів в освітньому середовищі університету. *Вісник Глухівського національного педагогічного університету імені Олександра Довженка*. 2024. № 55. С. 47–52.

10. Базова навчальна програма з фізичного виховання для вищих навчальних закладів України III і IV рівнів акредитації. Київ: МОН України. 2000. 27 с.

11. Бичук О. І. Фізкультурно-оздоровча робота у школі: навч. посіб. Луцьк: Надстир'я. 1997. 144 с.

12. Білавич Г., Власій О., Савчук Б. Вплив цифровізації освіти, дистанційного навчання на розвиток рухової активності та здоров'язбереження здобувачів освіти. *Молодь і ринок.* 2021. № 11–12 (197–198). С. 50–55.

13. Білавич Г., Прокопів Л., Стинська В., Савчук Б. Розвиток спортивно-оздоровчої роботи як одне із завдань закладів вищої освіти України (кінець XX – перша чверть XXI сторіччя). *Вісник науки та освіти. Серія «Педагогіка».* 2025. № 8(38). С. 959–973.

14. Білецька В. В., Петренко Є. М., Бондаренко І. Б. Функціональний тренінг у системі фізичного виховання студентів. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології.* 2012. № 1(19). С. 264–270.

15. Боднар І. Р. Теорія, методика та організація фізичного виховання у спеціальній медичній групі. Львів, 2013. 187 с.

16. Божок О. Диференційований підхід в організації спортивно-оздоровчої роботи з учнівською молоддю. *Проблеми освіти.* 2024. Вип. 2(101). С. 244–255.

17. Божок О. А. Принципи організації спортивно-оздоровчої роботи з учнівською молоддю. *Прикладне значення фізичної та військової підготовки у майбутній професії:* збірник матеріалів III Міжнародної науково-практичної

конференції/ За заг. ред. Є. В. Баженкова (м.Київ, 16–17 травня 2024 р.). К., 2024. С. 38–41.

18. Божок О., Коломоєць Г. Мотиваційні засади спортивно-оздоровчої роботи з учнівською молоддю в сучасній Україні. *Доступність і неперервність освіти впродовж життя: зарубіжний досвід та національна практика:* збірник матеріалів науково-практичної конференції з міжнародною участю. (м.Івано-Франківськ, 17 травня 2022). Івано-Франківськ, 2022. С. 90–93.

19. Божок О. Особливості організації спортивно-оздоровчих заходів для учнівської молоді. *Імперативи розвитку Нової української школи*: сучасні реалії: матеріали ІІ Всеукраїнської науково-практичної очно-дистанційної конференції (м.Київ, 3 липня 2024 р.). Київ. 2024. С. 13–15.

20. Божок О. Періодизація розвитку спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України (90-ті рр. ХХ – перша чверть ХХІ ст.). *Перспективи та інновації науки*. 2025. № 9 (55). С. 193–203.

21. Божок О. Структурні компоненти спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України (кін. ХХ – поч. ХХІ ст.). *Вісник аграрної історії.* 2025. № 51–52. С. 205–212.

22. Божок О. Цільовий та змістовий компонент спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України (1991–2004 рр.). *Наукові інновації та передові технологі*ї. 2025. №9 (49). С. 1677–1689.

23. Божок О. Цільові та змістові аспекти спортивно-оздоровчої діяльності в закладах вищої освіти України. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві.* Луцьк, 2025. No 1(69). С. 11–19.

24. Божок О., Курилюк С. Сучасні інноваційні підходи до організації спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України. *Проблеми освіти.* 2025. № 1 (102). С. 340–354.

25. Божок О.А. До проблеми організації спортивно-масових заходів зі здобувачами вищої освіти в Україні (90-Х рр. ХХ ст.–початок ХХІ ст.).

Соціономічні студії : збірник наукових праць молодих науковців / за заг. ред. проф. Л. О. Данильчук. Полтава, 2024. Вип. 1. С. 5–12.

26. Божок С. Нормативно-правові аспекти спортивно-оздоровчої діяльності у закладах вищої освіти України. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова.* 2025. Вип. 8(195). С. 16–20.

27. Божок О. Формування культури здорового способу життя у студентської молоді засобами спортивно-оздоровчої роботи. *Шляхи удосконалення професійних компетентностей фахівців в умовах сьогодення*: матеріали IV Міжнар. наук.-практ. конференції (м. Київ, 13 травня 2025 р.). К., 2025. С. 295–298.

28. Борщенко В., Дишель Г. Здоров'язбережувальні практики у системі підготовки спортсменів різних видів спорту. *Педагогічна академія. 2025. № 22.* URL: https://pedagogical-academy.com/index.php/journal/article/view/1261/1138 (Дата звернення: 28.09.2025).

29. Бойко Д. В. Сучасний стан та перспективні напрямки вдосконалення фізичного виховання студентів ВНЗ України III–IV рівнів акредитації. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2012. № 1. с. 22–25.

30. Бойко Ю.С., Соколенко Л.С., Танасійчук Ю.М. Інтеграція новітніх методик викладання фізичного виховання в закладах вищої освіти України з використанням технологій для дистанційного навчання. *Академічні візії.* 2023. № 20. URL: https://academy-vision.org/index.php/av/article/view/399/365 (Дата звернення: 20.08.2025).

31. Бойчук Ю. Д. Сучасні здоров'язбережувальні технології: монографія. Харків: Оригінал, 2018. 724 с.

32. Бондар А., Петренко І., Томенко О. Сучасні тенденції управління фізичною культурою і спортом в Україні. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2021. № 6(86). С. 57–63.

33. Бугайчук Н. Б., Бєлікова Н. О. Оцінка шляхів оптимізації оздоровчо-рекреаційної діяльності студентів педагогічних коледжів. *Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова.* 2022. № 11(157). С. 45–48.

34. Бугайчук Н., Бєлікова Н. Модель використання оздоровчо-рекреаційних технологій у фізичному вихованні здобувачів освіти педагогічних коледжів. *Науковий часопис Українського державного університету ім. Михайла Драгоманова.* 2024. № 12(185). С. 68–73.

35. Бугайчук, Н. Б., & Бєлікова, Н. О. Оцінка шляхів оптимізації оздоровчо-рекреаційної діяльності студентів педагогічних коледжів. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. 2022. № 11(157). С. 45-48.

36. Бугайчук, Н., & Бєлікова, Н. (2024). Модель використання оздоровчо-рекреаційних технологій у фізичному вихованні здобувачів освіти педагогічних коледжів. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова*. 2024. № 12(185). С. 68-73.

37. Буцький Є. В., Боднар Г. В. Основи фізичного виховання: навч. посіб. Дрогобич: Коло, 2004. 270 с.

38. Ваколюк А., Шелюк В., Симонович Н. Інноваційні технології у системі фізичного виховання здобувачів вищої освіти. *Інноватика у вихованні.* 2021. № 14. С.128–134.

39. Василенко М. А. Професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти: теорія та методика: монографія. Київ: «Центр учбової літератури», 2018. 524 с.

40. Великий тлумачний словник сучасної української мови. Уклад.: В. Т. Бусел. Київ – Ірпінь: ВТФ «Перун», 2005. 1728 с.

41. Вербицький В., Бондаренко І. Історія фізичної культури та спорту в Україні: навч. посіб. Миколаїв: ЧДУ ім. Петра Могили, 2014. 340 с.

42. Винник Н. Сутність і зміст поняття «спортивно-оздоровча діяльність». *Science and Education a New Dimension: Pedagogy and Psychology*. 2016 IV(42). Iss. 87, С. 45–48.

43. Вихляєв Ю. Рекреаційні технології: навч. посіб. Вінниця: ТОВ «Твори», 2023. 451 с.

44. Вільчковський Е., Куро О. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: навч. посіб. 2-ге вид., перероб. і доп. Суми, 2004. 438 с.

45. Вожжов І. Психолого-педагогічне супроводження спортивної діяльності з ігрових видів в контексті самореалізації особистості. *Physical Culture and Sport: Scientific Perspective* 2023. № 2. С. 27–31.

46. Власюк О. Деякі проблеми фізичного виховання школярів і сучасні шляхи їх розв'язання. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2016. № 3. С. 30–33.

47. Володько І. Формування інформаційно-комунікаційної компетентності майбутніх фахівців фізичного виховання і спорту: дис. … канд. пед. наук: 13.00.04. Київ. 2016. 252 с.

48. Гладощук О. Організаційно-методичні умови вдосконалення фізичного виховання студентів спеціальних медичних груп у вищому технічному закладі освіти. *Вісник Прикарпатського університету.* 2019, Вип. 32. С. 36–42.

49. Гнесь Н., Цибанюк О., Циба Ю., Молдован А. Актуальність стратегічного планування розвитку фізичного виховання та фізичної активності дітей та молоді (міжнародні ініціативи ЮНЕСКО). *Науковий часопис Українського державного університету ім. М. Драгоманова.* 2022. № 5(150). С. 31–35.

50. Гончаренко У. Український педагогічний словник. Київ, 1997. 366 с.

51. Грибан Г. П. Управління у сфері фізичної культури і спорту. Житомир: Рута, 2022. 124 с.

52. Грибан Г. П. Фізичне виховання і воля: монографія. Житомир: Рута, 2008. 168 с.

53. Грибан Г. П. Термінологічний словник з фізичної культури і спорту / Укладачі: Г. П. Грибан, Д. В. Бойко, Д. О. Дзензелюк. Житомир: Вид-во «Рута», 2016. 100 с.

54. Гулько Т., Рибалко Л. Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичної культури та спорту в умовах воєнного стану в Україні. *Психолого-педагогічні проблеми сучасної школи*. 2023. № 2(10). С. 20–27.

55. Данилевич М. Професійної підготовка майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту до рекреаційно-оздоровчої діяльності: теоретико-методичний аспект: монографія. К, 2018. 460 с.

56. Державна національна програма «Освіта» («Україна XXI століття»): Постанова Кабінету Міністрів України від 3 листопада 1993 р., № 896. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/896-93-п (дата звернення: 15.08.2025).

57. Державна програма розвитку фізичної культури і спорту в Україні: Указ Президента України від 22.06.1994 р. № 334/94. URL: https://zakon.rada.gov.ua/go/334/94 (дата звернення: 25.08.2025).

58. Державна програма розвитку фізичної культури і спорту на 2007–2011 рр.: постанова КМУ від 15 листопада 2006 р. № 1594. URL: https://zakon.rada.gov.ua/go/1594-2006-п (дата звернення: 20.08.2025).

59. Державна цільова соціальна програма розвитку фізичної культури і спорту на період до 2025 року: постанова КМУ від 1 березня 2017 р. № 115. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/115-2017-%D0%BF#Text (дата звернення: 21.08.2025).

60. Державні вимоги до системи фізичного виховання дітей, учнівської і студентської молоді: наказ Міністерства освіти України від 25.05.1998 р. № 188. URL: https://zakon.rada.gov.ua/go/z0500-98 (дата звернення: 25.08.2025).

61. Деякі аспекти підготовки студентів до самостійних занять фізичними вправами та організації оздоровчих тренувань в умовах воєнного стану, екстремальних ситуацій (повітряних тривог, відключень електроенергії, нестабільного зв'язку). *Grail of Science*, 2025. URL: https://archive.journal-

grail.science/index.php/2710-3056/article/download/1382/1402 (дата звернення: 20.08.2025).

62. Длугопольський О. Розбудова внутрішньої системи забезпечення якості вищої освіти України у світлі орієнтирів європейського стандарту. *Вища освіта в Україні: порядок денний для реформ*. 2018. С. 28–33.

63. Дмитрів Т. Роль центрів студентського спорту у підвищенні якості надання оздоровчо-рекреаційних послуг в системі вищої освіти: український та зарубіжний досвід. *Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова.* 2024. Вип. 8, с. 82–87.

64. Довгань Н. 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. Київ, 2018. 576 с.

65. Домбровська С., Вавренюк С., Палюх В. Державне регулювання фізичної культури та спорту в Україні: монографія. Харків: НУЦЗУ, 2020. 313 с.

66. Дорофєєва Т. Теоретико-методологічні засади стандартизації управління сферою фізичної культури і спорту в умовах сільських територіальних громад: дис. … д-ра наук з фізичного виховання та спорту: 24.00.02. Львів. 2025. 520 с.

67. Драчук А. Програма з фізичного виховання для груп спортивної спеціалізації з баскетболу (для нефізкультурних ВНЗ). Вінниця, 2001. 26 с.

68. Дубогай О. Теоретико-методичні засади фізкультурно-оздоровчої діяльності студентської молоді. Київ, 2004. 198 с.

69. Дутчак Ю., Журавльов Ю., Гальченко Л. Теоретичне обґрунтування дефініції «спортивна діяльність висококваліфікованих спортсменів». *Наук. часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова*, 2024, вип. 3К. № 176). С. 211–214

70. Дяченко В. С. Спортивні клуби у вищій школі: досвід організації та перспективи розвитку. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2010. № 5. С. 43–49.

71. Ефективність оздоровчо-рекреаційних занять скелелазінням у корекції емоційно-вольових порушень дітей молодшого шкільного віку. *Теорія і методика*

фізичного виховання і спорту. 2022. URL: http://tmfvs-journal.uni-sport.edu.ua/article/download/261598/258029 (дата звернення: 20.08.2025).

72. Єдиний календарний план фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходів України (річні плани) 2020–2025. Міністерство молоді та спорту України . 2020. URL: https://mms.gov.ua/sport/yedinij-kalendarnij-plan-fizkulturno-ozdorovchih-ta-sportivnih-zahodiv (дата звернення: 20.08.2025).

73. Єдиноборства: модульна програма навчальної дисципліни для здобувачів вищої освіти. Київ: КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2020. 18 с.

74. Єфремова А. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів транспортних спеціальностей. Харків: УкрДУЗТ, 2001. 124 с.

75. Жуковський Є. І. Формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до організації самостійної фізкультурно-оздоровчої діяльності школярів. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. Луцьк: СНУ ім. Лесі Українки, 2012. С. 40–43.

76. Загура Ф. Теоретичні і методичні засади професійного розвитку викладачів фізичного виховання багатогалузевих закладів вищої освіти: дис. … д-ра пед. н. Хмельницький. 2024. 597 с.

77. Звіт з фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи університету Тернопільського державного медичного університету. 2022. URL: https://www.tdmu.edu.ua/sport/zvit/ (дата звернення: 15.08.2025).

78. Звіт кафедри фізичного виховання КНУ ім. Т. Шевченка за 1998 р. Архів КНУ.

79. Звіт про спортивну діяльність 2020–2021. Сумський державний університет (регістрові дані: змагання в межах III Зимової Універсіади України). URL: https://sumdu.edu.ua/images/content/general/public-info/report/report-2021_sport.pdf (дата звернення: 07.09.2025).

80. Звіт ректора Одеського національного університету імені І. І. Мечникова за 2009 рік (про стан та планування виховної роботи в університеті). Одеса: ОНУ,

2009. URL: https://onu.edu.ua/pub/bank/userfiles/files/rector/zvit-rectora-2009.pdf (дата звернення: 20.08.2025).

81. Звіти студентського самоврядування Університету «Україна». URL: https://stud.uu.edu.ua/zvyty-stud-samovryaduvannya (дата звернення: 15.08.2025).

82. Здоров'язбережувальні технології в освітньому середовищі: колективна монографія [за заг. ред. Л.М. Рибалко]. Тернопіль. 2019. 400 с.

83. Зеленюк О. В., Бикова А. В. Трансформація навчальної дисципліни «Фізичне виховання» у контексті Болонської декларації. *Молода спортивна наука України: зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту*, Львів: НФВ «Українські технології». 2006. Т. 3. Вип. 10. С. 373–378.

84. Зеленюк О. В., Макареня В. В., Кравченко Л. С. Досвід впровадження кредитно-модульного навчання та рейтингової системи оцінювання успішності студентів із дисципліни «Фізичне виховання» в НаУКМА. *Теорія і практика фізичного виховання: наук.-метод. журнал (спец. випуск «Здоров'я і освіта: проблеми та перспективи»)*. Донецьк: ДонНУ. 2006. № 1–2. С. 29–34.

85. Іваній І. В. Фізична культура особистості фахівця фізичного виховання та спорту: навч.-метод. посібник. Суми: Університетська книга, 2014. 96 с.

86. Іваночко В., Грибовська І. Оздоровчі види аеробіки як засіб підвищення фізичної активності студенток. *Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення:* матеріали IV Всеукр. наук.-практ. конф. (м.Львів, 13–14 травня 2004 р.). Львів, 2004, с. 148–149.

87. Іваночко В., Грибовська І. Особливості складання оздоровчих фітнес-програм для студенток спеціальної медичної групи. *Наук. часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. Київ. 2011. Вип. 13. С. 208–212.

88. Історія спортивного клубу з шахів НЮУ ім. Ярослава Мудрого. URL: https://nlu.edu.ua/studentam/dozvillya/navchalno-sportyvnyj-kompleks/sportyvnyj-klub/shahovyj-sportyvnyj-klub-yurydychna-akademiya/istoriya-stanovlennya-shahovogo-sportyvnogo-klubu-yurydychna-akademiya/ (дата звернення: 03.04.2025).

89. Інноваційні технології фізичного виховання і спорту: навч. посіб. / уклад. О. В. Юденко. Київ. 2024. 360 с.

90. Історія кафедри фізичного виховання Центральноукраїнського державного університету. Кропивницький. 2012. URL: https://docs.google.com/document/d/1pP8VpJei9QPqDxV6Mm0BMFP9leQpAuMB/edit (дата звернення: 03.04.2025).

91. Історія розвитку фізичного виховання в Україні. URL: https://www.combat-horting.org.ua/node/1642 (дата звернення: 15.08.2025).

92. Історія фізичної культури та спорту в Україні / за ред. В. М. Платонова. Київ: Олімпійська література. 2003. Т. 2. 456 с.

93. Календарний план масових фізкультурно-оздоровчих заходів і спортивних змагань НПУ ім. М.П.Драгоманова на 2009–2010 н.р. URL: old.npu.edu.ua/…/Календарний-план-на-2009-2010-н.р (дата звернення: 20.08.2025).

94. Календарний план спортивних, фізкультурно-оздоровчих та спортивно-масових заходів (II семестр 2024–2025 н. р.). Львівський державний університет фізичної культури імені І. Боберського. 2025. 4 с. URL: https://www.ldufk.edu.ua/wp-content/uploads/2025/04/kalendarnyj-plan-sr-2-semestr-24-25nr.pdf (дата звернення: 20.08.2025).

95. Календарний план спортивно-масових та оздоровчих заходів на 2022–2023 н. р. Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди. 2022. URL: https://hnpu.edu.ua/sites/default/files/files/Sport_klub/Plan_22-23.pdf (дата звернення: 20.08.2025).

