

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2026.01\(200\).07](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2026.01(200).07)
УДК 796.011.3:373.3/.5

Булгаков О.І.
ORCID 0000-0001-8800-2067
кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
доцент кафедри фізичного виховання та спорту
державний університет «Житомирська політехніка»
Мичка І.В.
ORCID 0000-0001-9984-3451
кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри фізичного виховання та спорту
державний університет «Житомирська політехніка»
Грибук В.О.
ORCID 0009-0008-4477-3706
Аспірант
Житомирський державний університет імені Івана Франка

СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ РЕАЛІЗАЦІЇ ПОЗАКЛАСНОЇ РОБОТИ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ШКОЛАХ

Стаття присвячена аналізу сучасних проблем реалізації позакласної роботи з фізичної культури в закладах загальної середньої освіти України в умовах реформи «Нова українська школа» (НУШ) та впровадження компетентнісного підходу. Актуальність теми зумовлена необхідністю формування в учнів ключових компетентностей, зокрема здоров'язберезувальної, через інтеграцію урочних і позаурочних форм діяльності. Автор розглядає особливості модельної навчальної програми з фізичної культури, побудовану на модульному принципі, що дозволяє індивідуалізацію навчання, але стикається з проблемами: низькою мотивацією учнів, недостатньою підготовкою вчителів, відсутністю комплексного підходу та матеріально-технічного забезпечення. Підкреслюється важлива роль позакласних форм (гуртки, секції, змагання, зокрема проєкт «Пліч-о-пліч – всеукраїнські шкільні ліги») у підвищенні мотивації, розвитку soft skills та формуванні стійкої потреби в руховій активності. Обґрунтовано, що позакласна робота є ключовим ресурсом для ефективної реалізації ідей НУШ у галузі фізичної культури.

Ключові слова: позакласна робота, фізичне виховання, «Нова українська школа», компетентності.

Bulhakov Oleksii, Mychka Ivan, Hrybuk Vasyl. Contemporary issues in implementing extracurricular physical education activities in general secondary schools. The article examines contemporary issues in implementing extracurricular physical education activities in general secondary schools in Ukraine, particularly in the context of the "New Ukrainian School" (NUS) reform and the introduction of a competency-based approach. The relevance of the topic stems from the need to develop key competencies in students, particularly health-preserving ones, through the integration of curricular and extracurricular forms of activity. The author examines the features of the model physical education curriculum, structured on a modular principle, which enables individualized learning but faces challenges such as low student motivation, insufficient teacher training, lack of a comprehensive approach, and inadequate material and technical support. Particular emphasis is placed on the crucial role of extracurricular forms (sports clubs, sections, electives, competitions, including the "Plich-o-Plich and All-Ukrainian School Leagues" project) in enhancing motivation, developing soft skills, and fostering a sustained need for physical activity. It is substantiated that extracurricular activities serve as a vital resource for effectively implementing NUS ideas in the field of physical education, especially in the context of national requirements for physical preparedness amid martial law conditions. The study highlights the necessity of rethinking traditional approaches to physical education, shifting focus from mere development of physical qualities to forming life competencies, emotional intelligence, critical thinking, and responsible health choices.

Keywords: extracurricular activities, physical education, "New Ukrainian School", competencies.

Постановка проблеми. Сучасні процеси інновацій та інтеграції, що тривають у шкільній освіті, зумовлюють реформи та оновлення освітніх систем, саме від якості їхньої побудови залежить не лише освітній рівень молоді, а й економічний прогрес країни.

Ключові положення сучасних освітніх перетворень відображені у серії інновацій, найважливішими з яких є концепція «Нова українська школа» та нові освітні стандарти, в яких окреслено основні галузі освіти, спрямовані на розвиток ключових компетентностей школярів. Як свідчить аналіз сучасних нормативно-правових документів [4, 5], в основі механізму формування ключових компетентностей в учнів загальноосвітніх шкіл лежить розвиток у них здатності ефективно застосовувати знання, уміння, навички та цінності як у процесі навчання, так і в реальному житті. Очевидно, що розв'язання цих завдань є комплексним і багатограним, а сам процес має передбачати розроблення та впровадження системи організаційно-педагогічних заходів, реалізація яких здійснюється не лише в межах викладання навчальних предметів, а й в інших формах освітньої діяльності [3; 4; 7].

