

 <https://doi.org/10.31651/2524-2660-2025-2-235-243>

 <https://orcid.org/0000-0002-9485-6111>


**УСАТОВА Ірина**

кандидатка педагогічних наук, старша викладачка кафедри спортивних ігор,  
Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького  
*e-mail*: usat\_ova@ukr.net

 <https://orcid.org/0000-0003-3737-7381>


**ПУСТОВАЛОВ Віталій**

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри спортивних ігор,  
Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького  
*e-mail*: v\_pustovalov@vu.cdu.edu.ua

 <https://orcid.org/0009-0005-0248-324X>


**КОРОЛЬ Тетяна**

старша викладачка кафедри спортивних ігор,  
Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького  
*e-mail*: korolta88@vu.cdu.edu.ua

 <https://orcid.org/0000-0003-0238-5066>

**СУПРУНОВИЧ Вікторія**

кандидатка наук з фізичного виховання і спорту, доцентка кафедри спортивних ігор,  
Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького  
*e-mail*: viktoryS1987@ukr.net

 <https://orcid.org/0009-0005-0502-3791>

**ХАЛЯВКА Роман**

викладач кафедри спортивних ігор,  
Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького  
*e-mail*: rojahroma@vu.cdu.edu.ua

УДК: 373.3091.32:796]:005.336.2(045)

**ФОРМУВАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ УСПІШНОСТІ УЧНІВ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ  
ЗАСОБАМИ КОМПЕТЕНТІСНОГО ПІДХОДУ В УМОВАХ НОВОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ШКОЛИ**

*Проаналізовано сучасний стан навчальної успішності учнів середніх класів на уроках фізичної культури в контексті реформування системи загальної середньої освіти України.*

*Встановлено значущість і пріоритетність компетентісного підходу як методологічної основи оцінювання результатів навчання у предметній галузі «Фізична культура».*

*Визначено основні підходи та методи оцінювання навчальних досягнень учнів до і в процесі впровадження реформи Нової української школи (НУШ), що забезпечують комплексний і диференційований аналіз фізичної підготовленості учнів з урахуванням сучасних освітніх викликів.*

*Виокремлено ключові завдання і напрями розвитку навчального предмету «Фізична культура» в умовах НУШ, які спрямовані на формування базових фізичних компетентностей і підвищення мотивації до здорового способу життя.*

*Вмотивовано необхідність адаптації оцінювальних процедур до умов дистанційного навчання, викликаних карантинними обмежен-*

*нями через пандемію Covid-19 та впровадженням воєнного стану, що вплинуло на організацію навчального процесу.*

*Вивчено і узагальнено практичний досвід здійснення оцінювання навчальних досягнень учнів з фізичної культури, базуючись на результатах тестування рівня фізичної підготовленості школярів 6–9 класів.*

*Порівняно традиційні і модернізовані методи оцінювання з урахуванням вікових, статевих та індивідуальних особливостей учнів, що дозволяє підвищити об'єктивність і результативність навчального процесу.*

*Розроблено та запропоновано удосконалені підходи до оцінювання фізичної підготовленості, які враховують компетентісний підхід і новітні педагогічні технології.*

*Рекомендовано подальші дослідження для системного вдосконалення процесу оцінювання, спрямованого на індивідуалізацію навчання та максимальне врахування особливостей фізичного розвитку учнів середнього шкільного віку.*

*Підсумовано, що застосування компетентнісного підходу у процесі формування навчальної успішності на уроках фізичної культури сприяє підвищенню мотивації учнів до систематичних занять фізичною активністю та забезпечує умови для розвитку здорового і соціально відповідального покоління в умовах Нової української школи.*

**Ключові слова:** *уроки фізичної культури; навчальна успішність; компетентнісний підхід; фізична підготовленість; дистанційне навчання; Нова українська школа; учні середнього шкільного віку.*

**Постановка проблеми.** У сучасних умовах глобалізаційних трансформацій та невідворотного розвитку суспільства, здоров'я та фізична підготовленість особистості виступають базовими компонентами, що визначають не лише індивідуальний потенціал, а й стійкість та конкурентоспроможність держави в цілому. Особливо актуальності це набуває для України – країни, що перебуває у стані соціально-політичних викликів і реформування освітньої системи. Відповідно, формування у молодого покоління високого рівня фізичної компетентності є невід'ємною складовою стратегії сталого розвитку, що гарантує не лише збереження здоров'я, але й підвищення якості навчання та всебічного розвитку особистості.