96. Каталог освітніх послуг спеціальності 6.035.10.10 Філологія (прикладна лінгвістика). Фізичне виховання. 2020. Національний університет «Львівська політехніка. URL: «https://old.lpnu.ua/education/majors/subject/ICSIT/6.035.10.10/8/2020/ua/full/1/5539

97. Катерина У. Організаційно-методичні засади діяльності навчально-оздоровчих комплексів у процесі фізичного виховання молоді: дис. … канд. наук з фіз. виховання та спорту: 24.00.02. Київ: НУФВСУ. 2016. 267 с.

98. Кафедра спеціальної фізичної підготовки Харківського національного університету внутрішніх справ URL: https://univd.edu.ua/uk/dir/88/kafedra_spetsialnoi_fizychnoi_pidgotovky (дата звернення: 02.09.2025).

99. Кафедра спортивної медицини, фізичного виховання та реабілітації Вінницького національного медичного університету. URL: https://www.vnmu.edu.ua/кафедра-фізвиховання (дата звернення: 15.08.2025).

100. Кафедра фізичного виховання Військової академії (м. Одеса). URL: https://vaodesa.mil.gov.ua/?page_id=3614 (дата звернення: 15.08.2025).

101. Кафедра фізичного виховання і спортивної медицини ЛНМУ імені Данила Галицького. URL: https://new.meduniv.lviv.ua/kafedry/kafedra-fizychnogo-vyhovannya-i-sportyvnoyi-medytsyny/ (дата звернення: 15.08.2025).

102. Кафедра фізичного виховання і спорту НСК Київського національного університету імені Тараса Шевченка. URL: http://sport.univ.kiev.ua/kalendar/ (дата звернення: 02.09.2025).

103. Кафедра фізичного виховання Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника. URL: https://kfv.pnu.edu.ua (дата звернення: 09.08.2025).

104. Кафедра фізичного виховання та здоров'я КНУТД (структура спортивних секцій, факультетські змагання тощо). URL: https://knutd.edu.ua/university/institutes/izdo/kfv/ (дата звернення: 09.08.2025).

105. Кафедра фізичного виховання: спортивно-масова робота (турніри, спартакіади, секції) Київського національного університету імені Тараса Шевченка. URL: http://sport.univ.kiev.ua (дата звернення: 02.09.2025).

106. Кафедра фізичної та реабілітаційної медицини ІФНМУ. URL: https://www.ifnmu.edu.ua/home/structural-divisions/departments-2/department-of-physical-and-rehabilitation-medicine/ (дата звернення: 15.08.2025).

107. Кирпенко В. М., Ткачук О. А. Зміст спеціальної фізичної підготовки Повітряних Сил Збройних Сил України. *Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення*, 2018. С. 109–113.

108. Клименченко Т. Фізичне виховання у вищих навчальних закладах: аналітичний огляд. Суми: СНАУ, 2001. 48 с.

109. Коваль О. Формування мотивацій розвитку фізичної активності у студентів закладів вищої освіти. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка.* 2020. № 16. С. 32–36.

110. Коломоєць Г. Всеукраїнська дитячо-юнацька військово-патріотична гра «Сокіл» («Джура») – вагомий засіб патріотичного виховання старших підлітків XXI століття. *Нові технології навчання*. 2014. № 80. С. 150–156.

111. Комплексні плани виховної та психолого-педагогічної роботи ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» на 2014–2022 рр. URL: https://vvppr.pnu.edu.ua/zahalnouniversytetskyj-plan-vykhovnoi-roboty/ (дата звернення: 15.08.2025).

112. Комплексні плани виховної та психолого-педагогічної роботи на 2021–2022 н. р. Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника. URL: https://vvppr.pnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/129/2023/11/kompleksnyj-plan-vykhovnoi-ta-psykholoho-pedahohichnoi-roboty-2021-2022-n.r.-.pdf (дата звернення: 20.08.2025).

113. Конспект лекцій з дисципліни «Організація та проведення спортивно-оздоровчих заходів» (для студентів спец. «Фізична культура і спорт» денної форми навчання) / уклад. С. В. Бочкарев. Харків: НТУ «ХПІ», 2025. 110 с.

114. Концепція валеологічної освіти педагогічних працівників. *Інформаційний вісник «Вища освіта»*. 2001. № 6. С. 34–38.

115. Концепція вебсайту «SportEduHub». URL: https://sites.google.com/pnu.edu.ua/patriothub/головна-сторінка (дата звернення: 15.08.2025).

116. Концепція Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2030 року. 2025. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/525-2025-р (дата звернення: 20.08.2025).

117. Концепція Загальнодержавної програми «Здоров'я – 2020: український вимір»: розпорядження КМУ від 31.10.2011 р., № 1164-р. URL: https://www.kmu.gov.ua/npas/244717787 (дата звернення: 15.08.2025).

118. Концепція національного виховання студентської молоді: рішення Колегії МОН України від 25.06.2009 р. URL: https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/vr2_4290-09 (дата звернення: 15.08.2025).

119. Капітон А. М., Колісник К.В. Інтерактивні тренажери в фізичній терапії: ефективна заміна традиційних вправ та підвищення мотивації пацієнів. *Сучасні тенденції спрямовані на збереження здоров'я людини*: збірник наукових праць. Харків, 2023. Випуск 4. С. 118 – 121.

120. Концепція розвитку фізичної підготовки і спорту в системі Міністерства оборони України. Наказ Міністерства оборони України від 28.12.2022 р., № 452 URL: https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0452322-22 (дата звернення: 20.08.2025).

121. Кравець Н., Захарасевич Н. Сучасні підходи до організації фізкультурно-оздоровчої роботи в ЗДО. URL: https://aphn-journal.in.ua/archive/83_2025/part_2/48.pdf

122. Круцевич Т. Теорія і методика фізичного виховання: підручник. Київ: Олімпійська література. 2003. 423 с.

123. Кузь В. Г. Секційна робота у системі фізичного виховання студентів вищої школи. *Вісник КДПУ. Серія: Педагогічні науки*. 2009. Вип. 61. С. 128–134.

124. Лазоренко С. Показники здоров’я студентів закладів вищої освіти Сумського регіону та шляхи їх покращення. *Олімпійський та паралімпійський спорт*. 2023. Вип. 2. С. 17–20.

125. Лазоренко С. Теорія і практика формування інформаційно-цифрової культури майбутніх фахівців фізичної культури і спорту в умовах змішаного навчання: дис. … д-ра пед. наук: 13.00.04. Суми–Слов’янськ: СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2021. 20 с.

126. Лахтадир О., Солянник Т. Мотиваційні фактори до рухової активності студентів: *Актуальні проблеми фізичного виховання студентської молоді: матеріали X наук.-практ. конф.* (м. Київ, 10 жовт. 2013 р.). Київ, 2013. С. 10–14.

127. Леськів-Боднарчук Г. Підготовка майбутніх фахівців з фізичного виховання до спортивно-оздоровчої роботи з людьми третього віку: дис. … канд. пед. наук: 13.00.04. Рівне: РДГУ, 2025. 287 с.

128. Лещенко Г., Захарова О. Фізичне виховання студентів закладів вищої освіти в умовах дистанційного навчання. *Наукові записки. Серія: Педагогічні науки*. 2022. № 207. С. 189–194.

129. Ливацький О., Абаєв С. Особливості використання інноваційних методів фізкультурно-оздоровчої роботи зі здобувачами фахової передвищої освіти. *Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення*. 2025. С. 139–145.

130. Лисак В. П. Організаційно-педагогічні умови підвищення ефективності спортивно-оздоровчої роботи у ВНЗ: дис. … канд. пед. наук: 13.00.04. Київ, 2008. 212 с.

131. Лисак С. В. Інноваційні технології у фізичному вихованні студентської молоді. *Спортивна педагогіка і психологія*. 2010. № 1. С. 42–49.

132. Львівська політехніка. Хмельницький політехнічний коледж. Новини: «Здоровий спосіб життя і моє майбутнє». URL: https://hpk.edu.ua (дата звернення: 10.09.2025).

133. Максимченко І. Особливості організації спортивно-масової роботи зі студентами вищих аграрних навчальних закладів. *Збірник наукових праць*. 2012. вип. 16 (кн. 2). С. 260–268.

134. Мальона С. Підготовка майбутніх фахівців фізичної культури до правового забезпечення професійної діяльності: автореф. дис. … канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02. Львів: ЛДУФК, 2009. 20 с.

135. Маріонда І. І., Сивохоп Е. М., Товт В. А. Формування професійно-особистісних компетентностей фахівця фізичної культури у процесі занять фізичною підготовкою і спортом: монографія. Ужгород. 2016. 212 с.

136. Марущак П. Упровадження сучасних новітніх технологій навчання при викладанні дисципліни фізичне виховання. *Наука, освіта, суспільство: інструменти і механізми сучасного інноваційного розвитку*: матер. Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Ніжин, 5–6 грудня 2019 р.). Ніжин. 2019. С.417–423.

137. Матеріали про модульно-рейтингову систему фізичного виховання. Національний технічний університет України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського». URL: https://ekmair.ukma.edu.ua (дата звернення: 10.09.2025).

138. Матеріально-технічна база факультету фізичної культури і спорту. Офіційний сайт Національного університету «Полтавська політехніка ім. Ю. Кондратюка». Полтава, 2022. URL: https://nupp.edu.ua/page/materialno-tekhnichna-baza-fakultetu-fizichnoi-kulturi-i-sportu.html (дата звернення: 15.08.2025).

139. Меньших О., Костогриз-Куликова Н., Петренко Ю. Новітні фітнес-технології у роботі спортивних секцій вищих навчальних закладів: навч.-метод. посіб. Черкаси: ЧНУ ім. Б. Хмельницького. 2014. 84 с.

140. Методика викладання фізичного виховання у ВНЗ / уклад. І. М. Сидорук. Суми, 1999. 67 с.

141. Методичні рекомендації щодо організації спортивно-оздоровчої роботи в закладах освіти. Київ, 2003. 48 с.

142. Міжгалузева комплексна програма «Здоров'я нації» на 2002–2011 роки: постанова КМУ від 10.01.2002 р., № 14. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/14-2002-п (дата звернення: 20.08.2025).

143. Мозговий О., Донченко І. Загальна характеристика стану здоров'я студентів ВНЗ. URL: https://web.znu.edu.ua/herald/issues/2012/FViS-2012-2/092-97.pdf (дата звернення: 15.08.2025).

144. Національний план дій щодо реалізації державної політики у сфері фізичної культури та спорту: наказ Президентаа України від 02.08.2006 р. № 667). https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/667/2006#Text

145. Навчально-науковий інститут фізичної культури та спортивно-оздоровчих технологій НУОУ ім. І. Черняховського. Офіційний сайт. URL: https://nuou.org.ua/u/stru/insti/nnifp/ (дата звернення: 14.08.2025).

146. Наумчук В. Словник-довідник основних термінів і понять з теорії та методики фізичного виховання і спорту. Тернопіль: Астон, 2013. 96 с.

147. Національна доктрина розвитку освіти: указ Президента України від 17.04.2002 р., № 347/2002. URL: https://zakon.rada.gov.ua/go/347/2002 (дата звернення: 17.08.2025).

148. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту: указ Президента України від 28.09.2004 р., № 1148/2004. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1148/2004 (дата звернення: 17.08.2025).

149. Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація». Указ Президента України від 09.02.2016 р., № 42/2016. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/42/2016 (дата звернення: 15.08.2025).

150. Національний університет фізичного виховання і спорту України. Офіційний сайт. URL: https://uni-sport.edu.ua (дата звернення: 15.08.2025).

151. Новини факультету фізичного виховання і спорту: «Дні здоров'я», спартакіади. Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника. URL: http://pnpu.edu.ua (дата звернення: 10.09.2025).

152. Новини факультету фізичної культури, спорту та реабілітації (міжвузівські спортивно-культурні зустрічі). Чернівецький національний університет ім. Ю. Федьковича URL: https://fizkult.chnu.edu.ua/novyny/ (дата звернення: 15.08.2025).

153. Нормативний інструментарій внутрішнього забезпечення якості освітньої діяльності: збірник нормативних документів / упоряд. Р. І. Петришин, В. О. Балух, М. Г. Іванчук, Я. Д. Гарабажів. Чернівці: ЧНУ ім. Ю. Федьковича, 2021. 332 с. URL:

154. Оздоровча фізична культура для ЗВО: навч.-метод. матеріали. Київ: На Урок. 2024. URL: https://naurok.com.ua/ozdorovcha-fizichna-kultura-dlya-zvo-416126.html (дата звернення: 15.08.2025).

155. Оздоровчо-тренувальна програма з фізичного виховання студентів навчального відділення з «Аквафітнесу» для ВНЗ: метод. рек. / упоряд. Н. В. Петренко. Суми: Вид-во СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2013. 44 с.

156. Олійник Н., Войтенко С. Психологічні особливості спортивної діяльності: монографія. Вінниця: ВНАУ, 2020. 240 с.

157. Олійник Т., Яценко О., Крайнюк І. Застосування засобів плавання в процесі фізичного виховання студентів. *Архів наукових конференцій*. 2023. URL: https://archive.interconf.center/index.php/2709-4685/article/download/3433/3467 (дата звернення: 20.08.2025).

158. Олімпійський рух на теренах Західної України – минуле та сьогодення: матеріали регіонального наук.-метод. семінару / за заг. ред. А. В. Огнистого, Я. П. Галана. Тернопіль: В-во СМТ «ТАЙП», 2022. 95 с.

159. Олімпійський тиждень: спортивні квести, турніри, естафети. Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника URL: https://facebook.com/pnu (дата звернення: 02.09.2025).

160. Оліярник В., Світлик В., Булатов О., Боровик Ю. Організація освітнього процесу із фізичного виховання під час карантину: проблеми і перспективи.

Науковий часопис Українського державного університету ім. М. Драгоманова. 2021. № 5(136). С. 76–79.

161. Онищук Л. Виховна робота у вищих навчальних закладах: структура і методи. Київ, 2004. 160 с.

162. Онопрієнко О., Онопрієнко О. Формування базових професійних компетентностей майбутнього вчителя фізичної культури у процесі вивчення фахових дисциплін: монографія. 2018. 274 с.

163. Опанасюк Ф., Грибан Г. Основи розвитку фізичних якостей студентів: навч.-метод. посіб. Житомир: Державний агроекологічний ун-т, 2006. 332 с.

164. Організація та методика спортивно-масової роботи: навч. посібник / уклад.: Цибульська В.В., Безверхня Г.В. Умань : ВПЦ «Візаві», 2014. 220 с.

165. Організація спортивної діяльності у закладах фізичної культури МО України: робоча програма / НУОУ. Київ, 2019. 18 с.

166. Організація та проведення спортивно-оздоровчих заходів у закладах вищої освіти: конспект лекцій. КПІ ім. Ігоря Сікорського. 2025. 88 с.

167. Освітній процес та інновації. Офіційний сайт Навчально-наукового інституту охорони здоров'я і спорту ЛНУ імені Тараса Шевченка. URL: https://health.luguniv.edu.ua (дата звернення: 14.08.2025).

168. Отравенко О. Здоров'язберігаючі технології в умовах змішаного навчання закладів освіти. https://archive.logos-science.com/index.php/conference-proceedings/article/view/519

169. Отравенко О. Вплив сучасних інформаційних технологій на якість професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури. *Науково-методичні основи використання інформаційних технологій в галузі фізичної культури та спорту*. 2018. № 2. С. 70–73.

170. Офіційний сайт Харківської державної академії фізичної культури. URL: https://khdafk.com.ua/(дата звернення: 13.04.2025).

171. Палагнюк Т. Використання національних традицій у системі фізичного виховання молоді. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. праць*. Вінниця. 2004. С. 104–108.

172. Пангелова Н., Круцевич Т., Данилко В. Теоретико-методичні основи оздоровчої фізичної культури: навч. посібник. Переяслав-Хмельницький. 2017. 505 с.

173. Петришин О. Рекреаційні технології у спортивно-оздоровчій роботі студентів. Львів: ЛДУФК, 2015. 165 с.

174. Пилипей Л. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів. Суми: СумДУ, 2003. 89 с.

175. Пилипей Л., Шаповал М. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів засобами хокею на траві. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. Харків. 2010. № 1. С. 100–104.

176. План виховної роботи 2023–2024 н. р. Львівський фаховий коледж (ЛНУП). 2023. 23 с. URL: https://lfc.lnup.edu.ua/wp-content/uploads/2023/09/План-виховної-роботи-2023-2024.pdf (дата звернення: 20.08.2025).

177. План виховної роботи академічної групи FK1–B22 на 2024–2025 н. р. Кам'янець-Подільський національний університет імені І. Огієнка, факультет фізичної культури і спорту. URL: https://fizkultura.kpnu.edu.ua/wp-content/uploads/2024/09/plan-orhanizatsii-vykhovnoi-roboty-akademichnoi-hrupy-fk1-b22-2024-2025.pdf (дата звернення: 20.08.2025).

178. План виховної роботи групи СПВ (футбол, жінки) на 2024/2025 н.р. Кам'янець-Подільський національний університет імені І. Огієнка. URL: https://sportkaf.kpnu.edu.ua/wp-content/uploads/2025/06/vykhovna-robota-spv-futbol-zhinky.pdf (дата звернення: 20.08.2025).

179. План виховної роботи Прикарпатського університету на 1998 р. Архів ПНУ ім. В. Стефаника.

180. План виховної, культурно-просвітницької та спортивно-масової роботи кафедри на 2022–2023 н. р. Чернівецький національний університет

ім. Ю. Федьковича, кафедра педагогіки і методики початкової освіти [Електронний ресурс]. 2023. 9 с. URL: https://elemed.chnu.edu.ua/media/4shdpmln/plan-vykhovnoi-roboty-kafedry-pmpo-2022-2023nr.pdf (дата звернення: 20.08.2025).

181. План роботи спортивного клубу «Наука» Прикарпатського національного університету ім. В. Стефаника (навчальні роки 2021–2022; 2022–2023). URL: pnu.edu.ua/…/sportclub-nauka/plan-roboti (дата звернення: 20.08.2025).

182. Платформа спорту. Львівський національний університет імені Івана Франка. URL: https://sport.lnu.edu.ua (дата звернення: 09.08.2025).

183. Поліпшення навчально-виховної підготовки педагогічних кадрів (2000-ні рр.). *Logos Science*. 2020. URL: https://ojs.ukrlogos.in.ua/index.php/logos/article/download/3733/3662 (дата звернення: 20.08.2025).

184. Положення про Міністерство України у справах молоді і спорту: постанова КМУ від 03.10.1991 р., № 242. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/242-91-п (дата звернення: 20.08.2025).

185. Положення про Національну раду з питань фізичної культури і спорту: указ Президента України від 03.02.2006 р., № 107/2006. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/107/2006 (дата звернення: 20.08.2025).

186. Положення Єдину Спортивну класифікацію України: наказ Міністерства молоді та спорту України від 07 грудня 2023 р., № 7512. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z2240-23#Text (дата звернення: 12.06.2024).

187. Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту у вищих навчальних закладах: наказ МОН України від 11.01.2006 р. № 4. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0249-06#Text (дата звернення: 11.08.2024).

188. Положення про організацію фізичного виховання та спорту в Харківському національному університеті міського господарства імені О.М.Бекетова. URL: https://www.kname.edu.ua/images/Files/Normativny_Dokumenty/Положення_про_організацію_ФВіС_2021.pdf (дата звернення: 20.08.2025).

189. Положення про проведення XXII Спартакіади НУФВСУ серед студентів у 2016–2017 н. р. Національний університет фізичного виховання і спорту України. 2016. URL: https://uni-sport.edu.ua/spartakiada-sered-studentiv (дата звернення: 20.08.2025).

190. Положення про проведення XXVI Спартакіади Поліського національного університету 2020–2021 н. р.: наказ від 18.09.2020, № 190. URL: https://polissiauniver.edu.ua/wp-content/uploads/2021/04/Положення-факультети.pdf (дата звернення: 20.08.2025).

191. Положення про проведення студентської Спартакіади Запорізького національного університету. 2021. URL: https://www.znu.edu.ua/pidrozdily/sport/polozhennya_spart.pdf (дата звернення: 20.08.2025).

192. Положення про Спартакіаду студентів. Національний університет біоресурсів і природокористування України. Локальний нормативний акт ЗВО. 2020. URL: https://nubip.edu.ua/sites/default/files/polozhennya_pro_spartakiadu_studentiv_nubip_ukr_2020-06-10_sayt.pdf (дата звернення: 20.08.2025).

193. Положення про спортивний клуб. Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди). 2023. URL: https://hnpu.edu.ua/sites/default/files/files/Normat_dokum/Pol/Pro_sportyvnyi_klub.pdf (дата звернення: 20.08.2025).

194. Положення про спортивний клуб. ЧНУ ім. П. Могили) [Електронний ресурс]. 2019. 10 с. URL: https://chmnu.edu.ua/wp-content/uploads/Dokument_Polozhennya_sportklubu.pdf (дата звернення: 20.08.2025).

195. Положення про спортивний клуб. Кам'янець-Подільський національний університет імені І. Огієнка. 2019. 5 с. URL: https://nvr.kpnu.edu.ua/wp-content/uploads/2019/10/polozhennia-pro-sportyvnyi-klub-k-pnu.pdf (дата звернення: 20.08.2025).

196. Положення про Спортивний клуб. Університет «Україна». Київ: Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна», [б. д.]. URL: https://uu.edu.ua/upload/universitet/normativni_documenti/Osnovni_oficiyni_doc_UU/Vihovna_diyalnist/Pol_pro_Sportclub.doc (дата звернення: 20.08.2025).

197. Положення про спортивний клуб. Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди. 2023. URL: https://hnpu.edu.ua/sites/default/files/files/Normat_dokum/Pol/Pro_sportyvnyi_klub.pdf (дата звернення: 20.08.2025).

198. Положення про спортивний клуб. Чорноморський національний університет імені Петра Могили. 2019. 10 с. URL: https://chmnu.edu.ua/wp-content/uploads/Dokument_Polozhennya_sportklubu.pdf (дата звернення: 20.08.2025).

199. Положення про спортивні секції. ПНПУ ім. М. Драгоманова, локальний акт) URL: https://sport.pnpu.edu.ua/wp-content/uploads/2020/02/Положення-про-спортивні-секції.pdf (дата звернення: 20.08.2025).

200. Положення про фізичне виховання та масовий спорт. Київський університет імені Бориса Грінченка. URL: https://kubg.edu.ua/images/stories/Departaments/vdd/documenty_grinchenko_university/rozdil_10/Polozhennia_FV_massovyi_sport.pdf (дата звернення: 01.09.2025).

201. Положення про фізичне виховання та масовий спорт. Київський університет імені Бориса Грінченка URL: https://kubg.edu.ua/images/stories/Departaments/vdd/documenty_grinchenko_university/rozdil_10/Polozhennia_FV_massovyi_sport.pdf (дата звернення: 01.09.2025).

202. Положення про Центр спорту Факультету фізичної культури,спорту та реабілітації Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича URL: https://fizkult.chnu.edu.ua/media/abyhttd1/plozhennia-pro-tsentr-sportu.pdf

203. Попрошаєв О. В., Мунтян В. С., Гоєнко М. І. Особливості організації процесу дистанційного навчання з фізичного виховання. *Наукові інновації та передові технології.* 2020. No4. С. 70–75. URL:

http://ismc.kpi.ua/index.php/wissn009/article/view/212142 (дата звернення: 27.07.2025).

204. Попрошаєва О. В., Зінченко С. Г., Каратаєва Д. О., Фішева С. О. Нормативно-правові аспекти організації навчальної дисципліни «Фізичне виховання» у вищих навчальних закладах України. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2010. № 8. URL: https://www.sportpedagogy.org.ua/html/journal/2010-08/10pavhiu.pdf (дата звернення: 20.08.2025).

205. Потужній О., Поліщук В., Кузькова М. (2023). Здоров'язбережувальні технології в системі фізичного виховання студентської молоді. *Науковий часопис УДУ ім. М. Драгоманова. Серія 15*. № 3К(162). С.320–324.

206. Приступа Є. Н., Жданова О. М., Линець М. М. . Основи проведення рекреаційно-оздоровчих занять. Фізична рекреація: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту / за наук. ред. Є. Приступи. Дрогобич: Коло, 2010. Ч. 2, розд. 2. С. 154–211.

207. Присяжнюк С. І., Оленєв Д. Г. Курс лекцій з фізичного виховання: навч. посіб. для студентів технічних ВНЗ. Київ: Вид. центр НУБіП України, 2015. 420 с.

208. Приходько В., Салов В., Чернігівська С., Вілянський В., Кравченко К. Реформа фізичного виховання майбутніх бакалаврів у вітчизняній вищій школі (компетентнісний підхід): монографія. Вид. 2-ге, доп. і виправ. Дніпро: Інновація, 2021. 349 с.

209. Про вдосконалення роботи з фізичного виховання у вищих навчальних закладах України. Наказ МОН України від 05.06.2006 р. № 439.URL: https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/ v043929006/ sp:javamax20.

210. Про вищу освіту: Закон України від 01.07.2014 р., № 1556-VII . URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1556-18 (дата звернення: 17.08.2025).

211. Про внесення змін до Закону України «Про фізичну культуру і спорт» та інших законодавчих актів України. Закон України від 17.11.2009 р. № 1724-VI.

Відомості Верховної Ради України, 2010, № 7, ст. 50. URL: https://zakon.rada.gov.ua/go/1724-17 (дата звернення: 12.08.2025).

212. Про Всеукраїнський огляд-конкурс на кращий стан фізичного виховання в навчальних закладах України. Наказ МОН України від 15.02.2006 р. № 102 *База даних «Законодавство України»*. URL: https://zakon.rada.gov.ua/go/v0102290-06 (дата звернення: 20.08.2025).

213. Про державну підтримку розвитку фізичної культури і спорту в Україні. Указ Президента України від 22.06.1994 р. № 334/94. URL: https://zakon.rada.gov.ua/go/334/94 (дата звернення: 25.08.2025).

214. Про затвердження Державної програми розвитку фізичної культури і спорту на 2007–2011 роки. Постанова КМУ від 15.11.2006 р. № 1594 // База даних «Законодавство України». URL: https://zakon.rada.gov.ua/go/1594-2006-п (дата звернення: 20.08.2025).

215. Про затвердження Концепції розвитку фізичного виховання у системі освіти України. Наказ МОН України від 26.12.2015 р. № 1467. URL: https://kspu.edu (дата звернення: 10.09.2025).

216. Про затвердження Концепції розвитку щоденного спорту в закладах освіти. Наказ МОН України / Мінмолодьспорту № 1141/4088 від 27.10.2021. URL: https://imzo.gov.ua/2022/01/11/nakaz-mon-vid-27-10-2021-1141-4088-pro-zatverdzhennia-kontseptsii-rozvytku-shchodennoho-sportu-v-zakladakh-osvity/ (дата звернення: 15.08.2025).

217. Про затвердження Концепції розвитку щоденного спорту у закладах освіти. Лист МОН України № 1/9-406 від 29.07.2020. URL: https://osvita.ua/legislation/other/75378/ (дата звернення: 15.08.2025).

218. Про затвердження Положення про організацію навчального процесу у вищих навчальних закладах: наказ Міністерства освіти України від 02.06.1993 р. № 161. URL: https://zakon.rada.gov.ua/go/z0173-93 (дата звернення: 15.08.2025).

219. Про затвердження Положення про організацію навчання за напрямом «Фізична культура і спорт» та формування здорового способу життя учнів і

студентів закладів освіти: наказ МОН України від 09.07.2009 р. № 641. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0694-09 (дата звернення: 17.08.2025).

220. Про затвердження Порядку проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України: Постанова КМУ від 09.12.2015 р. № 1045 (в ред. від 06.06.2018). URL: https://zakon.rada.gov.ua/go/1045-2015-п (дата звернення: 20.08.2025).

221. Про затвердження системи організації фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи в навчальних закладах: наказ МОН України від 21.07.2003 р. № 486.

222. Про затвердження тестів і нормативів для осіб, щорічне оцінювання фізичної підготовленості яких проводиться на добровільних засадах. Наказ Мінмолодьспорту України від 04.10.2018 р. № 4607 (реєстр. № 1207/32659 від 24.10.2018). URL: https://zakon.rada.gov.ua/go/z1207-18 (дата звернення: 20.08.2025).

223. Про Національний план дій щодо реалізації державної політики у сфері фізичної культури і спорту: указ Президента України від 02.08.2006 р. № 667. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/667/2006 (дата звернення: 20.08.2025).

224. Про фізичну культуру і спорт: Закон України від 24.12.1993 р., № 3808-XII (із змінами). URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12 (дата звернення: 17.03. 2024).

225. Про освіту: Закон України від 05.09.2017 р. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text

225А. Про особливості формування навчальних планів на 2015/2016 навчальний рік: наказ Міністерства освіти і науки України від 26.01.2015. № 47. *Офіційний веб-портал Верховної Ради України.* 2015.015. № 10. С. 365.

226. Про стан фізичного виховання та спорту у вищих навчальних закладах України у відповідності до існуючої нормативно-правової бази : Рішення Колегії МОН України від 25.03.2004 № 4/3-22. База даних «Законодавство України» . URL: https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v3-22290-04#Text

227. Раєвський Р. Т., Третьяков М. О. Фізичне виховання: навчальна програма для закладів вищої освіти III–IV рівнів акредитації. Київ, 2003. 5 с.

228. Результати Всеукраїнських спартакіад серед студентів. Звіт Житомирського державного університету імені Івана Франка, 2023. URL: https://eprints.zu.edu.ua/38608/1/ЗБІРНИК%20V%20Всеукр.%20ЖДУ%202023.pdf (дата звернення: 15.08.2025).

229. Рейтинг студентів факультету фізичного виховання та спорту Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника. URL: https://ffvs.pnu.edu.ua/category/рейтинг-студентів (дата звернення: 01.09.2025).

230. Рейтинг успішності студентів за результатами семестрових контролів 2023–2024 н. р. Національний університет фізичного виховання і спорту України. URL: https://uni-sport.edu.ua/reitynh-uspishnosti-studentiv-za-rezultatamy-semestrovykh-kontroliv-2023-2024-navchalnoho-roku (дата звернення: 01.09.2025).

231. Рекомендації щодо стратегічного розвитку фізичного виховання. Наказ МОН України від 15.02.2021 р. № 194. URL: https://zakon.rada.gov.ua/go/v0194729-21 (дата звернення: 15.08.2025).

232. Реформа фізичного виховання майбутніх бакалаврів у закладах вищої освіти. Монографія / за ред. Н. В. Москаленко. Дніпро: Інновація, 2024. 272 с. URL: http://infiz.dp.ua/misc-documents/repozit/monograf/monog-2024-05.pdf (дата звернення: 15.08.2025).

233. Рибалко Л. Фізкультурно-оздоровча діяльність як запорука здоров'язбереження. *Науковий часопис УДУ ім. М. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт).* 2023. Вип. № 162. С. 343–347.

234. Робоча програма дисципліни «Фізичне виховання» для підготовки фахівців другого (магістерського) рівня вищої освіти зі спеціальності 222 «Медицина» галузі знань 22 «Охорона здоров'я» Одеського державного медичного університету ОНМеду. К., 2022. 23 с.

235. Робоча програма дисципліни «Фізичне виховання» для закладів вищої освіти. Наук.-метод. центр фізичної культури і спорту МОН України (III–IV рівнів акредитації). Київ. 1998. 64 с.

236. Робоча програма Фізичне виховання для студентів 1 курсу Львівського національного університету імені Івана Франка. Львів, 2021. 9 с.

237. Робоча програма навчальної дисципліни «Теорія і методика спортивно-масової роботи» для студентів спеціальностей 014 Середня освіта (Фізична культура). Івано-Франківськ, 2021. 17 с.

238. Робочий тематичний план дисципліни «Фізичне виховання» на 2022/2023 н.р. для студентів 1 р. н. бакалаврських програм спеціального навчального відділення Національного університету «Києво-Могилянська академія» URL: https://sport.ukma.edu.ua/rtp_snv.html (дата звернення: 15.04.2025).

239. Розклад секцій кафедри фізичного виховання та спорту Київського національного університету імені Тараса Шевченка. URL: http://sport.univ.kiev.ua (дата звернення: 15.04.2024).

240. Романенко С. Стратегічні вектори розвитку спортивно-оздоровчої діяльності в умовах глобальних викликів: національні особливості та завдання управління. Дис. … д-ра екон. наук: 08.00.03 – економіка та управління національним господарством. Одеса: Одеський національний технологічний університет, 2022. 413 с.

241. Сайт кафедри фізичного виховання і теорії фізичної культури Факультету фізичної культури, спорту та здоров'я Волинського національного університету імені Лесі Українки. URL: https://vnu.edu.ua/uk/chairs/zdorovya-i-fizichnoyi-kultur (дата звернення: 15.08.2025).

242. Сапунов Д. Аналіз поняття «фізкультурно-оздоровча діяльність». *Науковий вісник Ужгородського національного університету*, 2018, Вип. 50, т. 3, С. 25–28.

243. Сафонов О. Ю. Роль спортивних секцій у формуванні здорового способу життя студентської молоді *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2011. № 2(14). С. 215–220.

244. Селіванов Є. Організація занять з фізичної культури в умовах змішаного навчання. *Наукові інновації та передові технології.* 2025. 8(48). 2181 - 2190.

245. Сергієнко В. М., Полтавцева Т. І. Технології організації спортивно-масової і фізкультурно-оздоровчої роботи: навч. посіб. для студентів спец. «Фізична культура». 2-е вид., перероб. і доп. Суми: СумДПУ ім. А. С. Макаренка. 2008. 164 с.

246. Силабус навчальної дисципліни Фізичне виховання спеціальності 6.126.03.О.002. Національного університету Львівська Політехніка . 2022. 6 с.

247. Силабус навчальної дисципліни Фізичне виховання та здоров'я ОП Медицина магістерського рівня галузі знань 22 Охорона здоров'я, спеціальності 222 Медицина Харківського національного медичного університету. URL: https://knmu.edu.ua/wp-content/uploads/2022/01/f_vyh_v5_m19.doc

248. Сіренко Р. Р. Удосконалення державного регулювання фізкультурно-виховної діяльності у закладах вищої освіти України: монографія. Львів. 2019. 308 с.

249. Сливка Л. Ретроспектива здоров'язбережувального виховання дітей та молоді у творчості польських дослідників 1960–1980-х рр. *Молодь і ринок*. 2021. № 4(190). С. 76–79.

250. Слухенська Р. В., Решетілова Н. Б., Єрохова А. А., Маланій В. І. Специфіка фізичної активності студентів в умовах дистанційного навчання. *Наук. часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія 15*. 2022. Вип. 6(151), С. 138–141.

251. Смолюк В., Шевчук А., Мудрик Ж., Чайковський Д. Особливості сучасної спортивної діяльності здобувачів освіти. *Науковий часопис УДУ ім. М. Драгоманова. Серія 15*. 2023. Вип. 162, с. 343–347. *(Дані наведено у складі № 215).*

252. Соматичні рухи як засіб для покращення функціонування і відновлення здоров'я: онлайн-заняття. URL: https://fzfvs.kubg.edu.ua/images/stories/Departaments/ilid/ogolosenia/%D0%A1%D0%BE%D0%BC%D0%B0%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0_%D0%BE%D0%B3%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D1%88%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8F.pdf

253. Спартакіада НТУУ «КПІ» 2008/2010. Інформаційні повідомлення (про проведення масових студентських змагань). *Київський політехнік*, 01.03.2008; 12.03.2010. URL: https://kpi.ua/cfvs?page=10, https://kpi.ua/newspaper/2010/12 (дата звернення: 20.08.2025).

254. Спортивний клуб «Олімп». Історія спортклубу (про заснування 1997–1998 рр.). Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова, URL: npu.edu.ua/…/spk-olimp/istoriia (дата звернення: 20.08.2025).

255. Спортивний клуб. Календарний план спортивних заходів на 2022–2023 н. р. Київського національного університету культури і мистецтв. 2022. URL: https://knukim.edu.ua/wp-content/uploads/2023/03/KALENDARNYJ-PLAN-SPORTYVNYH-ZAHODIV_2022-2023.pdf (дата звернення: 20.08.2025).

256. Спортивні свята та змагання: черлідинг, фітнес-батли, ігрові марафони. Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського URL: https://ldufk.edu.ua (дата звернення: 02.09.2025).

257. Спортивні секції для студентів (спортивні заліки для міжнародних студентів). Національний технічний університет України «КПІ ім. Ігоря Сікорського». URL: https://kpi.ua/board-sport (дата звернення: 02.09.2025).

258. Спортивні секції та оздоровчі групи. Національний університет біоресурсів і природокористування України URL: https://nubip.edu.ua/node/4221 (дата звернення: 15.08.2025).

259. Спортивні секції, басейн. Львівський національний університет ім. І. Франка URL: https://lnu.edu.ua/leisure/sports-groups-swimming-pool (дата звернення: 02.09.2024).

260. Стасюк А. Ю., Землянська О. В. Важливість профілактики малорухомого способу життя. *Сучасні проблеми фізичного виховання та спорту: матеріали VIII Міжнар. наук.-практ. конф.* (м. Київ, 15 травня 2014 р.). Київ. 2014. С. 45–49.

261. Стинська В., Прокопів Л., Кравець Н. Змістовий компонент професійної підготовки здобувачів вищої освіти в період становлення незалежної України. *Гірська школа Українських Карпат.* 2024. № 31. С. 47 - 51.

