

АНАЛІЗ ВПРОВАДЖЕННЯ ПРОЄКТНИХ ТЕХНОЛОГІЙ В ОСВІТНІЙ ПРОЦЕС СТАРШОКЛАСНИКІВ

Ільченко В. П.

Житомирський державний університет імені Івана Франка

Актуальність проблеми. Сучасні умови та безпекові виклики пов'язані з воєнним станом та збройною агресією проти України, актуалізують питання підготовки учнів старших класів до формування базових навичок, необхідних для захисту держави. Важливою складовою цього процесу стає впровадження інноваційного педагогічного підходу – проєктних технологій. Даний підхід дозволяє поєднувати фізичний розвиток учнів із формуванням морально-вольових якостей, командної згуртованості та патріотичної свідомості, що є визначальними факторами у підготовці молодого покоління до захисту України [1]. Старшокласники перебувають у віці формування світогляду та фізичних можливостей, що робить інтеграцію військово-прикладних та фізкультурних завдань особливо актуальною.

Проєктна діяльність, як зазначає В. Орлик [2], спрямована на активне залучення учнів до практичної роботи, що дозволяє інтегрувати фізичну підготовку з військово-патріотичним вихованням. Впровадження елементів військово-прикладної підготовки сприяє гармонійному розвитку особистості та підвищенню рівня готовності молоді до виконання громадянського обов'язку.

Проєктні технології навчання, які базуються на самостійному плануванні, дослідженні та виконанні практичних завдань, дозволяють поєднати формування фізичних навичок із розвитком командної взаємодії, відповідальності та навичок прийняття рішень у кризових ситуаціях.

Мета дослідження: визначити ефективність впровадження проєктних технологій у процесі фізичного виховання старшокласників для формування їх готовності до захисту України в умовах сучасних викликів.

Аналіз літературних джерел. Проєктні технології навчання – це педагогічний підхід, що передбачає організацію діяльності учнів навколо реальних, практикоорієнтованих завдань, які вони повинні спланувати, виконати та проаналізувати самостійно або в команді.

У контексті фізичного виховання проєктні технології розглядаються як шлях формування не лише фізичних якостей учнів, а й таких ключових компетентностей, як критичне мислення, самостійність, комунікація та здатність працювати в команді.

У контексті сучасних безпекових викликів України важливою є інтеграція фізичного виховання з елементами громадянсько-оборони та національно-патріотичного виховання [4].

Проєктні технології у фізичному вихованні можуть стати засобом формування готовності старшокласників до захисту країни за рахунок:

- підвищення фізичної витривалості та сили – через реальні тренувальні завдання;
- розвитку психофізичної стійкості – через ситуаційні проєкти з підвищеною складністю;
- формування навичок командної взаємодії – через виконання групових завдань;
- громадянської відповідальності та самодисципліни – через аналіз і рефлексію власної діяльності.

Зарубіжний досвід застосування проєктних технологій у фізичному вихованні показує, що у Європі та США таке навчання у фізичній культурі давно розглядається як інструмент розвитку життєвих компетентностей учнів, що сприяє не лише фізичному здоров'ю, а й соціальній адаптації та проактивній життєвій позиції [6–10].

Результати досліджень. У лонгітудно квазі-експериментальному дослідженні, яке проводилось цілий навчальний рік, взяли участь старшокласники 10–11 класів Ірпінського ліцею № 3 Ірпінської міської ради Київської області. Учні поділені на дві групи, Експериментальну (ЕГ, n = 30) – заняття з проєктними технологіями та Контрольну (КГ, n = 30) – традиційне фізичне виховання.

Інструментами вимірювання які використовувались на початковому етапі виступали: тести фізичної підготовки (біг на витривалість, відтискання, присідання, смуга перешкод); оцінка психофізичної стійкості (спостереження, щоденники навчальних досягнень); анкета мотивації та громадянської відповідальності (5-бальна шкала).