У контексті реформи Нової української школи, яка орієнтована на впровадження компетентнісного підходу, фізична культура перестає бути просто уроком для підтримання фізичної активності. Вона набуває статусу інтегрованого освітнього процесу, що формує у школярів цілісні компетенції, які забезпечують здатність підтримувати власне здоров'я, адаптуватися до динамічних життєвих обставин та ефективно реалізовувати навчальні цілі. Це є критично важливим, адже компетентнісний підхід дозволяє не лише закладати знання й уміння, а й формувати внутрішню мотивацію до саморозвитку та активного способу життя.

Однак, останні глобальні та локальні виклики, зокрема пандемія COVID-19 та військовий конфлікт на території України, спричинили кардинальні зміни в організації навчального процесу, що безпосередньо вплинули на уроки фізичної культури. Переважний перехід на дистанційне навчання обмежив фізичну активність учнів, знизив рівень їх залученості до систематичних занять, що, у свою чергу, негативно відобразилося на їх фізичному розвитку і, відповідно, на успішності в навчанні. Виникла гостра потреба у пошуку та впровадженні ефективних педагогічних технологій, які б дали змогу зберегти та розвинути фізичні компетенції учнів у нових, часто непередбачуваних, умовах.

Таким чином, проблема формування навчальної успішності учнів на уроках фізичної культури засобами компетентнісного підходу в умовах Нової української школи набуває принципового значення. Вона потребує комплексного теоретичного осмислення та практичного втілення адаптивних методик, здатних не лише подолати негативні наслідки дистанційного навчання і воєнних дестабілізацій, а й стати запорукою якісної освіти, зміцнення здоров'я та всебічного розвитку молодого покоління. Адже саме через активне залучення учнів до формування власної компетентності у сфері фізичної культури можна досягти синергії між фізичним здоров'ям і навчальною успішністю, що є ключовим завданням сучасної освіти.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Підлітковий вік по праву вважається одним із найскладніших та водночас найвідповідальніших етапів у життєвому циклі людини, оскільки саме в цей період відбувається інтенсивна морфофункціональна, психоемоційна та соціальна перебудова організму, що закладає основи подальшого здоров'я, соціальної адаптації та життєвої успішності особистості.

Як зазначають О. Гладченко, Т. Ратушняк та О. Безпарточна (2022), процес розвитку дитини в підлітковому віці відбувається у трьох ключових вимірах: фізичному, психологічному та соціальному, причому жоден із них не може бути розглянутий ізольовано від решти. Фази стрімкого лінійного зростання організму змінюються періодами, упродовж яких домінує збільшення поперечних розмірів тіла, тоді як психоемоційна стабільність змінюється періодами емоційної лабільності, що супроводжується порушеннями поведінкових реакцій і зниженням адаптаційних можливостей організму.

Варто підкреслити, що рівень фізичної підготовленості підлітків детермінований складною взаємодією спадкових чинників і факторів середовища, серед яких особливе значення мають соціально-політичні катаклізми сучасності – пандемія COVID-19 та збройна агресія проти України, що вплинули як на фізичну активність учнів, так і на умови організації освітнього процесу загалом (Литвин, 2022; Мар'єнко, Сухих, 2022; Пустовалов та ін., 2025).

Науково обґрунтовано доведено, що основою фізичної підготовленості є рівень розвитку фізичних якостей, до яких традиційно відносять силу, витривалість, швидкість, спритність, гнучкість та їхні різновиди – швидкісно-силові й координаційні здібності (Худолій, Іващенко, 2014; Пустовалов, Петренко, Меньших, 2016).

Розвиток цих якостей відбувається на основі вроджених анатомо-фізіологічних передумов, що реалізуються через біомеханічні й психомоторні процеси, за участі таких ключових функціональних систем, як серцево-судинна, дихальна, опорно-рухова, м'язова, нервова й ендокринна системи.

В контексті сучасної освітньої парадигми виникає потреба індивідуалізації фізичного виховання, що передбачає врахування морфофункціональних, психофізіологічних та соціальних особливостей кожної дитини (Ареф'єв, 2015; Боднар, 2017). У цьому аспекті особливої актуальності набуває впровадження диференційованого підходу, при якому не лише коригується зміст фізичного навантаження відповідно до можливостей школярів, а й здійснюється об'єктивне оцінювання їхніх досягнень.