262. Стинська В., Прокопів Л., Серман Л., Ящишин З. Соціальні детермінанти залучення молоді до спортивно-оздоровчої діяльності в умовах трансформації вищої і професійної освіти за незалежної України. *Наукові записки Бердянського державного педагогічного університету*. 2025. № 2. С. 109 – 119.

263. Стинська В., Ящишин З., Прокопів Л., Серман Т. Методологія дослідження проблеми розвитку спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України. *Людинознавчі студії.* 2025. №.52. С. 91–97.

264. Стипендії та пільги для студентів-ВПО. (Соціальні стипендії, підручники, інтернет, безкоштовне проживання в гуртожитку). Чернівецький національний університет ім. Ю. Федьковича. URL: https://suspilne.media/chernivtsi/244326-aki-pilgi-mozut-otrimati-vimuseni-pereselenci-vijskovi-ta-ihni-diti-v-universitetah-cernivciv/ (дата звернення: 01.09.2025).

265. Стратегія розвитку фізичної культури і спорту на період до 2028 року. Постанова КМУ від 04.11.2020 р. № 1089 [Електронний ресурс]. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1089-2020-п (дата звернення: 20.08.2025).

266. Студенти Львівської політехніки організовують турнір з міні-футболу. URL: https://lpnu.ua/news/studenty-universytetu-vchergove-organizovuiut-turnir-z-mini-futbolu (дата звернення: 09.08.2025).

267. Студентська спартакіада КПІ. Національний технічний університет України «КПІ ім. Ігоря Сікорського». URL: https://kpi.ua (дата звернення: 02.09.2025).

268. Студентський спорт в системі фізичного виховання. Монографія / за ред. В. Г. Грибана. Житомир: ЖДУ, 2023. 212 с. URL: https://dspace.nuph.edu.ua/bitstream/123456789/25507/1/Студентський%20спорт.pdf (дата звернення: 15.08.2025).

269. Сучасний оздоровчий фітнес як інноваційна форма організації науково-практичної діяльності. Матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Запоріжжя, 2024 р.). Запоріжжя: ЗНУ, 2024. URL: https://zp.edu.ua/uploads/dept_s&r/2024/conf/5.3/FKONVS-fitness-2024-zbirnyk.pdf (дата звернення: 14.08.2025).

270. Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту різних груп населення. Зб. наук. пр. / за заг. ред. Н. В. Москаленко. Кам'янець-Подільський: ПНУ, 2023. 256 с.

271. Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичного виховання і спорту: колективна монографія / за гол. ред. О. В. Отравенка; авт. кол.: Л. В. Зубченко, О. В. Ливацький, С. Ю. Ливацька, Н. П. Мартинова,

О. В. Отравенко, О. І. Соколенко, О. Д. Шинкарьова, С. І. Шинкарьов. Полтава: Луганський нац. ун-т ім. Т. Шевченка, 2023. 216 с.

272. Сучасні тенденції управління фізичною культурою і спортом в Україні. *Здоров'я людини, спорт, медицина*, 2022. URL: https://journals.uran.ua/index.php/1991-0177/article/download/252614/250082 (дата звернення: 20.08.2025).

273. Теорія і методика фізичного виховання / за ред. Т. Круцевич. Т. 2: Методика фізичного виховання різних груп населення. Київ, 2012. 354 с.

274. Типова навчальна програма з дисципліни «Фізичне виховання» для закладів вищої освіти: наказ МОН України від 15.07.1994 р. № 247. Київ, 1994. 36 с.

275. Ткачівська І., Серман Т., Презлята Г. Формування дидактичної компетентності майбутніх учителів фізичної культури. *Гірська школа Українських Карпат.* 2022. № 26. С. 99 –103.

276. Ткачук В. В. Освітній портал для студентів з особливими освітніми потребами URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/710629/1/175-181_TkachukYechkalo.pdf (дата звернення: 10.09.2024).

277. У Національній академії сухопутних військ відкрили сучасний навчально-спортивний комплекс. *АрміяInform*, 17.09.2021. URL: https://armyinform.com.ua/2021/09/18/u-naczionalnij-akademiyi-suhoputnyh-vijsk-vidkryly-suchasnyj-navchalno-sportyvnyj-kompleks/ (дата звернення: 18.09.2021).

278. Ужгородський національний університет. URL: https://www.uzhnu.edu.ua/uk/news/pro-dati-ta-poryadok-poselennya-v-gurtozhitki-uzhnu (дата звернення: 01.09.2025).

279. Факультет здоров'я, психології, фізичної культури та спорту Хмельницького національного університету. URL: https://fzpfks.khmnu.edu.ua (дата звернення: 15.08.2025).

280. Факультет здоров'я, фізичного виховання і спорту - Київський столичний університет імені Б.Грінченка https://fzfvs.kubg.edu.ua/informatsiya/2016-10-07-08-10-59/naukovi-hurtky/506-molodizhnyi-klub-harmoniia-zdorov-ia.html (дата звернення: 20.08.2025).

281. Факультет фізичного виховання і спорту Харківського національного педагогічного університету ім. Г. С. Сковороди. (Новини – конкурс відео «Найкращий відео-опис студента онлайн»). URL: https://hnpu.edu.ua/uk/division/novyny-fakultetu-fizychnogo-vyhovannya-i-sportu (дата звернення: 07.09.2025).

282. Факультет фізичного виховання та спорту Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника. URL: https://www.facebook.com/share/14Hvfqohpxf/?mibextid=wwXIfr (дата звернення: 01.09.2025).

283. Факультет фізичної культури, спорту і здоров'я Університету Григорія Сковороди в Переяславі. URL:

https://uhsp.edu.ua/universytet/struktura/fakultety/fakultet-fizychnoyi-kultury-sportu-i-zdorovya/ (дата звернення: 15.08.2025).

284. Фестиваль до Міжнародного дня знань (студентський фестиваль мобільності) Запорізький національний університет. 2021. URL: https://www.znu.edu.ua/cms/index.php?action=news/view_details&news_id=63282&lang=ukr&news_code=festival-do-mizhnarodnogo-dnya-znan-zibrav-u-znu-studentiv-riznikh-kursiv (дата звернення: 20.08.2024).

285. Фізична культура і спорт – університети та вузи України URL: OSVITA.UA. URL: https://osvita.ua/vnz/guide/search-17-0-0-76-0.html (дата звернення: 15.06.2025).

286. Фізичне виховання – здоров'я нації: Цільова комплексна програма. Указ Президента України від 01.09.1998 р. № 963/98. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/963/98 (дата звернення: 12.04.2024).

287. Фізичне виховання та спорт у закладах вищої освіти: навч. посібник. Черкаси, 2000. С. 42–125.

288. Фізичне виховання у вищих навчальних закладах України: структура, зміст, нормативи. Дніпро. 2000. 80 с. URL: https://dduvs.edu.ua/wp-content/uploads/files/Structure/library/student/lectures/2020/kfv/25.0.pdf (дата звернення: 09.08.2025).

289. Фізичне виховання у вищих навчальних закладах: навч. посібник / за ред. І. Д. Дубінської. Дніпро: ДДУВС. 2003. 64 с.

290. Фізичне виховання у вищих навчальних закладах: програма та методичні рекомендації. М-во освіти України. Київ. 1995. 42 с.

291. Фізичне виховання у закладах вищої освіти: сучасний простір оздоровчої роботи: метод. посіб. / ред. В. В. Гришина. Запоріжжя, 2018. 96 с. URL: https://files.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi79/0059013.pdf (дата звернення: 09.08.2025).

292. Фізичне виховання: Базова навчальна програма для вищих закладів освіти України III і IV рівнів акредитації. Київ, 1998. 21 с.

293. Фізичне виховання: навчальна програма для ВНЗ України I–II рівнів акредитації: наказ МОН України від 14.11.2003 р., № 757. URL: https://nemk-sport.at.ua/index/navchalna_programa/0-2 (дата звернення: 3.02.2024).

294. Фізичне виховання: проблеми та перспективи. Монографія за заг. ред. проф. Г. П. Грибана. Житомир: Рута, 2020. 384 с.

295. Харін М. О. Мобільний додаток «Щоденник здоров'я»: магістерська дис. : 122 «Комп'ютерні науки». Київ: КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2024. 103 с. URL: https://ela.kpi.ua/handle/123456789/72887 (дата звернення: 14.08.2025).

296. Харченко Н., Скирда, Т., Масол В. Використання інформаційно-комунікаційних технологій у діяльності дитячих громадських об'єднань фізкультурно-спортивної спрямованості. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*. № 176. 2024. С. 489 –493.

297. Хоменко П., Корносенко О. Підготовка фахівців фізичної культури в системі сучасної професійної освіти. *Наук. часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2015. Вип. 3(1), С. 379–382.

298. Цибанюк О. Розвиток педагогічної думки в Румунії: необхідність фізичного виховання школярів (кінець XIX – перша третина XX ст.). *Освітні Обрії*, 2022, № 1(54), С. 26–29.

299. Цибанюк О. О. Роль педагога у вирішенні завдань фізичного виховання і спорту сучасних учнів Румунії. *Наук. часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури*, Київ: Вид-во НПУ, 2022. Вип. 8(153), С. 109–112.

300. Цибульська В. В., Безверхня Г. В. Організація та методика спортивно-масової роботи: навч. посібник. Умань: ВПЦ «Візаві», 2014. 220 с.

301. Цимбалюк І. Європейські програми реінтеграції ветеранів: досвід та перспективи для України. *European Perspective: міждисциплінарний дискурс у контексті сучасних викликів і можливостей: збірник тез VI Міжнар. наук.-*

практ. конф. (Луцьк, 29 лютого 2024 р.) / заг. ред. та упоряд. І. О. Цимбалюк. Луцьк: Вежа-Друк, 2024. С. 162–166.

302. Цимбалюк І., Павліха Н., Цимбалюк С. Сталий розвиток спортивно-оздоровчої сфери регіону заради миру та безпеки: монографія. Луцьк: Вежа-Друк. 2022. 251 с.

303. Цільова комплексна програма «Фізичне виховання – здоров'я нації». Затв. Указом Президента України від 01.09.1998 р. № 963/98. URL: https://zakon.rada.gov.ua/go/963/98 (дата звернення: 15.08.2025).

304. Ціпов'яз А.Т., Бондаренко В.В. Організація і управління фізичною культурою і спортом: навч. посіб. Кременчук: КПК, 2019. 128 с.

305. Черевичко О. Г., Щеглов Є. М. Адаптація студентів до занять у ВНЗ за допомогою рухової активності. *Вісник ЧДПУ ім. Т. Г. Шевченка*. 2011. вип. 91, т. 1, С. 472.

306. Черненко С. О., Олійник О. М., Сорокін Ю. С. Вступ до спеціальностей галузі «Фізичне виховання і спорт»: навч. посібник. Краматорськ: ДДМА, 2019. 127 с.

307. Чеховська Л., Жданова О., Грибовська І., Данилевич М., Шевців У. Оздоровчо-рекреаційні технології: навчальний посібник. Львів: ЛДУФК, 2019. 220 с.

308. Чухланцева Н. В. Використання фітнес-технологій у процесі фізичного виховання сучасної молоді (на прикладі студентів Запорізької області). *Наук.-метод. основи використання інформац. технологій в галузі фізичної культури та спорту*. 2018. Вип. 2. С. 128–134.

309. Шавель Х. Є., Бойко Ю. С., Соколенко Л. С. Інноваційні моделі підготовки здобувачів вищої освіти в галузі фізичного виховання та спорту. *Академічні візії.* 2023. No 17. DOI: http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.772440419.

310. Шахліна Л. Я.-Г., Футорний С. М., Владимирова Н., Маслова О. В. До питання підготовки юних спортсменів у сучасному спорті. *Спортивна медицина, фізична реабілітація*, 2023. № 2. С. 77–84.

311. Шепеленко Т. В., Буц А. М., Шевченко В. П. Мета і завдання фізичного виховання у вищих навчальних закладах. Київ, 2002. 56 с.

312. Шинкарьов С. І., Сіпакова Д. О., Павлов Р. Г., Брусак О. М. Спортивно-оздоровча діяльність: основи організації та практичні аспекти. Метод. рекомендації для здобувачів вищої освіти різних спеціальностей. Полтава: ЛНУ ім. Тараса Шевченка, 2025. 27 с.

313. Шиян Б. М. Педагогіка здоров'я у вищій школі: монографія. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2012. 256 с.

314. Шиян О., Павлова Ю., Кудрик Н., Сороколіт Н., Микитюк О. Здорова школа: аспекти моніторингу : навч. посіб. / за наук. ред. О. Шиян. Львів: Кольорове небо, 2013. 122 с.

315. Шматкова А. І., Шошура Н. Д. Фізичне виховання: комплексна робоча програма для вищих педагогічних навчальних закладів III–IV рівнів акредитації. Київ, 2001. 25 с.

316. Шостак В. І. Державна програма розвитку фізкультури і спорту в Україні. Полтава, 2003. 18 с.

317. Щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах: лист МОН України № 1/9-454 від 25.09.2025 р. URL: https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v-454729-15 (дата звернення: 03.09.2025).

318. Язловецький В. С., Турчак А. Л., Лещенко Г. А. Спортивно-масова та фізкультурно-оздоровча робота у вищій школі: навч. посіб. Кіровоград: РВВ КДПУ ім. В. Винниченка, 2006. 284 с.

319. Яловик В. Т., Яловик А. В. Спортивно-масова та рекреаційно-оздоровча діяльність у закладах освіти (Ч. І – Спортивно-масова робота: практичні завдання для самостійної роботи з освітнього компонента): метод. рек. Луцьк: Вежа-Друк. 2024. 40 с.

320. Яремчук Н., Лавро О. Дистанційне навчання у ЗВО: можливості та перспективи. Молодий вчений. 2021. No8(96). С.79-81.

321. Ярмоленко М. А., Жуков В. О., Лахманюк Т. В. Методичні рекомендації для самостійної роботи студентів із навчальної дисципліни «Фізичне виховання». Київ: НаУКМА. 2023. 64 с.

322. Bielikova N., Tsos A., Indyka S., Contiero D., Pantik V., Tomaschuk O., Dedeliuk N., Podubinska S. The Motor Activity Status and Students' Self-Assessment of Health During a COVID-19 Pandemic. *Sport Mont,* 2021. 19(S2), 95–99.

323. Bielikova, N., Tsos, A., Indyka, S., Contiero, D., Pantik, V., Tomaschuk, O., Dedeliuk N. and Podubinska, S. (2021). The Motor Activity Status and Students` Self-Assessment of Health During a COVID-19 Pandemic. *Sport Mont.* 19(S2). 95-99.

324. Bilavych H., Vintoniak O., Slyvka L., Humeniuk I., Fedchyshyn N., Fedoniuk L., Savchuk B. The role of psychoeducation for the physical and mental health of future specialists in wartime conditions. Polski Merkuriusz Lekarski. 2025. Vol. LIII. Is. 1. P. 139-145.

325. Bilavych H.V, Sultanova N.V, Borys U.Z, Tkachivska I.M, Fedchyshyn N.O, Fedoniuk L.Y, Savchuk B.P. Health-saving technologies as a need and lifestyle of Ukrainians. *Wiad Lek.* 2024;77(4):834-840.

326. Bryant L., Burson S. L., Fisher J., Killian C. M., Mulhearn S. C., Nesbitt D., Pfledderer C. D., Castelli D. M. Evidence supporting the essential components of physical education as a measure of quality. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 2021, 92(2), 259–269.

327. Chen W., Mason S., Hypnar A., Hammond-Bennett A. Association of quality physical education teaching with students' physical fitness. *Journal of Sports Science & Medicine*, 2016, 15(2), 335.

328. Clark H. J., Dudley D., Barratt J., Cairney J. Physical literacy predicts the physical activity and sedentary behaviours of youth. *Journal of Science & Medicine in Sport*, 2022, 25(9), 750–754.

329. Colquitt G., Pritchard T., Johnson C., McCollum S. Differentiating instruction in physical education: Personalization of learning. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 2017, 88(7), 44–50.

330. Dudley D., Mackenzie E., Van Bergen P., Cairney J., Barnett L. What drives quality physical education? A systematic review and meta-analysis of learning and development effects from physical education–based interventions. *Frontiers in Psychology*. 2022. 13, 79–93.

331. European Credit transfer system. Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника. Факультет фізичного виховання і спорту: 2018. URL: https://ffvs.pnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/42/2018/04/ekts_bak_014.pdf (дата звернення: 09.08.2025).

332. Ghildiyal R. Role of sports in the development of an individual and role of psychology in sports. Mens Sana Monographs. 2015. Vol. 13. P. 165–170.

333. Moore E. W. G., Fry M. D. Physical education students' ownership, empowerment, and satisfaction with PE and physical activity. Research Quarterly for Exercise and Sport. 2017. Vol. 88. P. 468–478

334. Tsybanyuk O., Dariichuk S., Pobocha T., Moseichuk Y. (2025). *Global initiatives in physical education and sport development*. Sport TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte, 14, 9.

335. Tsybanyuk O., Mishkulynets O., Komisaryk M., Kuznietsova K., Chuyko H. The genesis of the transformation of terminology in the field of physical education and sports in Romania, historical context. *Conhecimento & Diversidade*, Vol. 15, Issue 37, 381–403.

336. Tsybanyuk O., Slyvka L., Batiuk A., Liasota T. European experience in organizing physical education and promoting a healthy lifestyle in educational institutions. *Sport TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 2023, 12(Suppl. 2), Art. 21.

ДОДАТКИ

Додаток А

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Публікації у фахових видання України

Наукові праці, що опубліковані у наукових фахових виданнях України

1. **Божок О.,** Курилюк С. Сучасні інноваційні підходи до організації спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України. *Проблеми освіти.* 2025. № 1 (102). С. 340–354.

DOI: https://doi.org/10.52256/2710-3986.1-102.2025.23

URL: https://imzo-journal.org.ua/index.php/journal/article/view/196

2. **Божок С.** Нормативно-правові аспекти спортивно-оздоровчої діяльності у закладах вищої освіти України. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова.* 2025. Серія 15. Вип. 8(195). С. 16–20.

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.08(195).03

URL: https://spppc.com.ua/index.php/journal/article/view/2765

3. **Божок О**. Цільовий та змістовий компонент спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України (1991–2004 рр.). *Наукові інновації та передові технологі*ї. 2025. № 9(49). С.1677–1689.

DOI:10.52058/2786-5274-2025-9(49)-1677-1689

URL: http://perspectives.pp.ua/index.php/nauka/article/view/28873

4. **Божок О.** Періодизація розвитку спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України (90-ті рр. ХХ – перша чверть ХХІ ст.). *Перспективи та інновації науки*. 2025. № 9 (55). С. 193–203.

DOI: https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-9(55)

URL: http://perspectives.pp.ua/index.php/pis/article/view/29080/29033

Продовження додатку А

Наукові праці, які додатково відображають результати дослідження

1.**Божок О.** Диференційований підхід в організації спортивно-оздоровчої роботи з учнівською молоддю. *Проблеми освіти*. 2024. Вип. 2(101). С. 244–255.