Серед різноманіття форм організації освітнього процесу в школі однією з ключових у реалізації концепції Нової української школи та положень Державного стандарту базової та повної загальної середньої освіти є позаурочні форми роботи, які є складовою освітнього процесу та спрямовані на розвиток і вдосконалення здібностей учнів.

Особливо актуальними позаурочні форми є у процесі формування компетентності, пов'язаної зі здатністю свідомо обирати здоровий спосіб життя. Передусім це зумовлено багатокomпонентною структурою сучасної модельної навчальної програми з фізичної культури [5; 7], яка передбачає можливість вибору учнями модулів із різних видів рухової діяльності (ігрові види спорту, складнокоординаційні та легкоатлетичні вправи, елементи бойових мистецтв, танцювальні напрями тощо). Зміст програми поєднує використання традиційних форм рухової активності з інноваційними підходами. Організація такого освітнього процесу потребує від учителя не лише професійної підготовки, гнучкості та здатності адаптувати навчання до індивідуальних потреб учнів, а й створення належних організаційно-педагогічних умов і достатньої кількості навчальних годин для ефективної реалізації завдань навчальної програми.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблематика реалізації позакласної роботи з фізичної культури в умовах упровадження реформи «Нова українська школа» широко представлена в сучасних наукових дослідженнях вітчизняних учених [1; 6; 8]. У працях українських дослідників [2; 4; 9] акцентується увага на необхідності переорієнтації традиційної системи фізичного виховання на компетентнісний підхід, формування здоров'язбережувальної компетентності та мотивації учнів до систематичних занять фізичною культурою.

Низка наукових публікацій останніх років присвячена аналізу змісту модельних навчальних програм з фізичної культури та особливостям їх реалізації в умовах Нової української школи [2; 9]. Автори наголошують, що модульний принцип побудови програми створює передумови для індивідуалізації навчання, однак потребує відповідної методичної підготовки педагогів і належного матеріально-технічного забезпечення.

У дослідженнях, присвячених мотиваційній сфері школярів [1; 8; 11], встановлено зниження інтересу учнів до традиційних форм уроків фізичної культури та доведено ефективність використання сучасних видів рухової активності й позаурочних форм роботи для підвищення залученості дітей до занять фізичними вправами.

Окремий напрям наукових публікацій стосується ролі позакласної та позашкільної діяльності у формуванні ключових компетентностей учнів [7; 10]. Автори підкреслюють, що саме позаурочна діяльність створює сприятливі умови для розвитку соціальних, комунікативних і громадянських компетентностей, а також формування відповідального ставлення до власного здоров'я.

Разом із тим аналіз наукових джерел свідчить, що питання організації та реалізації позакласної роботи з фізичної культури в закладах загальної середньої освіти в умовах упровадження модельних програм і компетентнісного підходу залишаються недостатньо систематизованими, що зумовлює актуальність подальших досліджень у цьому напрямі.

Метою статті є аналіз сучасних проблем реалізації позакласної роботи з фізичної культури в закладах загальної середньої освіти в умовах упровадження реформи «Нова українська школа» та обґрунтування ролі позакласних форм діяльності у формуванні здоров'язбережувальних і життєвих компетентностей учнів.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення науково-методичної літератури.

Виклад основного матеріалу. Інтеграційні процеси, що відбуваються в системі шкільного фізичного виховання під впливом реформи «Нова українська школа» (НУШ) та основних положень Державного стандарту базової середньої освіти, зумовили суттєву зміну акцентів в організації освітнього процесу. Сучасна освітня парадигма орієнтована не стільки на засвоєння учнями окремих знань і рухових умінь, скільки на формування життєвих компетентностей, розвиток емоційного інтелекту, критичного мислення, ініціативності, відповідальності та здатності до свідомого вибору здорового способу життя.

