



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

**РЕАЛІЗАЦІЯ ЦІЛЕЙ СТАЛОГО РОЗВИТКУ В ОСВІТНІХ
ПРОГРАМАХ УКРАЇНСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО
УНІВЕРСИТЕТУ ЗАЛІЗНИЧНОГО ТРАНСПОРТУ:
ВІД КОНЦЕПЦІЇ ДО ПРАКТИКИ**

**ТЕЗИ НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
УНІВЕРСИТЕТУ**

(26–27 листопада 2025 року)

Харків 2025

Редакційна колегія:

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

Семенцова О. В., Дудін О. А.,

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

СЕКЦІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ

*Канд. наук із фізичного виховання і спорту,
доцент, завідувач кафедри фізичного
виховання та спорту*

Т. В. Шепеленко

Український державний університет залізничного транспорту (м. Харків)

СТІЙКЕ ФОРМУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ НА ОСНОВІ ПЕДАГОГІЧНИХ ТЕХНОЛОГІЙ

Сьогодення вимагає формування системи освіти, яка спрямована на вихід у світовий освітній простір. Одночасно з цим процесом відбуваються зміни щодо теорії та практики педагогічного процесу, а саме здатність працювати з новою інформацією, пошук нових креативних рішень, підвищення значення науки у формуванні педагогічних технологій.

На думку автора, основними напрямками удосконалення сучасних педагогічних технологій у фізичному вихованні здобувачів вищої освіти в непрофільних закладах вищої освіти є:

- перехід до процесу розумового розвитку – використання того, чого навчилися в житті, побуті і праці;
- перехід від зовнішньої мотивації здобувача вищої освіти до внутрішньої моральної волі;
- перехід до наукових розробок і практичного обґрунтування нових ідей і технологій.

Основна причина низької фізичної активності здобувачів вищої освіти – відсутність стійкої мотивації. Тому однією з важливих умов навчальної діяльності є створення в особистості усвідомлених стійких мотивів. Заняття з фізичного виховання стануть важливими, якщо вони будуть пов'язані з можливістю самопізнання в майбутній професійній діяльності та побуті через усвідомлення впливу фізичних вправ на людський організм із точки зору фізіології, валеології та ін. [1]. Мотивація до фізичної активності має такі

складові: *внутрішні мотиви*, що пов'язані із задоволеністю процесом діяльності (новизна, емоційність, динамізм та ін.); *мотиви, що пов'язані з майбутнім* (зміцнення здоров'я, розвиток фізичних якостей, будова тіла та ін.); *зовнішні позитивні мотиви* за результатами діяльності (знання, навички, фізична рекреація та ін.).

Найважливішим мотивом вирішення завдань фізичного виховання є зміцнення та формування здоров'я, задоволення потреб у діях. Тому якість надбання додаткових знань, навичок і компетенцій необхідно постійно підвищувати. Мотивація особистості залежить як від цінностей інших, так і власної гідності. Існує щільний зв'язок між активністю і вирішенням власних проблем зі здоров'ям, усвідомленням відповідальності за власне благополуччя і володінням знань у сфері фізичної культури [2]. Це ще раз доводить необхідність ретельної теоретичної підготовки здобувачів вищої освіти. Перевірка рівня здоров'я, фізичної та теоретичної підготовленості учасників навчального процесу може бути використана для формування об'єктивної самооцінки, а також вказувати на те, що вони не належно оцінили свій рівень здоров'я та мають недостатній рівень знань. Мотивація може бути ефективно спрямована шляхом настанов щодо навчальної діяльності, аналізу та обговорення умов досягнення конкретної мети. Такий підхід дає змогу розвивати у здобувачів вищої освіти креативне мислення і активно залучати їх до навчального процесу. Використання змагальної діяльності дає змогу підвищити активність в оволодінні та розвитку моторики, умінь і фізичних якостей, що сприяє фізичному удосконаленню. Мотивація стимулює активність. Систематична фізкультурна діяльність стає звичкою, а потім перетворюється на необхідність. Самостійна робота сприяє розширенню знань у сфері фізичної культури і спорту, зміцнює навички використання інформації (теоретичної і практичної), дає змогу здійснювати творчі процеси, задовольняє рухові потреби.

Після закінчення навчання та під час трудової діяльності фізичне виховання має стати для особистості аматорством. Отже, здобувачі вищої

освіти мають набувати необхідні знання і навички у сфері фізичної культури і спорту, щоб вміти самостійно використовувати оздоровчі засоби і методи, підвищувати працездатність не тільки самих себе, але і тих, хто поруч.

1. Цигура Г. О. Методичні аспекти викладання вибіркового курсу «Сталий розвиток у фізичному вихованні і спорті». *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2024. № 92. С. 214–219.

2. Шепеленко Т. В., Лучко О. Р., Довженко С. С. Концепція сталого розвитку молоді та сучасна оцінка фізичної підготовленості здобувачів вищої освіти : навч. посіб. Харків: УкрДУЗТ, 2024. 144 с.

Викладач кафедри фізичного виховання та спорту Ю. В. Ржавська

Український державний університет залізничного транспорту (м. Харків)

ТРАНСФОРМАЦІЯ ТА МОДЕРНІЗАЦІЯ ІСНУЮЧИХ ПРАКТИК ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ З УРАХУВАННЯМ СУЧАСНИХ ПЕРЕВАГ МОЛОДІ

Освітня галузь формує майбутнє України, а саме конкурентоспроможного, креативного, компетентного, соціально зрілого, екологічно свідомого, морально стійкого, відповідального фахівця, який здатний орієнтуватися і успішно діяти в умовах ринкової економіки. Принципи сталого розвитку мають бути включені до всіх освітніх програм як елемент постійного і неперервного навчання і виховання, тобто мають формувати особливий освітній простір – освіту в інтересах сталого розвитку [1].

В умовах сьогодення однією з актуальних проблем залишається недостатня рухова активність молоді. Відсутність необхідної фізичної активності призводить до зниження якості життя. Під час розгляду проблематики організації та підвищення ефективності оздоровчої фізичної культури серед студентської молоді стає питання збереження людського життя і забезпечення його якості. Також не слід виключати і виховний потенціал занять фізичною культурою і спортом. Вирішення виховних завдань сьогодні як ніколи актуально і є пріоритетом національної освітньої політики. Під час