URL: https://imzo-journal.org.ua/index.php/journal/article/view/166

DOI: https://doi.org/10.52256/2710-3986.2-101.2024.16

2. **Божок О.** До проблеми організації спортивно-масових заходів зі здобувачами вищої освіти в Україні (90-Х рр. ХХ ст.–початок ХХІ ст.). *Соціономічні студії : збірник наукових праць молодих науковців* / за заг. ред. проф. Л. О. Данильчук. Полтава, 2024. Вип. 1. С. 5–12.

URL: https://surl.lu/phfpqy

3. **Божок О.** Структурні компоненти спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України (кін. ХХ – поч. ХХІ ст.). *Вісник аграрної історії.* 2025. № 51–52. С. 205–212.

DOI: https://doi.org/10.31392/VAH-2025.51-52.16

URL:https://www.agrarian-history.com.ua/wp-content/uploads/2025/07/%D0%92%D0%90%D0%86_51_52_2025.pdf

4. **Божок О.** Цільові та змістові аспекти спортивно-оздоровчої діяльності в закладах вищої освіти України. *Physical education sport and health culture in modern society.* 2025. № 1 (69). С. 11–18.

DOI: https://doi.org/10.29038/2220-7481-2025-01-11-18

URL: https://surl.li/bdgose

Наукові праці, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації

1. **Божок О.,** Коломоєць Г. Мотиваційні засади спортивно-оздоровчої роботи з учнівською молоддю в сучасній Україні. *Доступність і неперервність освіти впродовж життя: зарубіжний досвід та національна практика*: збірник матеріалів науково-практичної конференції з міжнародною участю. Івано-Франківськ, 2022. С. 90–93. URL: https://surl.li/jutsex

Продовження додатку А

2. **Божок О.** Особливості організації спортивно-оздоровчих заходів для учнівської молоді. *Імперативи розвитку Нової української школи: сучасні реалії:* матеріали ІІ Всеукраїнської науково-практичної очно-дистанційної конференції (м. Київ, 3 липня 2024 р.). К., 2024. С. 13–15.

URL:https://drive.google.com/file/d/16rvw9zwEnYQEtCfGjGeUISCYhozKjPYC/view

3. **Божок О.** Формування культури здорового способу життя у студентської молоді засобами спортивно-оздоровчої роботи. *Шляхи удосконалення професійних компетентностей фахівців в умовах сьогодення*: матеріали IV Міжнар. наук.-практ. конференції (м. Київ, 13 травня 2025 р.). К., 2025. С. 295–298.

URL:https://drive.google.com/file/d/1yYdlQSYbGTclg4xE5AtZyCbVZqLonl3l/view

Апробація результатів дослідження здійснювалася на конференціях:

- *міжнародних:* «Доступність і неперервність освіти впродовж життя: зарубіжний досвід та національна практика» (Івано-Франківськ, 2022), «Актуальні проблеми сучасної науки» (Дрогобич, 2023), «Прикладне значення фізичної та військової підготовки у майбутній професії» (Київ, 2024), «Відповідальне батьківство XXI ст.» (Полтава-Лубни, 2024), «Наука і освіта в глобальному та національному вимірах: виклики, загрози, перспективи розвитку» (Полтава, 2025), «Освіта в сучасних викликах» (Полтава, 2025); «Педагогічна наука й освітня практика в реаліях війни: виклики, досвід, перспективи» (Коломия, 2025); «Шляхи удосконалення професійних компетентностей фахівців в умовах сьогодення» (Київ, 2025).

- *всеукраїнських:* «Пріоритетні напрями модернізації освіти: досвід, реалії, перспективи» (Дрогобич, 2022), «Імперативи розвитку Нової української школи: сучасні реалії» (Київ, 2024), «Реалізація регіональної компоненти в наукових дослідженнях здобувачів доктора філософії (PhD)» (Івано-Франківськ, 2024).

Додаток Б

Схема організації спортивно-оздоровчої роботи студентів Технологічного університету Поділля (2002).

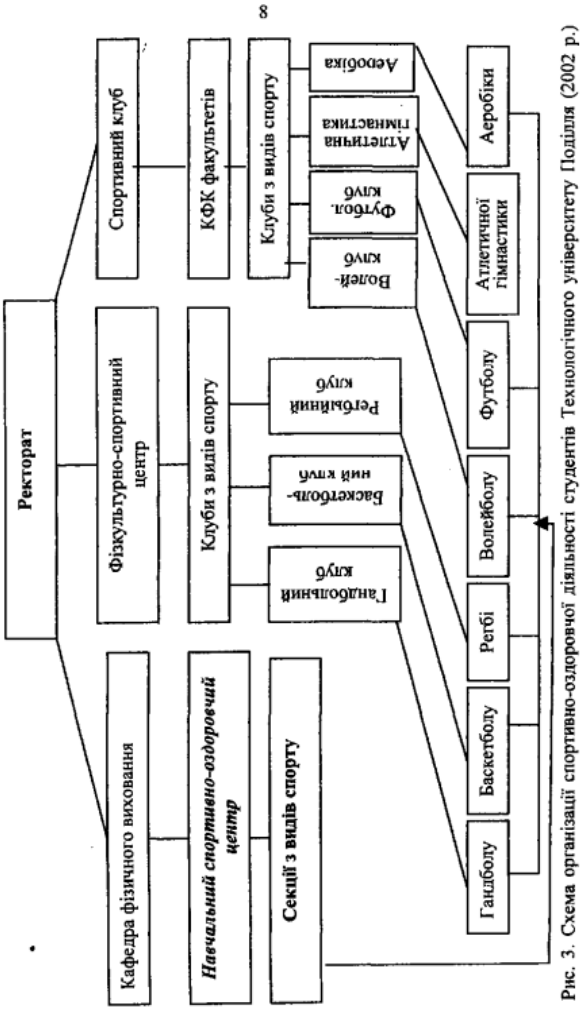


Рис. 3. Схема організації спортивно-оздоровчої діяльності студентів Технологічного університету Поділля (2002 р.)

Джерело: [8]

Додаток В

Нормативно-правові документи, що визначали цільовий та змістовий компонент спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України (1993–2024)

Назва документа	Рік ухвалення	Ключові положення
Положення про організацію навчального процесу у ВНЗ	1993	Визначено обов'язковість фізичного виховання протягом 4 семестрів. Нормативний підхід до оцінювання.
Закон України «Про фізичну культуру і спорт»	1994 (оновл. 2010, 2014)	Визначено статус фізичної культури як державного пріоритету, закріплено роль закладів освіти у її забезпеченні.
Концепція національного виховання	1997	Включено формування культури здоров'я до загальної стратегії національного виховання.
Державна цільова соціальна програма «Фізичне виховання – здоров'я нації»	2005	Створено засади для інтеграції фізичного виховання в оздоровчу політику держави.
Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні	2016	Підкреслено значення ЗВО у формуванні культури здоров'я студентства.
Закон України «Про вищу освіту»	2014	Підтверджено необхідність формування здоров'язбережувальної компетентності.

Продовження додатку В

Концепція розвитку фізичного виховання здобувачів вищої освіти	2016	Затверджено індивідуалізовану модель фізичного виховання, орієнтацію на життєву мотивацію до активності.
Рекомендації МОН щодо модернізації змісту фізичного виховання	2021	Запровадження цифрових інструментів, фітнес-модулів, психологічних практик у заняття.

Джерела [118; 210; 218; 224; 231].

Додаток Г

Порівняльний аналіз розвитку спортивно-оздоровчої роботи на факультетах фізичного виховання і спорту та в інших факультетах ЗВО (2014 - 2022 рр.)

Параметри	**Факультети фізичного виховання і спорту**	**Інші факультети (технічні, гуманітарні, медичні, мистецькі тощо)**	**Джерела/регламенти**
Мета спортивно-оздоровчої роботи	Підготовка висококваліфікованих фахівців у сфері фізичної культури та спорту; розвиток професійних спортивних компетентностей.	Формування культури здорового способу життя, підтримка фізичної форми, профілактика захворювань, зниження стресу.	Локальні положення ЗВО.
Зміст аудиторний	Поглиблені модулі видів спорту, тренерська практика, теорія спорту, спортивна підготовка.	Базові + варіативні модулі (ігрові, фітнес, єдиноборства, ОФП).	Робочі програми силабуси ЗВО; ПНУ, ЛНУ, КПІ.
Зміст позааудиторний	Розгалужені секції, студентські збірні, участь у національних/міжнародних студентських лігах.	Секції за інтересами, університетські спартакіади, wellness-програми, рекреаційні заходи.	Локальні положення ЗВО; Стратегії.

Продовження додатку Г

Організаційні інструменти	Поглиблені теоретичні та практичні модулі з видів спорту, тренерська підготовка	Обов'язкові заняття з дисципліни «Фізична культура і спорт», позааудиторні спортивні заходи, секції, клуби за інтересами, університетські спартакіади.	Концепція реформи НФО, робочі програми
Матеріально-технічна база	Спеціалізовані лабораторії, тренажерні зали, басейни, ігрові та легкоатлетичні арени, обладнання для спортивної науки та відновлювальних технологій.	Спортивні зали загального призначення, універсальні майданчики, іноді – доступ до басейну чи фітнес-залу університету.	Матеріальні бази ЗВО, лабораторії (ПНУ, НТУ, Драгоманова, ДДУВС, НТУ «Дніпровська політехніка»
Кадрове забезпечення	Викладачі - фахівці зі спортивних наук, тренери вищої категорії, науковці в галузі фізичного виховання та спорту.	Викладачі фізичного виховання, інструктори з окремих видів спорту, запрошені тренери та інструктори.	Стандарти професійної підготовки викладачів, академічна сертифікація

Продовження додатку Г

Напрями діяльності	Поглиблена спортивна підготовка, дослідження у сфері спорту, впровадження інноваційних методик тренувань, організація змагань національного та міжнародного рівнів.	Масові спортивні заходи, аматорські змагання, фестивалі здоров’я, фітнес-програми, спортивно-туристичні заходи.	

Джерела: [101–106; 138; 208; 232; 268; 279; 281–283; 285]

Додаток Ґ

Програми / плани виховної роботи зі спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО (2014-2022 рр.)

ЗВО	Джерело
Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» на 2014–2022 рр.	Комплексні плани виховної та психолого-педагогічної роботи ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» на 2014–2021 рр. 18 с.
	Комплексні плани виховної та психолого-педагогічної роботи на 2014–2021 н. р. Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника 2021–2022 н.р. URL: https://vvppr.pnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/129/2023/11/kompleksnyj-plan-vykhovnoi-ta-psykholoho-pedahohichnoi-roboty-2021-2022-n.r.-.pdf
Кам'янець-Подільський національний університет імені І.Огієнка, кафедра спорту.	План виховної роботи Кам'янець-Подільського національного університету імені І. Огієнка, кафедра спорту. FKS1-M23, FKS2-M23 на 2024/2025 н.р. . URL: https://sportkaf.kpnu.edu.ua/wp-content/uploads/2025/06/plan-vykh-roboty-2024-2025-raj.pdf (дата звернення: План виховної роботи групи СПВ (футбол, жінки) на 2024/2025 н.р. Кам'янець-Подільський національний університет імені І.Огієнка, URL: https://sportkaf.kpnu.edu.ua/wp-content/uploads/2025/06/vykhovna-robota-spv-futbol-zhinky.pdf (дата звернення: 20.08.2025).
Чернівецький національний університет ім. Ю. Федьковича, кафедра педагогіки і методики початкової освіти	План виховної, культурно-просвітницької та спортивно-масової роботи кафедри на 2022–2023 н. р. Чернівецького національного університету ім. Ю. Федьковича, кафедра педагогіки і методики початкової освіти URL: https://elemed.chnu.edu.ua/media/4shdpmln/plan-vykhovnoi-roboty-kafedry-pmpo-2022-2023nr.pdf (дата звернення: 20.08.2025).

Додаток Д

Моделі позааудиторної спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО України (2014–2022)

Модель	Зміст і типові форми реалізації	ЗВО – приклади реалізації (2014–2022)	Джерела
Секційна (мережа спортивних секцій, клубів, абонементних груп)	Секції з видів спорту та оздоровчі групи за фіксованим розкладом; запис студентів; внутрішні ліги/спартакіади.	Київський національний університет імені Тараса Шевченка – секції та розклад НУБіП України – спортивні секції й оздоровчі групи ЛНУ ім. І. Франка – секції, басейн	239, 257, 259
Професійно орієнтована (ППФП, спецфізпідготовка)	Комплексні програми з урахуванням вимог професії (медичні ЗВО, ЗВО МВС); службово-прикладні види спорту, ЛФК/реабілітація.	Одеський державний медичний університет–робочі програми «Фізичного виховання» Харківський національний університет внутрішніх справ – кафедра спец фізпідготовки, гуртки	98б 222, 234
Традиційна аудиторна (навчальна дисципліна)	Заняття за навчальними планами («ФВ, частини 1–5»), заліковий контроль; поєднання з секційними/факультативними формами.	Львівська політехніка – у переліку обов’язкових/позакредитних компонентів	321

Модель	Зміст і типові форми реалізації	ЗВО – приклади реалізації (2014–2022)	Джерела
Секційна (мережа спортивних секцій, клубів, абонементних груп)	Секції з видів спорту та оздоровчі групи за фіксованим розкладом; запис студентів; внутрішні ліги/спартакіади.	Київський національний університет імені Тараса Шевченка – секції та розклад НУБіП України – спортивні секції й оздоровчі групи ЛНУ ім. І. Франка – секції, басейн	239, 257, 259
Професійно орієнтована (ППФП, спецфізпідготовка)	Комплексні програми з урахуванням вимог професії (медичні ЗВО, ЗВО МВС); службово-прикладні види спорту, ЛФК/реабілітація.	Одеський державний медичний університет–робочі програми «Фізичного виховання» Харківський національний університет внутрішніх справ – кафедра спец фізпідготовки, гуртки	98б 222, 234
Індвідуальна / тьюторська / самостійна (в т.ч. для СМГ)	Індивідуальні програми, консультації тьютора, е-щоденники самоконтролю; робочі плани для СМГ; значна частка самостійної роботи.	НаУКМА – методичні рекомендації для самостійної роботи НаУКМА – робочий план СНО/СНВ	3241; 238

Додаток Е

Ролі здобувачів вищої освіти в організації та реалізації спортивно-оздоровчої роботи ЗВО (2014–2022 рр.)

Роль здобувача	**Зміст участі (типові дії)**	**Ключові нормативні документи**	**Типові індикатори результату**
Суб’єкт вибору індивідуальної траєкторії ФВ	Обирає модель/вид активності (елективи, секція, індивідуальні заняття з тьюторським супроводом); веде самоконтроль	Лист МОН № 1/9-454 (2015) – моделі організації ФВ; Закон «Про освіту» (2017) – право на індивідуальну траєкторію	Частка студентів, що обрали елективи; відвідуваність; виконання індивідуального плану
Член спортивної секції/команди	Систематичні тренування, участь у внутрішніх лігах/турнірах; дотримання внутрішніх правил	Положення про спортивні секції/клуби ЗВО (локальні акти) [10–12]	Кількість секцій/учасників; стартів на семестр; протоколи
Член (активіст) спортивного клубу	Участь у зборах, виборних органах СК; ініціювання подій; комунікація з факультетами/студрадами	Положення про СК ЗВО; Закон «Про вищу освіту», ст. 40 (студсамоврядування) [7; 11–12]	Обрані студентські посади в СК; кількість ініційованих студентами заходів
Організатор масових заходів	Подача заявок, комплектування команд, логістика, промо; робота в оргкомітетах	Положення про спартакіади/календарі в ЗВО (напр., НУБіП)	Заповнені заявки; кількість подій/учасників; звіти оргкомітетів

Продовження додатку Е

Суддя/волонтер змагань	Суддівство, секретаріат, волонтерський супровід учасників і глядачів	Положення про спартакіади/локальні інструкції; положення СК	Кількість сертифікованих суддів-студентів; відпрацьовані години волонтерства
Амбасадор «щоденного спорту» / peer-leader	Мотиваційні кампанії, челенджі, щоденна активність «малими дозами»; посередництво між СК і групами	Указ Президента № 42/2016 (Нацстратегія рухової активності); Наказ МОН/ММС № 1141/4088 (Концепція щоденного спорту, 2021)	Охоплення акціями; кількість студентських ініціатив; соцкампанії
Учасник моніторингу фізпідготовленості	Добровільне щорічне оцінювання, здавання тестів/нормативів; індивідуальне планування	Постанова КМУ № 1045 (2015) – Порядок оцінювання; Наказ ММС № 4607 (2018) – тести й Інструкція	Частка тих, хто пройшов оцінювання; індивідуальна динаміка тестів
Учасник цифрових/змішаних форматів	Онлайн-заняття, LMS-курси, електронні щоденники самоконтролю (особливо 2020–2021)	Лист МОН № 1/9-406 (29.07.2020) – організація роботи в умовах карантину	Участь в е-курсах; заповнені е-щоденники; кількість відеотренувань

Джерела [149; 192;193-196; 216; 210; 217; 220; 222; 225; 317]

Примітка: «локальні акти» – офіційні положення СК/секцій/спартакіад конкретних ЗВО

Додаток Є

Додаток Є.1

Положення та календарні плани масових спортивних заходів у ЗВО

ЗВО	Положення та календарні плани
Міністерство молоді та спорту України	Міністерство молоді та спорту України. Єдиний календарний план фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходів України (річні плани). URL: https://mms.gov.ua/sport/yedinij-kalendarnij-plan-fizkulturno-ozdorovchih-ta-sportivnih-zahodiv
Національний університет біоресурсів і природокористування України.	Положення про Спартакіаду студентів НУБіП України URL: https://nubip.edu.ua/sites/default/files/polozhennya_pro_spartakiadu_studentiv_nubip_ukr_2020-06-10_sayt.pdf
Запорізький національний університет.	Положення про проведення студентської Спартакіади ЗНУ URL: https://www.znu.edu.ua/pidrozdily/sport/polozhennya_spart.pdf
Національний університет фізичного виховання і спорту України.	Положення про проведення XXII Спартакіади НУФВСУ серед студентів у 2016–2017 н.р. URL: https://uni-sport.edu.ua/spartakiada-sered-studentiv
Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди.	Календарний план спортивно-масових та оздоровчих заходів на 2022–2023 н.р. Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди. URL: https://hnpu.edu.ua/sites/default/files/files/Sport_klub/Plan_22-23.pdf
Київський національний університет культури і мистецтв	Спортивний клуб. Календарний план спортивних заходів на 2022–2023 н.р. Київський національний університет культури і мистецтв. URL: https://knukim.edu.ua/wp-content/uploads/2023/03/KALENDARNYJ-PLAN-SPORTYVNYH-ZAHODIV_2022-2023.pdf (дата звернення: 20.08.2025).