Початок реформування загальної середньої освіти супроводжувався трансформацією підходів до оцінювання навчальних досягнень учнів, активною цифровізацією освітнього середовища, упровадженням онлайн-ресурсів, інтерактивних платформ, а також посиленням ролі медіаграмотності як одного з базових компонентів сучасної освіти. Усі ці зміни безпосередньо вплинули й на освітню галузь «Фізична культура», яка на сучасному етапі розвитку освіти розглядається як важливий інструмент формування ключових компетентностей учнів.

Запровадження компетентнісного підходу, що є концептуальною основою реформи НУШ, передбачає формування в учнів здатності застосовувати набуті знання, уміння й навички у практичній діяльності, зокрема у сфері збереження та зміцнення власного здоров'я. У цьому контексті особливого значення набуває ключова компетентність, пов'язана зі здатністю робити вибір на користь здорового способу життя. В умовах військового стану, загальної мобілізації населення України та посилення вимог до фізичної підготовленості громадян формування цієї компетентності у підростаючого покоління набуває загальнонаціонального значення. Майбутній захисник держави має бути фізично підготовленим, витривалим, психологічно стійким і вмотивованим до систематичної рухової активності.

Аналіз основних положень Державного стандарту базової і повної загальної середньої освіти свідчить про те, що ключові компетентності мають наскрізний характер і повинні формуватися не лише в межах урочної діяльності, а й у процесі позакласної та позашкільної роботи з учнями. Саме тому позакласні форми організації освітнього процесу розглядаються як важливий ресурс реалізації ідей Нової української школи, зокрема в освітній галузі «Фізична культура».

Сучасна модельна навчальна програма «Фізична культура» передбачає модульний принцип побудови змісту, що дає змогу враховувати інтереси та потреби учнів, пропонуючи широкий спектр видів рухової діяльності:

ігрові види спорту, легкоатлетичні та складнокоординаційні вправи, елементи бойових мистецтв, танцювальні напрями, фітнес-програми тощо. Водночас реалізація завдань цієї програми на практиці супроводжується низкою проблем, які мають як об'єктивний, так і суб'єктивний характер.

Однією з найбільш поширених проблем є низький рівень мотивації учнів до занять фізичною культурою. Обмежений інтерес до традиційних форм уроків, недостатня інтеграція сучасних видів рухової активності (зумба, йога, кросфіт, паркур тощо), а також вплив гаджетів і поширення сидячого способу життя негативно позначаються на рівні залученості школярів до систематичних занять фізичними вправами. У таких умовах урок фізичної культури не завжди сприймається учнями як ціннісно значуща складова освітнього процесу.

Не менш актуальною є проблема недостатньої підготовки вчителів фізичної культури до реалізації нової модельної програми. Відсутність систематичних курсів підвищення кваліфікації, спрямованих саме на опанування змісту та методики впровадження модульного підходу, ускладнює практичну діяльність педагогів. Учителю змушений працювати з кількома різними видами спорту та рухової активності, не завжди маючи належний рівень фахової підготовки. Крім того, зберігається традиційний підхід до організації занять, орієнтований переважно на розвиток фізичних якостей, а не на формування компетентностей і «м'яких навичок» (soft skills).

Аналіз наукових досліджень свідчить, що однією з ключових проблем шкільного фізичного виховання є відсутність комплексного підходу до реалізації завдань, визначених у Державному стандарті та концепції НУШ. Застарілі форми й методи організації занять, недостатня інтеграція урочної та позакласної діяльності, обмежені можливості для індивідуалізації навчання знижують ефективність процесу формування здоров'язбережувальної компетентності учнів.

У цьому контексті особливого значення набувають позакласні форми роботи з фізичної культури, які дозволяють розширити часові та змістові межі освітнього процесу, створити умови для добровільної участі учнів у руховій діяльності, підвищити рівень мотивації та сформувати стійку потребу в систематичних заняттях фізичними вправами. До таких форм належать спортивні гуртки, секції, факультативи, шкільні клуби, участь у змаганнях, спортивно-масових та фізкультурно-оздоровчих заходах.