Таблиця 1

Динаміка показників фізичної підготовленості старшокласників

Показник	ЕГ		% зміни ЕГ	% зміна КГ
	Початок /кінець	КГ Початок /кінець		
Біг 1000 м (сек)	320/290	318/305	+9.4%	+4.1%
Відтискання (раз)	12/20	13/16	+66.7%	+23.1%
Присідання (раз)	25/38	24/30	+52%	+25%
Смуга перешкод (хв)	6,5/5,2	6,4/5,9	+20%	+7.8%

Аналіз даних, наведених у табл. 1, свідчить про позитивну динаміку розвитку фізичних якостей старшокласників обох груп, однак більш виражені

зміни спостерігаються в експериментальній групі. Зокрема, суттєве покращення зафіксовано у показниках силової витривалості (відтискання, присідання) та швидко-витривалих якостей (біг на 1000 м, проходження смуги перешкод). Отримані результати вказують на ефективність впровадження проєктних технологій у процес фізичного виховання.

Більш наочно порівняльна динаміка змін фізичних показників представлена на рис. 1.

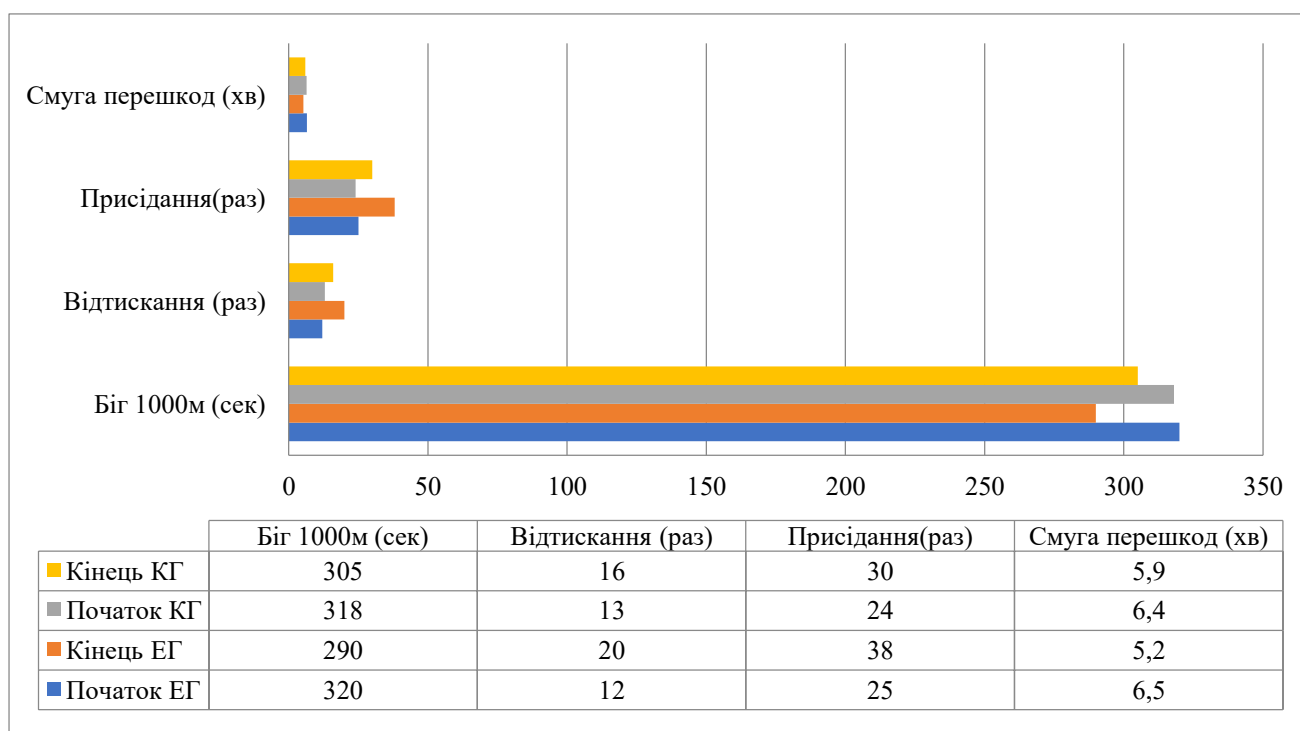


Рис. 1. Зміна показників бігуна 1000 м, відтискань, присідань та смуги перешкод

Як видно з рис. 1 експериментальна група показала суттєво більшу динаміку розвитку фізичних показників, особливо у силових і витривалих вправах. На рис. 2 відображено оцінку самоконтролю, концентрації уваги та команди взаємодії за 5-бальною шкалою.