Продовження додатку Є 1

Львівський державний університет фізичної культури імені І. Боберського.	Календарний план спортивних, фізкультурно-оздоровчих та спортивно-масових заходів (II семестр 2024–2025 н.р.) Львівський державний університет фізичної культури імені І. Боберського. URL: https://www.ldufk.edu.ua/wp-content/uploads/2025/04/kalendarnyj-plan-sr-2-semestr-24-25nr.pdf
НТУУ «КПІ імені Ігоря Сікорського».	Наказ № 1-44 від 16.02.2017«Про проведення Спартакіади університету серед студентів» НТУУ «КПІ імені Ігоря Сікорського». URL:https://document.kpi.ua/2017_1-44

Додаток Є.2

Добірка планів/програм виховної (зі спортивно-оздоровчими розділами), положень спортклубів і календарів масових спортивних заходів

1. Календарний план масових фізкультурно-оздоровчих заходів і спортивних змагань НПУ ім. М. П. Драгоманова на 2009–2010 н. р. URL: old.npu.edu.ua/…/Календарний-план-на-2009-2010-н.р.

2. Спортивний клуб «Олімп». Історія спортклубу (про заснування 1997–1998 рр.). Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова, URL: npu.edu.ua/…/spk-olimp/istoriia Прикарпатський національний університет ім. В. Стефаника, Спортивний клуб «Наука». Положення про спортивний клуб «Наука». RL: pnu.edu.ua/…/sportclub-nauka Прикарпатський національний університет ім. В. Стефаника, План роботи спортивного клубу «Наука» Прикарпатського національного університету ім. В. Стефаника(навчальні роки 2021–2022; 2022–2023). URL: pnu.edu.ua/…/sportclub-nauka/plan-roboti (

3. Львівський національний університет імені Івана Франка. Положення про спортивний клуб Львівського національного університету імені Івана Франка. URL: lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2016/01/reg_sport_club.pdf

5. Львівський національний університет імені Івана Франка. Положення про Спортивно-оздоровчий табір «Карпати». [Електронний ресурс]. – 2025 (PDF, 6 с.). URL: lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2025/07/Polozhennia-pro-Sportyvno-ozdorovchyy-tabir-Karpaty.pdf

6. Національний університет фізичного виховання і спорту України. Календар спортивно-масових заходів НУФВСУ (розділ «Спортивно-масова робота»). URL: old.uni-sport.edu.ua/node/1411

7. Національний університет фізичного виховання і спорту України . Історична довідка (структура, підрозділи та посилання на «Календар спортивно-масових заходів», «Спартакіада серед студентів»). URL: old.uni-sport.edu.ua/content/istorichna-dovidka ЛДУФК ім. І. Боберського (Львів)

Продовження додатку Є.2

9. Львівський державний університет фізичної культури ім. І. Боберського. Спортивний клуб ЛДУФК «СКІФ» (сторінка підрозділу: положення, наглядова рада, документи). б/д. URL: ldufk.edu.ua/sportyvna-diyalnist/sportyvnyj-klub-skif (дата звернення: 20.08.2025).

10. Львівський державний університет фізичної культури ім. І. Боберського. Статут ГО «Спортивний клуб ЛДУФК «СКІФ» (нова редакція, протокол № 1 від 04.07.2018). URL: ldufk.edu.ua/wp-content/uploads/2023/10/statut-go-sk-ldufk-skif.pdf

Додаток Ж

Додаток Програми / положення спортивних клубів ЗВО

Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна»	Положення про Спортивний клуб Університету «Україна». Внутрішній нормативний документ. Київ: Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна». URL: https://uu.edu.ua/upload/universitet/normativni_documenti/Osnovni_oficiyni_doc_UU/Vihovna_diyalnist/Pol_pro_Sportclub.doc
Харківський національний педагогічний університет імені Г. Сковороди	Положення про спортивний клуб (приклад: ХНПУ ім. Г. С. Сковороди) URL: https://hnpu.edu.ua/sites/default/files/files/Normat_dokum/Pol/Pro_sportyvnyi_klub.pdf (дата звернення: 20.08.2025).
Кам'янець-Подільський національний університет імені І. Огієнка.	Положення про спортивний клуб Кам'янець-Подільського національного університету імені І. Огієнка. URL: https://nvr.kpnu.edu.ua/wp-content/uploads/2019/10/polozhennia-pro-sportyvnyi-klub-k-pnu.pdf

Продовження додатку Ж

Чорноморськогоий національний університет імені Петра Могили.	Положення про спортивний клуб Чорноморського національного університету імені Петра Могили. URL: https://chmnu.edu.ua/wp-content/uploads/Dokument_Polozhennya_sportklubu.pdf (дата звернення: 20.08.2025).
Ніжинський державний університет імені М. Гоголя	Проєкт Положення про спортивний клуб «Університет». Ніжинський державний університет імені М. Гоголя URL: https://www.ndu.edu.ua/storage/norm_baza/proekt_pro_sport_klyb_yniversutet.pdf (дата звернення: 20.08.2025).
Харківський національний університет міського господарства імені О. М. Бекетова	Положення про організацію фізичного виховання та спорту в Університеті Харківський національний університет міського господарства імені О. М. Бекетова. від 21.01.2021 №140-01. URL: https://www.kname.edu.ua/images/Files/Normativny_Dokumenty/Положення_про_організацію_ФВіС_2021.pdf (дата звернення: 20.08.2025).

Додаток З

Анкета

«Сучасні інноваційні форми спортивно-оздоровчої діяльності студентської молоді»

Мета опитування: з'ясувати рівень залученості студентів до інноваційних форм спортивно-оздоровчої діяльності, виявити вплив цифрових технологій на мотивацію, визначити популярні засоби та очікування щодо вдосконалення роботи у ЗВО.

Блок 1. Використання сучасних інноваційних форм спортивно-оздоровчої діяльності

1. Чи займаєтесь Ви фізичною активністю регулярно?
2. Так, щодня
3. Так, кілька разів на тиждень
4. Рідше ніж раз на тиждень
5. Ні, не займаюсь

2. Які інноваційні форми фізичної активності Ви використовуєте? (можна кілька варіантів)

Фітнес-додатки (Nike Training Club, FitOn тощо)

Відеоуроки / тренування на YouTube

Онлайн-челенджі, спортивні флешмоби

Гейміфіковані платформи (онлайн-турніри, рейтинги, квести) Використання фітнес-гаджетів (браслети, смарт-годинники)

Жодна з перелічених

3. Як часто Ви користуєтесь цифровими інструментами для фізичної активності?

Щодня

2–3 рази на тиждень

Продовження додатку З

1 раз на тиждень

Рідше

Ніколи

4. Що для Вас є головною причиною використання інноваційних форм фізичної активності?\

Зручність та доступність

Можливість самостійного вибору часу/місця

Мотивація через ігрові елементи

Спілкування та взаємодія онлайн

Інше (вкажіть)

5. Якщо Ви не користуєтесь інноваційними формами фізичної активності, яка причина?

Відсутність інтересу

Недостатня поінформованість

Технічні труднощі (немає гаджетів, доступу до інтернету)

Брак часу

Інше (вкажіть)

Блок 2. Вплив цифрових технологій на мотивацію до фізичної активності

6. Чи впливають цифрові технології на Вашу мотивацію до занять спортом?

Так, значно підвищують

Частково підвищують

Не впливають

Знижують

Продовження додатку З

7. Чи замінили для Вас цифрові формати (відеоуроки, додатки) живе спілкування з тренером?

Так, повністю

Частково

Ні

8. Наскільки зручними Ви вважаєте онлайн-формати фізичної активності порівняно з традиційними?

Значно зручніші

Приблизно однаково зручні

Менш зручні

Важко відповісти

9. Які чинники найбільше мотивують Вас займатись фізичною активністю онлайн?

Змагальність (рейтинги, челенджі)

Візуалізація результатів (трекинг у додатках, графіки)

Соціальна підтримка (друзі, онлайн-спільноти)

Мотивація від викладача/тренера

Інше (вкажіть)

10. Чи відчуваєте Ви зростання власної активності завдяки цифровим інструментам?

Так

Частково

Ні

Продовження додатку З

Блок 3. Вибір цифрових засобів для спортивно-оздоровчої діяльності

11. Які додатки чи платформи Ви використовуєте для занять? (відкрите запитання)

12. Які з цифрових форматів Вам найбільше підходять? Відеоуроки / онлайн-фітнес

Віртуальні змагання

Групові заняття в Zoom/Teams

Фітнес-гаджети

Аудіотренування

Інше (вкажіть)

13. Чи хотіли б Ви, щоб університет інтегрував використання цифрових платформ у програму фізичного виховання?

Так

Частково

Ні

14. Чи вистачає Вам інформації про можливості використання цифрових інструментів у спорті?

Так

Ні

Частково

15. Наскільки Ви володієте цифровою грамотністю для використання спортивних додатків?

Високий рівень

Продовження додатку З

Середній рівень

Низький рівень

Не користуюсь

Блок 4. Очікування студентів щодо вдосконалення спортивно-оздоровчої діяльності у ЗВО

16. Який формат занять із фізичного виховання є для Вас оптимальним?

Традиційний (офлайн)

Онлайн

Гібридний (поєднання)

17. Наскільки для Вас важлива можливість вибору виду активності у межах університетських занять?

Дуже важлива

Частково важлива

Не має значення

18. Чи потребуєте Ви індивідуалізованих програм тренувань з підтримкою викладача?

Так

Частково

Ні

19. Чи цікавить Вас поєднання фізичних занять з практиками психологічної підтримки (релаксація, дихальні вправи, антистрес-тренінги)?

Продовження додатку З

Так

Частково

Ні

20. Наскільки привабливою для Вас є гейміфікація (челенджі, змагання, бали, рейтинги) у спорті?

Дуже приваблива

Частково приваблива

Нецікава

21. Які додаткові сервіси могли б підвищити Вашу мотивацію? (можна кілька варіантів)

Доступ до університетських wellness-програм

Онлайн-консультації з викладачем/тренером

Використання мобільних додатків університету

Соціальні ініціативи (командні турніри, клуби за інтересами)

Інше (вкажіть)

22. Як Ви оцінюєте сучасну організацію спортивно-оздоровчої роботи у своєму ЗВО?

Високий рівень

Середній рівень

Низький рівень

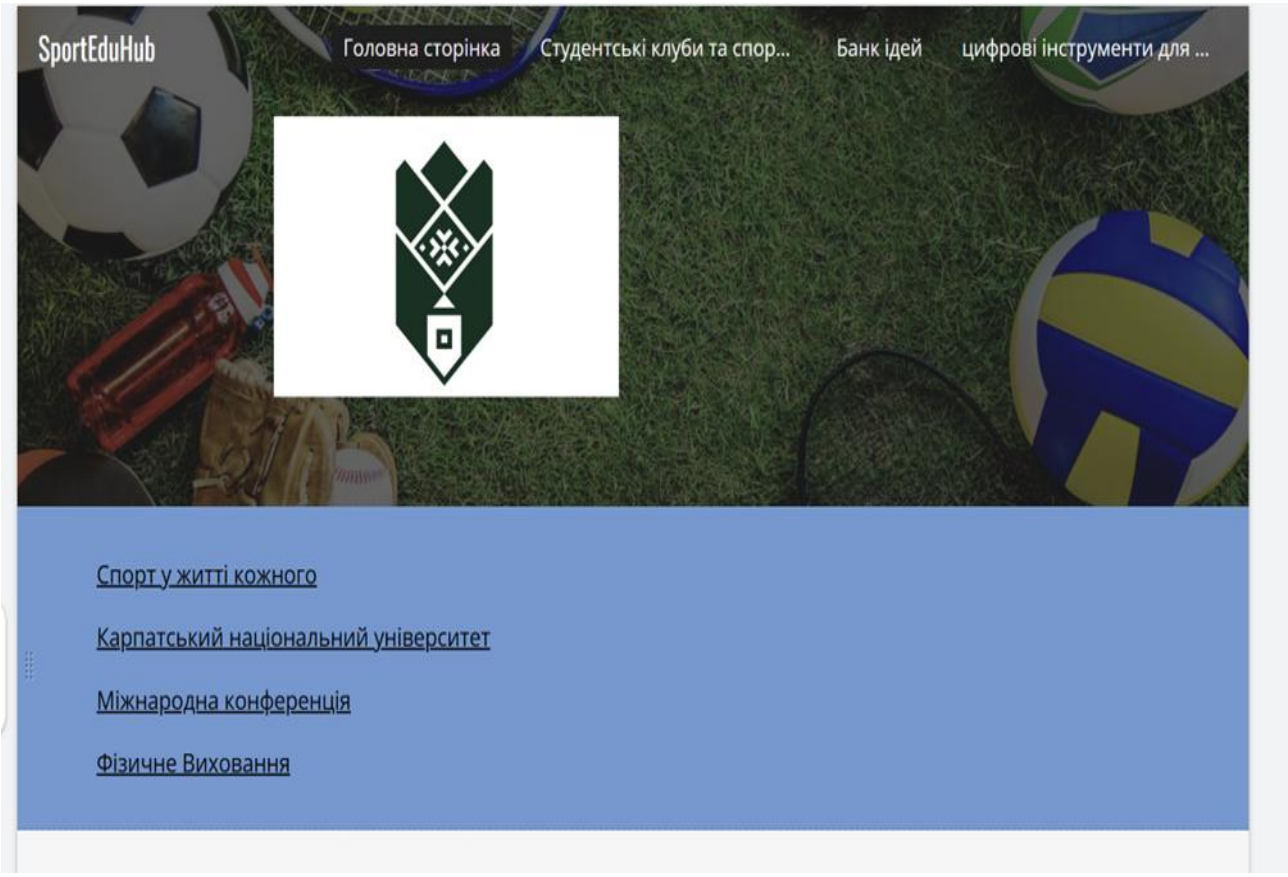
23. Які зміни Ви вважаєте першочерговими для удосконалення спортивно-оздоровчої роботи у ЗВО? (відкрите запитання)

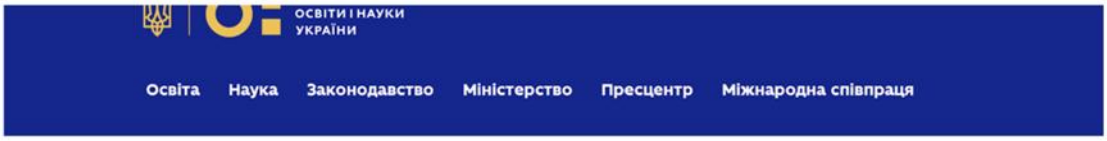
24. Які Ваші особисті очікування від занять фізичною культурою у ЗВО? (відкрите запитання)

Додаток К

Концепція вебсайту «SportEduHub»

https://sites.google.com/pnu.edu.ua/patriothub/%D0%B3%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%BD%D0%B0-%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%80%D1%96%D0%BD%D0%BA%D0%B0

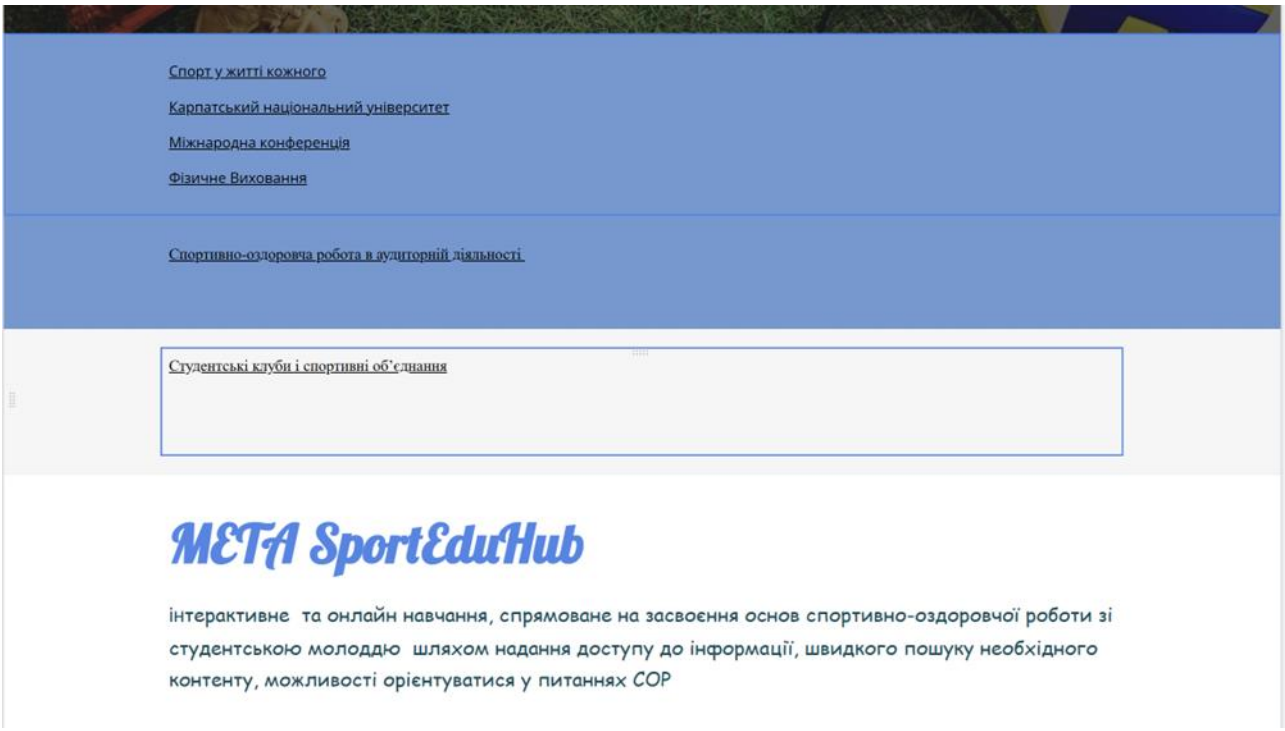




ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ

Міністерство освіти і науки УКРАЇНИ

https://sportmon.org/wp-content/uploads/2020/05/rekomendacziyi_studenty.pdf


Спорт у житті кожного
Карпатський національний університет
Міжнародна конференція
Фізичне Виховання
Спортивно-оздоровча робота в аудиторній діяльності
Студентські клуби і спортивні об'єднання
META SportEduHub
інтерактивне та онлайн навчання, спрямоване на засвоєння основ спортивно-оздоровчої роботи зі студентською молоддю шляхом надання доступу до інформації, швидкого пошуку необхідного контенту, можливості орієнтуватися у питаннях СОР