Яскравим прикладом ефективної реалізації позакласної діяльності є Всеукраїнські змагання «Пліч-о-пліч – всеукраїнські шкільні ліги», які вперше були проведені у 2023/2024 навчальному році. Цей проєкт став наймасштабнішим фізкультурно-спортивним заходом серед учнів закладів загальної середньої освіти України та охопив змагання з п'яти видів спорту: баскетболу, волейболу, футболу, черлідінгу та спортивного орієнтування. Участь учнів у п'яти етапах змагань – від шкільного до всеукраїнського – сприяла підвищенню мотивації до занять фізичною культурою, розвитку командної взаємодії, відповідальності та лідерських якостей.

Очевидно, що підготовка учнів до участі в таких масштабних змаганнях є надзвичайно складною в межах лише урочної форми навчання. Реалізація цих завдань потребує системної позакласної роботи, організованої у формі гуртків і секцій, що, у свою чергу, актуалізує проблему нормативного забезпечення, оцінювання результатів позакласної діяльності та обґрунтованого вибору видів спорту для впровадження в закладах освіти.

Таким чином, інтеграційні процеси в системі шкільного фізичного виховання, зумовлені реформою НУШ і впровадженням нового державного стандарту, вимагають переосмислення ролі та місця позакласної роботи з фізичної культури. Саме позакласні форми діяльності здатні забезпечити ефективне формування ключових і здоров'язбережувальних компетентностей учнів, підвищити мотивацію до рухової активності та створити сприятливі умови для професійної діяльності вчителя фізичної культури.

Висновки. Позакласна робота з фізичної культури є ключовим елементом реалізації реформи «Нова українська школа», оскільки вона сприяє формуванню здоров'язбережувальної компетентності, підвищує мотивацію учнів до рухової активності та розвиває soft skills через індивідуалізовані форми діяльності, такі як гуртки, секції та змагання на кшталт «Пліч-о-пліч – всеукраїнські шкільні ліги». Аналіз проблем, зокрема низької мотивації учнів, недостатньої підготовки вчителів та обмеженого матеріально-технічного забезпечення, свідчить про необхідність комплексного підходу до інтеграції урочної та позакласної діяльності. Таким чином, ефективна організація позакласних форм дозволяє не лише подолати сучасні виклики шкільного фізичного виховання, а й забезпечити підготовку підрастаючого покоління до свідомого вибору здорового способу життя в умовах національних викликів.

Перспективи подальших досліджень. Подальші дослідження можуть бути спрямовані на емпіричне вивчення ефективності конкретних позакласних проєктів, таких як «Пліч-о-пліч», шляхом опитування учнів та вчителів для оцінки їх впливу на мотивацію та формування компетентностей. Також актуальним є аналіз впливу цифрових технологій (онлайн-платформи, фітнес-додатки) на організацію позакласної роботи з фізичної культури в умовах дистанційного навчання. Крім того, варто розробити рекомендації щодо підвищення кваліфікації вчителів фізичної культури, включаючи створення спеціалізованих курсів для впровадження модульного підходу в позакласній діяльності.

Література

- Андрущенко В. І., Дубогай О. В. Компетентнісний підхід у фізичній культурі та шкільній освіті: сучасні тенденції // *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2023. Вип. 12. С. 45–52.
- Белкова Н. В. Мотивація учнів до занять фізичною культурою в умовах НУШ // *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2021. № 1. С. 41–46.
- Державний стандарт базової середньої освіти : постанова КМУ від 30.09.2020 № 898. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/898-2020-n> (дата звернення: 15.12.2025).
- Державний стандарт повної загальної середньої освіти : постанова КМУ від 23.11.2011 № 1392 (зі змінами). URL: <https://zakon.rada.gov.ua> (дата звернення: 15.12.2025).