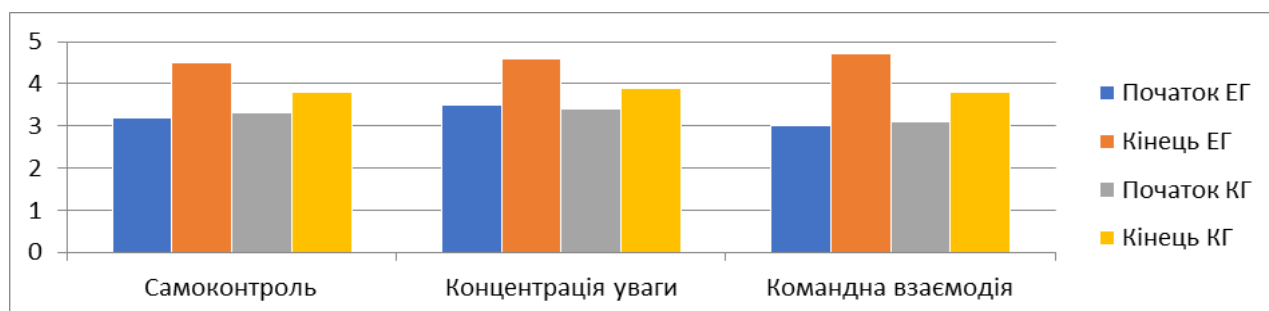
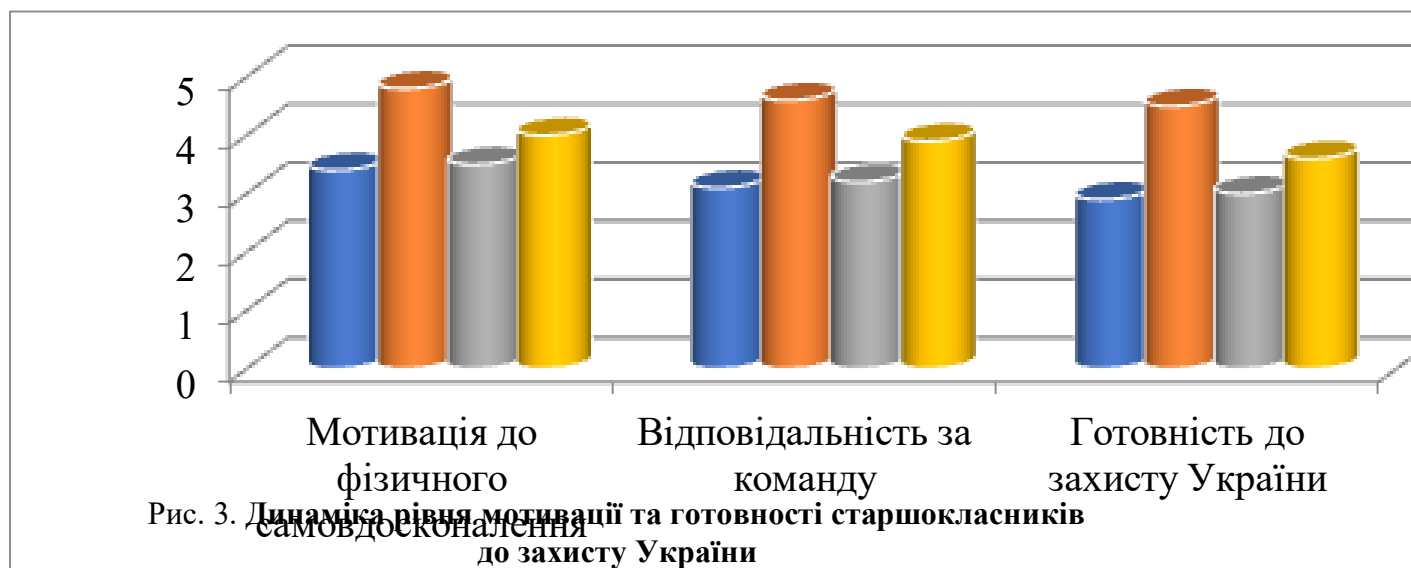