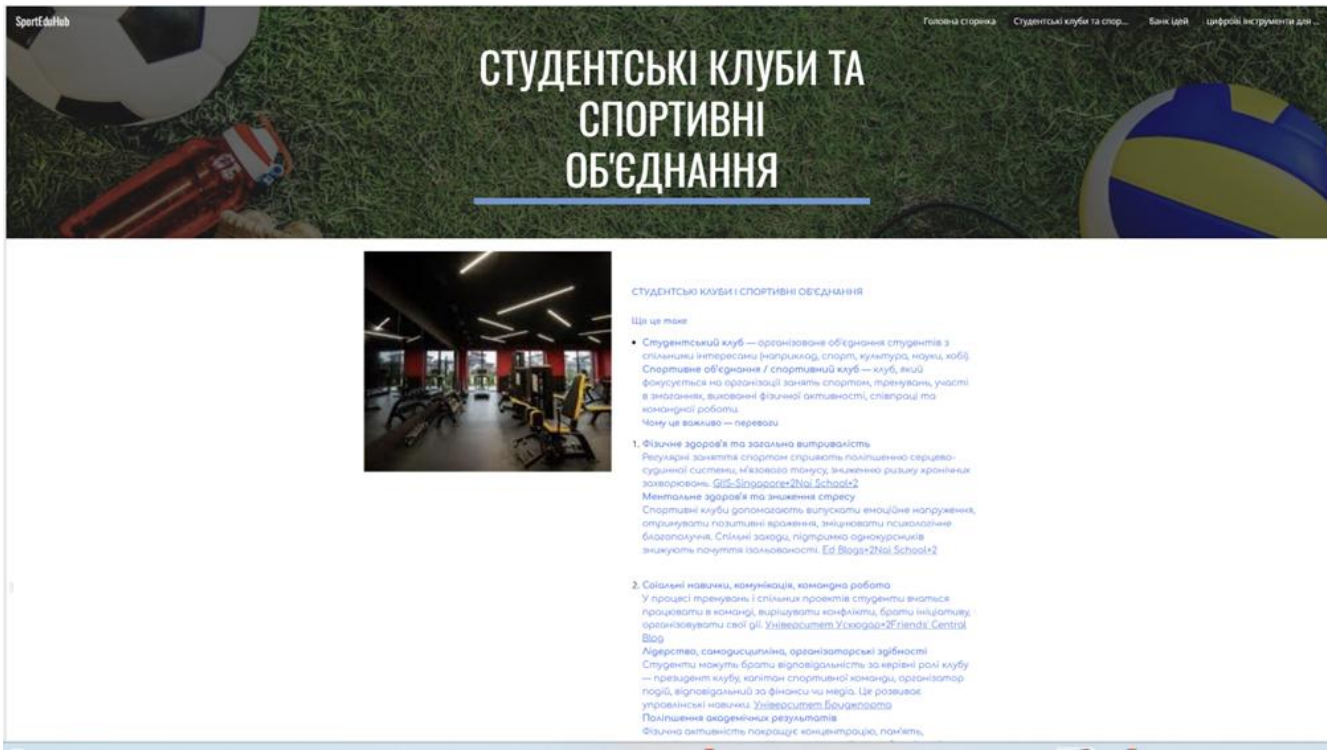

СПОРТ У ЖИТТІ КОЖНОГО
Натисніть, щоб редагувати текст
Спорт відіграє важливу роль у здоровому способі життя та здоров'ї. Регулярна фізична активність допомагає зберегти здоров'я серця та судин, зменшує ризик розвитку ожиріння, діабету та інших захворювань, сприяє зміцненню м'язів та кісток, знижує ризик депресії та стресу.
Спорт є важливим елементом здорового способу життя, який включає регулярну фізичну активність, збалансоване харчування та здоровий спосіб життя. Спорт може бути відмінним засобом для зменшення стресу та тривоги, поліпшення настрою та самопочуття, збільшення енергії та концентрації.
У додаток до фізичних вигод, спорт також може мати соціальні та психологічні переваги. Він може сприяти розвитку соціальних навичок та здатності до співпраці, підвищувати самодисципліну та цілеспрямованість, збільшувати віру в свої сили та самовизначення.
Також, спорт має важливу роль у профілактиці захворювань. Наприклад, регулярна фізична активність може знижувати ризик розвитку хвороб серця та судин, діабету, раку та інших захворювань.
Отже, спорт є важливим елементом здорового способу життя, який може підвищувати як фізичне, так і психічне здоров'я людини. Регулярна фізична активність та спорт повинні стати необхідною складовою нашого життя.
SportEduHub
Привіт!
Тут ти можеш стати не лише справжнім спортсменом, а дізнатися все про спортивно-оздоровчу роботу у ЗВО

META SportEduHub

інтерактивне та онлайн навчання, спрямоване на засвоєння основ спортивно-оздоровчої роботи зі студентською молоддю шляхом надання доступу до інформації, швидкого пошуку необхідного контенту, можливості орієнтуватися у питаннях СОР



Спорт відіграє важливу роль у здоровому способі життя та здоров'ї. Регулярна фізична активність допомагає зберегти здоров'я серця та судин, зменшує ризик розвитку ожиріння, діабету та інших захворювань, сприяє зміцненню м'язів та кісток, знижує ризик депресії та стресу.
Спорт є важливим елементом здорового способу життя, який включає регулярну фізичну активність, збалансоване харчування та здоровий спосіб життя. Спорт може бути відмінним засобом для зменшення стресу та тривоги, поліпшення настрою та самопочуття, збільшення енергії та концентрації.
У додаток до фізичних вигод, спорт також може мати соціальні та психологічні переваги. Він може сприяти розвитку соціальних навичок та здатності до співпраці, підвищувати самодисципліну та цілеспрямованість, збільшувати віру в свої сили та самовизначення.
Також, спорт має важливу роль у профілактиці захворювань.
Наприклад, регулярна фізична активність може знижувати ризик



SportEduHub

Головна сторінка | Студентські клуби та спор... | Банк ідей | цифрові інструменти для ..

БАНК ІДЕЙ ДЛЯ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧИХ ПРОЄКТІВ

ТУТ ВИ МОЖЕТЕ ЗАДАВАТИ ЗАПИТАННЯ, ЗНАХОДИТИ ВІДПОВІДІ, ТА ДІЛИТИСЯ ДОСВІДОМ!

Запитання?

ТЕХНІЧНА ПІДТРИМКА

Пропозиції та відгуки





ФІТНЕС-ЗАСТОСУНКИ

- MyFitnessPal, Nike Training Club, Adidas Running

- Функції: створення індивідуальних програм, відеоуроки, підрахунок калорій, інтеграція з фітнес-браслетами.
  👉 Допомагають систематизувати тренування та відстежувати прогрес.

ЦИФРОВІ ТРЕКЕРИ ЗДОРОВ'Я

- **Xiaomi Mi Band, Fitbit, Garmin, Apple Watch**
  Вимірюють: кількість кроків, пульс, сон, рівень стресу.
  👉 Дає змогу бачити статистику та отримувати рекомендації щодо активності.

ОНЛАЙН-ПЛАТФОРМИ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ

- **Yazio, Lifesum, Cronometer**
  Функції: персоналізовані плани харчування, підрахунок КБЖВ (калорій, білків, жирів, вуглеводів), харчовий щоденник.
  👉 Формують здорові харчові звички.

ОНЛАЙН-КОНСУЛЬТАЦІЇ ТА ТЕЛЕМЕДИЦИНА

- Helsi, Doctor Online, Healy

- Можливості: дистанційні консультації лікарів, психологів, дієтологів.
  👉 Зручність і доступність медичної допомоги будь-де.
  🎮 **Інтерактивні ігрові технології (Exergaming)**

Додаток Л

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНИКА

Факультет фізичного виховання і спорту

Кафедра теорії та методики фізичної культури і спорту

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА СПОРТИВНО-МАСОВОЇ РОБОТИ

Рівень вищої освіти – **другий (магістерський)**
Освітня програма **«Середня освіта (Фізична культура)»**
Предметна спеціальність **А4.11 Середня освіта (Фізична культура)**
Спеціальність **А4 Середня освіта (за предметними спеціальностями)**
Галузь знань **А Освіта**

Затверджено на засіданні кафедри
теорії та методики фізичної культури
Протокол № 11 від «15» травня 2025 р.

Івано-Франківськ – 2025

1. Загальна інформація	
Назва дисципліни	Теорія і методика спортивно-масової роботи
Викладач	***Соя Микола Михайлович –*** кандидат педагогічних наук, професор ***Божок Олександр Анатолійович –*** здобувач третього (освітньо-науково) рівня вищої освіти
Контактний телефон викладача	+380503730916
E-mail викладача	mykola.soia@pnu.edu.ua
Освітня програма	Середня освіта (Фізична культура)
Формат дисципліни	Очний/заочний
Обсяг дисципліни	3 кредити ЄКТС, 90 год.
Спеціальність	А4 Середня освіта (за предметними спеціальностями)
Посилання на сайт дистанційного навчання	https://www.d-learn.pnu.edu.ua
Консультації	Вт. 16.00 – 18.00

2. Анотація до навчальної дисципліни

Дисципліна «Методика спортивно-масової роботи» спрямована на формування у здобувачів вищої освіти систематизованих знань в області теорії і методики спортивно-масової роботи в закладах освіти, готовності до освоєння і реалізації методик навчання в різних сферах професійної діяльності.; алгоритм вивчення навчального матеріалу дисципліни «Теорія і методика спортивно-масової роботи», необхідне методичне забезпечення, складові та технологію оцінювання навчальних досягнень студентів. Навчальна програма розрахована на 90 годин, передбачено зарахування 3 кредитів

3. Мета та цілі навчальної дисципліни
Метою курсу є формування у здобувачів вищої освіти професійно орієнтованих знань, умінь і компетентностей, необхідних для науково обґрунтованої організації, планування, реалізації та оцінювання спортивно-масової діяльності у сфері фізичної культури і спорту. Засвоєння курсу передбачає розвиток здатності майбутніх фахівців здійснювати аналітичну, методичну й інноваційну діяльність, спрямовану на оптимізацію фізичного стану, зміцнення здоров'я та формування ціннісних орієнтацій на здоровий спосіб життя серед різних вікових і соціальних груп населення. Цілі дисципліни «Теорія і методика спортивно-масової роботи» полягає у набутті знань про: • історію розвитку спортивно-масової роботи з різними групами населення; • правові та організаційні засади спортивної та спортивно-оздоровчої діяльності різних груп населення; • зміст спортивної та спортивно-оздоровчої роботи з різним и віковими та соціальними верствами населення; • основи теорії адаптації і закономірності її використання в оздоровчій фізичній культурі; • основи управління, планування та контролю в сфері фізичної культури і спорту; • особливості методики проведення різних форм спортивної та спортивно-оздоровчої роботи з різними категоріями населення умінь: • реалізувати теоретичні основи фізичного виховання, принципи і методи для створення педагогічних умов формування мотивації до систематичних занять фізичними вправами різних вікових та соціальних верств населення; • використовувати новітні технології навчання фізичним вправам при організації спортивної та оздоровчої роботи з різним и групами населення; • основи методики складання індивідуальних спортивно-оздоровчих програм.
4. Програмні компетентності та результати навчання

Інтегральна компетентність – Здатність компетентно розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері освіти, зокрема, фізичної культури або у процесі навчання, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій і характеризується невизначеністю педагогічних умов та вимог організації освітнього процесу.

Загальні компетентності (ЗК):

ЗК 2. Уміння застосовувати знання в практичних ситуаціях, нести соціальну і етичну відповідальність за прийняті рішення, адаптуватися та діяти в нових ситуаціях.

ЗК 3. Здатність до комунікації в усній і письмовій формах для розв'язування задач професійної діяльності, в тому числі й іноземною мовою.

ЗК 6. Здатність приймати нестандартні рішення та вирішувати проблемні ситуації, генерувати нові ідеї (креативність).

ЗК 7. Здатність впливати на формування цілей команди, її соціально-психологічний клімат, мотивувати людей і рухатися до спільних цілей.

ЗК 8. Здатність самостійно набувати і використовувати в практичній діяльності нові знання

ЗК 9. Здатність спілкуватися з представниками інших професійних груп різного рівня (з експертами з інших галузей знань)

ЗК 11. Здатність до саморозвитку, самореалізації, використання творчого потенціалу, постійного підвищення особистого рівня кваліфікації

Спеціальні (фахові, предметні) компетентності (СК):

СК 2. Здатність застосовувати в педагогічній діяльності актуальні технології, організаційні форми, методи, прийоми і засоби навчання і виховання з метою підвищення якості освітнього процесу з фізичної культури

СК 3. Здатність здійснювати навчально-методичне забезпечення освітньої діяльності з урахуванням новітніх досягнень педагогічної науки і практики фізичної культури

СК 5. Здатність налагоджувати зв’язки з особами, залученими до педагогічного, рекреаційно-оздоровчого та організаційно-управлінського процесів, з метою підвищення його ефективності

СК 9. Здатність здійснювати проектування освітньої, рекреаційно-оздоровчої, науково-дослідницької, організаційно-управлінської та культурно-просвітницької діяльності

СК 10. Здатність розробляти програми і методичну документацію у сфері фізичної культури з врахуванням соціальних, морфо-функціональних, психологічних особливостей контингенту різного віку і статі, осіб з особливими потребами

СК 13. Здатність організувати роботу відповідно до вимог безпеки життєдіяльності й охорони праці

СК 17. Здатність направляти всі види своєї професійної діяльності на пропаганду здорового способу життя різних груп населення, на формування фізичної культури особистості, як комплексної, цілеспрямованої системи на основі міждисциплінарного підходу

СК 18. Здатність розробляти, реалізовувати і контролювати соціально значущі програми по залученню різних груп населення до активних занять фізичною культурою і пропаганди здорового способу, використовуючи новітні технології

Програмні результати навчання (ПР):

ПРН 4. Знати та розуміти принципи, сучасні методи, основні методичні прийоми, форми організації навчання фізичній культурі в закладах загальної середньої освіти (рівень старшої школи) та у закладах вищої освіти.

ПРН 5. Знати сутність та зміст сучасних технологій навчання у старшій і вищій школах, у тому числі дистанційної освіти.

ПРН 6. Розуміти застосування дидактичних інструментів та технологій навчання з метою формування та контролю результатів навчання і виховання, моніторингу і оцінювання фізичного стану учнівської та студентської молоді, інших груп населення

ПРН 11. Вміти розробляти індивідуальні оздоровчо-рекреаційні програми для різного контингенту осіб та аналізувати їх ефективність, вносити в них відповідні корективи

ПРН 12.Вміти надавати консультації з практичних питань організації здорового способу життя, розвитку фізичних якостей, вивчення та вдосконалення життєво важливих рухових навичок та навичок самоконтролю, загартування

ПРН 14. Вміти забезпечувати охорону життя і здоров'я учнівської та студентської молоді у навчально-виховному процесі та позашкільній діяльності

ПРН 20. Розуміти важливість навчання упродовж життя і вдосконалення своєї набутої під час навчання кваліфікації

4. Організація навчання курсу

Обсяг курсу 90 год.

Вид заняття	Загальна кількість годин
Лекції	12 год.
Семінарські заняття/практичні, лабораторні	18 год.
Самостійна робота	60 год.

Ознаки курсу

Семестр	Спеціальність	Курс (рік навчання)	Нормативний /вибірковий
-	А4.11 Середня освіта (Фізична культура)	1-2	Вибірковий

Тематика навчальної дисципліни

Тема	Кількість год.		
	Лекції	Семінарські заняття	Самостійна робота

Тема 1. Теоретичні основи та основні терміни і поняття спортивно-масової роботи. Історія розвитку спортивно-масової роботи	2	2	6
Тема 2. Форми організації оздоровчої та спортивно-масової роботи	2	2	6
Тема 3. Технологія організації спортивно-масової та оздоровчої роботи в системі освіти України	2	6	14
Тема 4. Технологія організації спортивно-масової та оздоровчої роботи на виробництві	2	2	14
Тема 5. Технологія спортивно-масової та оздоровчої роботи за місцем проживання	2	4	14
Тема 6. Спорт і рухова активність у зарубіжних країнах	2	2	6
ЗАГАЛОМ	**12**	**18**	**60**

5. Система оцінювання курсу

Види навчальної роботи	**Максимальна кількість балів**
Загальна система оцінювання навчальної дисципліни	Система оцінювання знань студентів з навчальної дисципліни включає поточний та семестровий контролі знань. Оцінювання відповідей студентів на семінарських заняттях відбувається за 100 бальною шкалою. Оцінювання відповідей студентів на практичних і семінарських заняттях відбувається за 100 бальною шкалою.