5. Крущевич Т. Ю., Безверхня Г. В. Компетентнісний підхід у фізичному вихованні школярів // *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2020. Вип. 6 (126). С. 78–83. DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.06\(126\).01](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.06(126).01)
6. Ляхова І. М. Реалізація модельних навчальних програм з фізичної культури в умовах Нової української школи // *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2021. № 4. С. 34–39.
7. Москаленко Н. В. Мотивація школярів до занять фізичною культурою в умовах реформування освіти // *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2022. № 1. С. 41–46.
8. Савченко О. Я. Компетентнісний підхід у сучасній українській школі // *Український педагогічний журнал*. 2020. № 1. С. 5–12.
9. Тимошенко О. В. Сучасні тенденції розвитку шкільного фізичного виховання в Україні // *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені І. Огієнка*. 2021. Вип. 18. С. 59–64.
10. Хом'як І. М. Позакласна діяльність як чинник формування ключових компетентностей учнів // *Педагогічний дискурс*. 2023. № 2. С. 87–92.
11. «Пліч-о-пліч – всеукраїнські шкільні ліги»: офіц. інформ. ресурс. – URL: <https://schoolleague.gov.ua> (дата звернення: 16.12.2025).

References

- 1.Andrushchenko, V. I., Dubohai, O. V. (2023). Suchasni pidkhody do formuvannia kompetentnostei u sferi fizychnoi kultury. *Pedahohichni nauky: teoriia, istoriia, innovatsiini tekhnolohii*, 12, 45–52. (in Ukrainian)
- 2.Bielkova, N. V. (2021). Motyvatsiia uchniv do zaniat z fizychnoi kultury v umovakh Novoi ukrainskoi shkoly. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu*, 1, 41–46. (in Ukrainian)
- 3.Cabinet of Ministers of Ukraine. (2020). *Derzhavnyi standart bazovoi serednoi osvity*. Postanova Kabinetu Ministriv Ukrainy № 898 vid 30.09.2020. Retrieved from <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/898-2020-n> (in Ukrainian)
- 4.Cabinet of Ministers of Ukraine. (2011). *Derzhavnyi standart povnoi zahalnoi serednoi osvity*. Postanova Kabinetu Ministriv Ukrainy № 1392 vid 23.11.2011 (iz zminamy). Retrieved from <https://zakon.rada.gov.ua> (in Ukrainian)
- 5.Krutsevych, T. Yu., Bezverkhnia, H. V. (2020). Kompetentnisnyi pidkhid u fizychnomu vykhovanni shkoliariv. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Dragomanova. Seriia 15. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport)*, 6(126), 78–83. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.06\(126\).01](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.06(126).01) (in Ukrainian)
- 6.Liakhova, I. M. (2021). Realizatsiia modelnykh navchalnykh prohram z fizychnoi kultury v umovakh NUSH. *Fizychne vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi*, 4, 34–39. (in Ukrainian)
- 7.Moskalenko, N. V. (2022). Motyvatsiia shkoliariv do zaniat fizychnoiu kulturoiu v konteksti osvithoi reformy. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu*, 1, 41–46. (in Ukrainian)
- 8.Savchenko, O. Ya. (2020). Kompetentnisnyi pidkhid u suchasni ukrainskii shkoli. *Ukrainskyi pedahohichnyi zhurnal*, 1, 5–12. (in Ukrainian)
- 9.Tymoshenko, O. V. (2021). Suchasni tendentsii rozvytku shkilnoho fizychnoho vykhovannia v Ukraini. *Visnyk Kamianets-Podilskoho natsionalnoho universytetu imeni Ivana Ohienka*, 18, 59–64. (in Ukrainian)
10. Khomiak, I. M. (2023). Pozaklasna diialnist yak chynnyk formuvannia kliuchovykh kompetentnostei uchniv. *Pedahohichni dyskurs*, 2, 87–92. (in Ukrainian)
11. *Plich-o-plich – Vseukrainski shkilni lihy*. (2025). Ofitsiyni sait. Retrieved from <https://schoolleague.gov.ua> (in Ukrainian)