Рис. 2. Зміни показників психофізичної стійкості (самоконтроль, концентрація уваги, командна взаємодія) старшокласників

Як ми бачимо, проєктні модулі стимулюють розвиток самоконтролю та ефективну командну взаємодію. В рис. 3 відображено зміну мотивації та готовності до захисту України



Експериментальна група продемонструвала значне підвищення мотивації та готовності до захисту України, що підтверджує ефективність поєднання фізичних вправ та проєктних завдань. Отже, з вихідних даних ми можемо спостерігати, що:

- фізичні показники експериментальної групи показують зростання 15–60 % залежно від типу вправ.
- психофізична стійкість: підвищення самоконтролю та командної взаємодії на 0,7–1,7 бала.
- мотивація та громадянська відповідальність: зростання на 0,8–1,4 бала за шкалою 5 балів.

Висновки. Проєктні технології у фізичному вихованні старшокласників є перспективним і ефективним педагогічним інструментом, який сприяє не лише розвитку фізичних якостей, а й формуванню ключових компетентностей, відповідальних громадянських позицій та готовності до захисту України. Старшокласники, які брали участь у проєктних модулях, показали значно більший прогрес у фізичній підготовці порівняно з контрольною групою, а саме: проєктне навчання ефективно формує психофізичну стійкість та командну взаємодію; мотивація до фізичного самовдосконалення та готовність до захисту України підвищується значно швидше в експериментальній групі; результати дослідження підтверджують ефективність поєднання проєктних технологій та військово-прикладних вправ у фізичному вихованні старшокласників. Подальша науково-методична розробка й системне впровадження таких технологій сприятимуть підвищенню якості фізичного виховання в умовах сучасних освітніх та безпекових вимог.

Список літературних джерел

1. Ільченко В.П. Інтерактивні та проєктні технології у фізичному вихованні як засіб підготовки до захисту України. Науковий часопис Житомирського державного університету імені Івана Франка. Актуальні проблеми фізичної культури і спорту в сучасному суспільстві: зб. наукових праць. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2025. С. 122–128. URL: <https://eprints.zu.edu.ua/46165/1/1.pdf>
2. Орлик В.В. Проєктні технології у системі патріотичного виховання старшокласників. Молодь і ринок. 2021. № 6. С. 118–122.
3. Ільченко В.П., Грибан Г.П. Формування мотивації до захисту України учнів старшого віку засобами фізичного виховання. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 2025. Випуск 8 (195). С. 68–71. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.08\(195\).14](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.08(195).14)
4. Міністерство освіти і науки України. Програма з фізичного виховання для закладів загальної середньої освіти (10–11 класи). Київ: Міністерство освіти і науки України, 2022. URL: <https://mon.gov.ua/ua> (дата звернення: 11.02.2026).
5. Тимчик М. Єдність фізичного та національно-патріотичного виховання старшокласників: сучасні підходи. Науковий вісник педагогіки. 2024. №3. С. 45–58. <https://spppc.com.ua/index.php/journal/article/view/1815> (дата звернення: 11.02.2026).
6. UNESCO. Quality Physical Education Guidelines for Policy-Makers. Paris: UNESCO, 2015. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000235405> (дата звернення: 15.02.2026).
7. European Commission. Physical Education and Competence Framework. Brussels: European Commission, 2021. URL: <https://education.ec.europa.eu> (дата звернення: 15.02.2026).
8. Hardcastle, S. Project-Based Learning in Physical Education: Theory and Practice / S. Hardcastle // Journal of Physical Education and Sport Pedagogy. 2025. Vol. 10, № 2. С. 123–140. URL: <https://journals.tandfonline.com/> (дата звернення: 15.02.2026).
9. Bailey R. Physical Education and Life Competence: International Perspectives. London: Routledge, 2024. 312 p.
10. Kirk D. Pedagogical Innovations in Physical Education: Project Methods and Competency Development. European Journal of Physical Education Research. 2022. Vol. 18, № 1. С. 58–77. URL: <https://ojs.ipv.org.ua> (дата звернення: 15.02.2026).