	Оцінювання відповідей студентів на практичних і семінарських заняттях відбувається за 100 бальною шкалою. По завершенні теоретичного навчання середнє арифметичне усіх отриманих оцінок у 100-бальній шкалі множиться на ваговий коефіцієнт 0,75, відповідно – максимальний бал за усі отриманні заняття у підсумку може скласти 75 балів. Оцінювання за додаткову роботу відбувається у 100-бальній шкалі, отримана оцінка сходиться на ваговий коефіцієнт 0,20. Підсумкова оцінка за вивчення дисципліни складається із математичної суми балів за роботу на парах (максимально – 75 балів), самостійну роботу (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,05, відповідно максимальний бал за самостійну роботу може скласти 5 балів) і додаткового бала (максимальний бал – 20 балів), що в сумі максимально може скласти 100 балів. При виставленні балів за модульний контроль оцінюються: рівень теоретичних знань та практичні навички з тем, включених до змістових модулів, самостійне опрацювання тем, написання рефератів, опрацювання завдань, підготовка конспектів навчальних текстів, тощо. Якщо студент не складав змістовий модуль з поважних причин, які підтверджені документально, то він має право на його складання з дозволу зав. кафедри (за заявою). Допуск до заліку становить мінімум 50 балів, максимум 100 балів;

Вимоги до письмових робіт	Розробка презентацій студентів денної форми навчання є: – огляд питань за темами та виступ на практичному занятті; – підготовка доповіді, презентації на практичне заняття. Розробка презентацій студентів заочної форми навчання є: – підготовка доповіді, презентації на практичне заняття. Критерії оцінювання письмової роботи студентів денної форми навчання: У презентації відображено глибоке розуміння та усвідомлення матеріалу, творчий підхід до поставлених задач. Під час аналізу-інтерпретації зроблені самостійні висновки, аргументація, висловлене власне ставлення до проблеми. Малюнки, звуки, фото, анімації – у кількості, виправданій змістом презентації. Робота виконана творчо і самостійно. Презентація характеризується оригінальністю 80–89 балів – Презентація має задовольняти всім критеріям нижчого рівня і одному або двом таким: відображає глибокий пошук при дослідженні та застосування навичок мислення високого рівня; показує явне поглиблення та розуміння теми; притягує увагу аудиторії 70–79 балів – Проект має чіткі цілі, відповідні темі. Включена інформація добута із різноманітних

	джерел. Проект корисний не тільки для студентів, які його створили 60–69 балів – Проект представляє інформацію, структуровану у формі опорного конспекту, зрозумілу для аудиторії. Зроблений акцент на важливих питаннях 50–59 балів – Проект сфокусований на темі, але не висвітлює її. Наявна певна організаційна структура, але вона не явна з показу. Можуть бути фактичні помилки чи незрозумілості, але вони не значні 25–49 балів – Проект здається випадковим, нашвидку зробленим, чи незакінченим. Наявні значні фактичні помилки, незрозумілості та нерозуміння теми
Умови допуску до підсумкового контролю	Допуск до заліку становить мінімум 50 балів, максимум 100 балів.
Підсумковий контроль	Залік. Оцінювання заліку студентів відбувається за 100 бальною шкалою. 90-100 балів – Студент має глибокі міцні і системні знання з усього теоретичного і практичного курсу, вільно володіє понятійним апаратом, знає основні проблеми навчальної дисципліни, її мету та завдання. Вміє застосовувати здобуті практичні та теоретичні знання в усіх видах професійної діяльності. Не допускає помилок під час виконання різних практичних завдань, чітко знає методику

	дослідження та визначення різних складових та тем навчальної дисципліни. 80-89 балів – Студент має міцні ґрунтовні знання, виконує теоретичну і практичну роботу без помилок, але може допустити незначні помилки при виконанні залікових завдань, та самостійному виконанні практичних завдань. 70-79 балів – Студент знає програмний матеріал повністю, має практичні навички щодо виконання практичних завдань, але не вміє самостійно і творчо мислити, не може вийти за межі теми. 60-69 балів – Студент знає основні теми курсу, але його знання мають загальний характер. Вміє дати узагальнюючу характеристику стосовно різних практичних завдань. Володіє знаннями і вміннями не в повному обсязі. 50-59 балів – Студент знає основні теми курсу, але його знання мають загальний характер. Має прогалини в теоретичному курсі та в практичних вміннях та навичках. 25–49 балів – з можливістю повторного складання. Студент має фрагментарні знання з усього курсу. Не володіє термінологією, оскільки понятійний апарат не сформований. Практичні вміння та навички сформовані на примітивному рівні. менше 25 балів – з обов’язковим повторним вивченням дисципліни. Студент повністю не знає

	програмного матеріалу, не працював в аудиторії з викладачем або самостійно.
6. Політика навчальної дисицпліни	
Письмові роботи	Оцінювання письмових робіт студентів регламентується «Порядком організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника« (наказ ректора від 19 травня 2023 р. № 309) – URL: https://efund.pnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/172/2023/09/poriadok-orhanizatsii-ta-provedennia-otsiniuvannia-uspishnosti-zdobuvachiv-vyshchoi-osvity.pdf
Академічна доброчесність	Очікується, що студенти будуть дотримуватися принципів академічної доброчесності, усвідомлюючи наслідки її порушення, що визначається Положенням про запобігання та виявлення плагіату та іншим порушенням академічної доброчесності у навчальній та науково-дослідній роботі здобувачів освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника https://efund.pnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/172/2024/02/34-05-polozhennia-pro-zapobihannia-akademichnomu-plahiatu.pdf

	Відвідування занять є важливою складовою навчання. Очікується, що всі студенти відвідують лекції і практичні зайняття курсу.
Пропуски занять (відпрацювання)	Можливість і порядок відпрацювання пропущених студентом занять регламентується «Порядком організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника« (наказ ректора від 19 травня 2023 р. № 309) URL: https://efund.pnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/172/2023/09/poriadok-orhanizatsii-ta-provedennia-otsiniuvannia-uspishnosti-zdobuvachiv-vyshchoi-osvity.pdf
Виконання завдань пізніше встановленого терміну	У разі виконання завдання студентом пізніше встановленого терміну, без попереднього узгодження ситуації з викладачем, оцінка за завдання - «незадовільно», відповідно до «Порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника» (наказ ректора від 19 травня 2023 р. № 309) URL: https://efund.pnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/172/2023/09/poriadok-

	orhanizatsii-ta-provedennia-otsiniuvannia-uspishnosti-zdobuvachiv-vyshchoi-osvity.pdf та до «Положення про порядок повторного вивчення навчальних дисциплін (кредитів ECTS) в умовах ECTS« (наказ ректора від 02 червня 2025 р. № 07). URL: https://efund.pnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/172/2023/09/polozhennia-pro-povtorne-vyvchennia-dystsyplin-kredytiv-ects-v-umovakh-ects.pdf
Неформальна освіта	Можливість зарахування результатів неформальної освіти регламентується «Положення про визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної освіти, в Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника» (наказ ректора від 24 листопада 2022 р. № 672). URL: https://efund.pnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/172/2023/05/02-07.33_2022-polozhennia-pro-vyznannia-rezultativ-navchannia-zdobutykh-shliakhom-neformalnoi-osvity-v-prykarpatskomu-natsionalnomu-universyteti-imeni-vasylia-stefanyka.pdf
Література	
1. Андрєєва О.В. Фізична рекреація різних груп населення: монографія. К.: ТОВ «НВП Поліграфсервіс», 2014. 280 с.	

2. Конспект лекцій з дисципліни «Теорія і технологія оздоровчорекреаційної рухової активності різних груп населення» для студентів спеціальності А7 «Фізична культура і спорт» денної форми навчання / уклад. А. О. Тіняков. Харків: НТУ «ХПІ», 2025. 99 с.

3. Лекційний курс з дисципліни «Організація і проведення спортивно-масових заходів»/ укладачі: Т.В.Кафтанова, Д.Р.Опанчук, Н.М.Цимбалюк – Житомир: Вид-во ЖДУ ім.І.Франка, 2024. 52 с

4. Організація та методика спортивно-масової та фізкультурно-оздоровчої роботи: навчально-методичний посібник / укл. А. В. Гакман. Чернівці: Чернівецький нац. ун-т, 2014. 216 с.

5. Пангелова Н.Є. Теоретико-методичні основи оздоровчої фізичної культури: навчальний посібник /Н.Є.Пангелова,Т.Ю.Круцевич, В.М.Данилко. ПереяславХмельницький: ФОП Домбровська Я.М., 2017. 505 с.

6. Робоча програма навчальної дисципліни «Теорія і методика спортивно-масової роботи» для студентів спеціальностей 014 Середня освіта (Фізична культура). Івано-Франківськ, 2021. 17 с.

7. Степанова І.В., Федоренко Є.О. Організаційно-методичні засади рекреаційно-оздоровчої активності різних груп населення : навчальний посібник. Дніпро: Інновація, 2016. 194 с.

8. Степанова І.В., Федоренко Є.О. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології: оздоровчий фітнес. Методичні рекомендації. Дніпропетровськ, ДДІФКіС, 2016. 46 с.

9. Теорія й методика фізичного виховання : навчальний посібник : у 2 частинах / С. О. Черненко Краматорськ : ДДМА, 2021. Частина 1. 215 с.

10. Теорія та методика фізичної рекреації : навч. посібник. / А. В. Гакман. Чернівці : Чернівец. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2021. 264 с.

11. Цибульська В. В., Безверхня Г.В. Організація та методика спортивно-масової роботи: навч. посібник / уклад.: В. В. Цибульська. Умань: ВПЦ «Візаві», 2014. 220 с.

12. Шинкарьова О. Д., Шинкарьова Н. Г. Організація дозвіллєво-рекреаційної діяльності. Навчально-методичний посібник для здобувачів вищої освіти

спеціальності А7 «Фізична культура і спорт». Полтава: Видавництво ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка», 2025. 146 с.

Додаткова

13. Божок О. Диференційований підхід в організації спортивно-оздоровчої роботи з учнівською молоддю. *Проблеми освіти.* 2024. Вип. 2(101). С. 244–255.

14. Божок О. А. Принципи організації спортивно-оздоровчої роботи з учнівською молоддю. *Прикладне значення фізичної та військової підготовки у майбутній професії:* збірник матеріалів ІІІ Міжнародної науково-практичної конференції/ За заг. ред. Є. В. Баженкова (м.Київ, 16–17 травня 2024 р.). К., 2024. С. 38–41.

15. Божок О., Коломоєць Г. Мотиваційні засади спортивно-оздоровчої роботи з учнівською молоддю в сучасній Україні. *Доступність і неперервність освіти впродовж життя: зарубіжний досвід та національна практика:* збірник матеріалів науково-практичної конференції з міжнародною участю. (м.Івано-Франківськ, 17 травня 2022). Івано-Франківськ, 2022. С. 90–93.

16. Божок О. Особливості організації спортивно-оздоровчих заходів для учнівської молоді. *Імперативи розвитку Нової української школи*: сучасні реалії: матеріали ІІ Всеукраїнської науково-практичної очно-дистанційної конференції (м.Київ, 3 липня 2024 р.). Київ. 2024. С. 13–15.

17. Божок О. Періодизація розвитку спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України (90-ті рр. ХХ – перша чверть ХХІ ст.). *Перспективи та інновації науки*. 2025. № 9 (55). С. 193–203.

18. Божок О. Структурні компоненти спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України (кін. ХХ – поч. ХХІ ст.). *Вісник аграрної історії.* 2025. № 51–52. С. 205–212.

19. Божок О. Цільовий та змістовий компонент спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України (1991–2004 рр.). *Наукові інновації та передові технологі*ї. 2025. №9 (49). С. 1677–1689.

20. Божок О. Цільові та змістові аспекти спортивно-оздоровчої діяльності в закладах вищої освіти України. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. Луцьк, 2025. No 1(69). С. 11–19.

21. Божок О., Курилюк С. Сучасні інноваційні підходи до організації спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України. Проблеми освіти. 2025. № 1 (102). С. 340–354.

22. Божок О.А. До проблеми організації спортивно-масових заходів зі здобувачами вищої освіти в Україні (90-Х рр. ХХ ст.–початок ХХІ ст.). *Соціономічні студії* : збірник наукових праць молодих науковців. Полтава, 2024. Вип. 1. С. 5–12.

23. Божок С. Нормативно-правові аспекти спортивно-оздоровчої діяльності у закладах вищої освіти України. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова.* 2025. Вип. 8(195). С. 16–20.

24. Божок О. Формування культури здорового способу життя у студентської молоді засобами спортивно-оздоровчої роботи. *Шляхи удосконалення професійних компетентностей фахівців в умовах сьогодення*: матеріали IV Міжнар. наук.-практ. конференції (м. Київ, 13 травня 2025 р.). К., 2025. С. 295–298.

25. Дудчак М.В. Спорт для всіх у світовому контексті. К.: Олімпійська література, 2017. 112 с.

26. Мічуда Ю.П. Сфера фізичної культури і спорту в умовах ринку. К.:Олімпійська література, 2017. 118 с.

27. Сергієнко В.М., Полтавцева Т.І. Технології організації спортивномасової і фізкультурно-оздоровчої роботи: Навчальний посібник для студентів спеціальності Фізична культура. 2-е вид., перероб. І доп. Суми: СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2018. 164 с.

28. Ціпов'яз А.Т., Бондаренко В.В. Організація і управління фізичною культурою і спортом: навч. посіб. Кременчук: КПК, 2019. 128 с.

29. Щекотіліна Н. Ф. Інклюзія в фізичній культурі : навчальний посібник. Одеса : Університет. Ушинського, 2023. 202 с.

[237].

Додаток М

Довідки про впровадження результатів дисертаційного дослідження

Додаток М1

Карпатський національний університет імені Василя Стефаника

Міністерство освіти і науки України
КАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНИКА

вул. Шевченка, 57, м. Івано-Франківськ, Україна, 76018; код згідно з ЄДРПОУ 02125266
тел. (+380-342) 75-23-51; факс (+380-342) 53-15-74; e-mail office@cnu.edu.ua; сайт https://cnu.edu.ua

13.10.2025 № 03-09-29/19 На № _____ від _____

ДОВІДКА

про впровадження результатів дисертаційного дослідження

Божка Олександра Анатолійовича

з теми «Становлення і розвиток спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України (90-і рр. XX – перша чверть XXI ст.)» на здобуття наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 011 «Освітні, педагогічні науки»

Науково-теоретичні та практичні нововведення проведеного О.Божком дослідження були впроваджені в освітній процес Карпатського національного університету імені Василя Стефаника.

У роботі О.Божка здійснено цілісний ретроспективний аналіз становлення та розвитку спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України в кінці XX – першій чверті XXI ст.; розроблено періодизацію розвитку спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України; виявлено та проаналізовано ключові чинники впливу на динаміку розвитку спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України; досліджено організаційно-педагогічні засади спортивно-оздоровчої діяльності зі здобувачами вищої освіти у хронологічних межах дослідження; визначено перспективи підвищення ефективності спортивно-оздоровчої роботи в сучасних закладах вищої освіти України з урахуванням інноваційних підходів та європейських освітніх практик; розроблено інноваційну концептуальну модель-рамку спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти.

У освітньому процесі університету знайшов своє призначення розроблений дисертантом та рекомендований до практичного використання елективний курс «Теорія і методика спортивно-масової роботи», а також розроблений сайт-блог «SportEduHub» для забезпечення доступу до науково-методичних матеріалів, нормативно-правової бази, рекомендацій щодо проведення спортивно-оздоровчих заходів та впровадження інноваційних технологій у сфері фізичного виховання, а також

Довідка про впровадження результатів дисертаційного дослідження О.Божка «Становлення і розвиток спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України (90-і рр. XX – перша чверть XXI ст.)» обговорена та затверджена на засіданні кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту Карпатського національного університету імені Василя Стефаника (протокол № 11 від 15 травня 2025 р.).

Проректор

з науково-педагогічної роботи Сергій ШАРИН

Завідувач кафедри теорії

та методики фізичної культури і спорту Ірина ІВАНИШИН

Додаток М.2

Київський національний університет будівництва і архітектури

МОН
КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
БУДІВНИЦТВА І АРХІТЕКТУРИ

просп. Повітряних Сил, 31,
м. Київ, 03037
тел.: +38 (044) 241-55-80,
e-mail: knuba@knuba.edu.ua,
web: knuba.edu.ua
ЄДРПОУ 02070909

КНУБА

ДОВІДКА

про впровадження результатів дисертаційного дослідження
«Становлення і розвиток спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України (90-і рр. XX – перша чверть XXI ст.)»
Божка Олександра Анатолійовича
на здобуття наукового ступеня доктора філософії
за спеціальністю 011 «Освітні, педагогічні науки»
в галузі знань 01 «Освіта /Педагогіка»

Основні положення та результати дослідження О. Божка «Становлення і розвиток спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України (90-і рр. XX – перша чверть XXI ст.)» апробовані та впроваджені в освітній процес Київського національного університету будівництва і архітектури.

Обґрунтовані О. Божком теоретичні та практичні положення сприяли розробці елективного курсу «Теорія і методика спортивно-масової роботи» (3 кредити ЄКТС (90 год.): лекції – 18 годин, практичні заняття – 12 годин, самостійна роботи – 60 годин) для студентів 2 курсу другого (магістерського) рівня вищої освіти спеціальності А1 Освітні науки та А4 Середня освіта (за предметними спеціальностями) з предметною спеціальністю А4.11 Середня освіта (Фізична культура).

В освітній процес університету впроваджено розроблений дисертантом сайт-блог «SportEduHub», що функціонує як інтерактивна онлайн-платформа призначена для забезпечення відкритого доступу здобувачів освіти та викладачів до науково-методичних матеріалів, актуальної нормативно-правової бази, рекомендацій щодо організації та проведення спортивно-оздоровчих заходів, а також інноваційних технологій фізичного виховання.

Пізнавальними та змістовними є наукові праці О. Божка, у яких відображено зміст дослідження. Вони є цитованими у дисертаціях аспірантів, а також різних кваліфікаційних роботах здобувачів вищої освіти університету.

№269/07/25 від 23.09.2025

Апробація розроблених матеріалів О. Божка підтверджує їхню наукову значущість в доцільність уведення в освітню діяльність закладів вищої освіти.

Довідка про впровадження результатів дисертаційного дослідження О. Божка «Становлення і розвиток спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України (90-і рр. XX – перша чверть XXI ст.)» обговорена та затверджена на засіданні кафедри фізичного виховання і спорту Київського національного університету будівництва і архітектури (протокол № 2 від 19.09.2025)

Ректор
Доктор юридичних наук, старший дослідник **Олексій ДНІПРОВ**

Завідувач кафедри фізичного виховання і спорту
Доктор психологічних наук, професор **Олександр ШАМИЧ**

Додаток М.3

Національний університет «Чернігівський колегіум імені Т.Г. Шевченка»

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
«Чернігівський колегіум» імені Т.Г.Шевченка

вул. Гетьмана Полуботка, 53, м. Чернігів, 14013, Тел. 3-36-10
E-mail chnpu @ chnpu.edu.ua Код ЄДРПОУ 02125674

23.09.2025 № 17 На № _____ від _____

ДОВІДКА
про впровадження результатів дисертаційного дослідження
Божка Олександра Анатолійовича
з теми «Становлення і розвиток спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України (90-і рр. XX – перша чверть XXI ст.)»
на здобуття наукового ступеня доктора філософії
за спеціальністю 011 «Освітні, педагогічні науки»

Результати дисертаційної роботи О.Божка «Становлення і розвиток спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України (90-і рр. XX – перша чверть XXI ст.)» впроваджувалися в освітній процес Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г.Шевченка.

Практичне значення одержаних результатів полягає:

- у створенні та впровадженні сайт-блогу «SportEduHub», який функціонує як інтегрована науково-освітня платформа, забезпечуючи відкритий доступ здобувачів вищої освіти й науково-педагогічних працівників до систематизованих науково-методичних матеріалів, актуальної нормативно-правової бази, рекомендацій щодо організації та проведення спортивно-оздоровчих заходів, а також сучасних інноваційних технологій фізичного виховання;

- у проєктуванні та впровадженні елективного курсу «Теорія і методика спортивно-масової роботи». Курс розрахований на 3 кредити (90 год., з них 18 год. лекцій, 12 год. практичних занять, 60 год. самостійної роботи). У його змісті передбачено різні форми проведення лекційних занять – традиційні (вступна, інформаційна, підсумкова) і нетрадиційні (бінарна лекція, лекція-вебінар, лекція-візуалізація, інформаційна з елементами порівняльного аналізу та проблемного викладу), а також семінарських занять – традиційні (семінар-бесіда, семінар-конференція, семінар-дискусія) та нетрадиційні (квест, мінідослідження, проєктне заняття, ділова гра, практичне моделювання). Усі ці форми комплексно реалізують змістовий і методичний складники підготовки майбутніх фахівців до організації спортивно-масової та оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України.

Довідку про впровадження результатів дисертаційного дослідження О.Божка «Становлення і розвиток спортивно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти України (90-і рр. XX – перша чверть XXI ст.)» обговорено та затверджено на засіданні кафедри Фізичного виховання та хореографії Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка (протокол № 2 від 19 вересня 2023 р.)

Проректор з наукової роботи Носовець Н.М

Завідувач кафедри Жлобо Т.М.