За визначенням провідних фахівців у галузі фізичного виховання, фізична підготовленість учнів – це рівень сформованості базових рухових якостей, що досягається у процесі цілеспрямованих занять фізичною культурою (Волков, 2016). Традиційна система оцінювання, заснована на порівнянні результатів виконання тестових вправ із віковими нормативами, не завжди забезпечує повну об'єктивність, оскільки не враховує індивідуальні можливості організму та зовнішні фактори впливу (Усагова, Король, Ведмедюк, 2025). У зв'язку з цим, дослідники пропонують переходити до комплексного підходу до оцінювання, який охоплює як кількісні показники результативності, так і якісні аспекти фізичного стану дитини (Москаленко, Дорофєєва, 2018).

Значну роль у регулюванні якості фізичного виховання відіграє педагогічний контроль, який дозволяє своєчасно виявляти відставання у розвитку, оптимізувати навчальне навантаження та коригувати методику занять (Круцевич, Воробйов, Безверхня, 2011). Важливо зазначити, що оцінювання фізичної підготовленості є не лише формальним елементом освітнього процесу, а й показником загального стану здоров'я, рівня адаптації до фізичних навантажень та прогностичним маркером успішності у фізичному саморозвитку.

У контексті реалізації освітньої реформи Нової української школи (НУШ), предмет «Фізична культура» зазнав якісних змін. Нова модульна програма передбачає гнучке поєднання інваріантної та варіативної складових, що дозволяє не лише розширити спектр видів рухової активності, а й забезпечити можливість індивідуального вибору, що відповідає інтересам і потребам кожного учня. Оцінювання результатів

навчання здійснюється на основі формувального, поточного та підсумкового підходів, з акцентом на формування ключових компетентностей і гармонійний фізичний розвиток (Про модельні навчальні програми, 2022).

Зважаючи на значну індивідуальну варіативність у темпах фізичного розвитку школярів, дослідники наполягають на необхідності застосування диференційованого підходу при здійсненні контролю та оцінювання, що сприятиме більш точній діагностиці рівня фізичної підготовленості та підвищенню мотивації до занять фізичною культурою (Бесарабчук, Боднар, Солопчук, 2011; Боднар, 2017; Пустовалов та ін., 2016).

Отже, узагальнений аналіз сучасних наукових досліджень і практичних напрацювань у сфері фізичного виховання засвідчує потребу в оновленні підходів до оцінювання фізичної підготовленості учнів, з урахуванням сучасних соціальних викликів, особливостей психофізичного розвитку школярів, а також принципів гуманістичної та інклюзивної педагогіки. Саме ці чинники зумовлюють вибір теми нашого дослідження та визначають його теоретичну новизну й практичну значущість.

**Мета дослідження:** визначити рівень фізичної підготовленості та проаналізувати успішність навчання учнів середніх класів на уроках фізичної культури.

**Матеріал і методи дослідження:** теоретичний аналіз і узагальнення науково-методичної літератури, педагогічне тестування та методи математичної статистики.

**Виклад основного матеріалу.** У структурі емпіричного етапу дослідження було реалізовано цілеспрямований відбір респондентів, що передбачав залучення 120 учнів вікової категорії 11–14 років (5–8 класи) Черкаської загальноосвітньої школи I–III ступенів № 12. Вибірка характеризується репрезентативністю за критеріями хронологічного віку, статевої належності та освітнього рівня, що забезпечує внутрішню валідність і зовнішню екстраполяцію отриманих результатів. Проведення дослідження в умовах традиційного освітнього середовища гарантувало збереження екологічної валідності процедур тестування.

Для кількісного аналізу емпіричних даних застосовано методи математичної статистики. Статистичну значущість відмінностей між середніми показниками визначено за допомогою  $t$ -критерію Стьюдента ( $p < 0,05$ ), що підтверджує достовірність і обґрунтованість отриманих результатів. Проведений аналіз дозволив виявити об'єктивні тенденції у віковій динаміці розви-

тку фізичних якостей, що є критично важливим для впровадження диференційованих підходів до планування й реалізації фізичного навантаження в системі фізичного виховання учнів середнього шкільного віку. Об'єктивізація цих тенденцій створює наукове підґрунтя для розробки адаптивних освітньо-тренувальних стратегій, які враховують індивідуально-типологічні особливості школярів.

Оцінювання рівня фізичної підготовленості здійснювалося за допомогою стандартизованого інструментарію – «Комплексних тестів», рекомендованих для викорис-

тання у шкільній практиці. До тестового комплексу були включені такі вправи: біг на 60 м – для оцінки швидкісних здібностей; човниковий біг 4×9 м – для визначення рівня розвитку спритності; стрибок у довжину з місця – як індикатор швидкісно-силових якостей; згинання та розгинання рук в упорі лежачи – для оцінювання сили м'язів верхнього плечового пояса; нахил тулуба вперед з положення сидячи – для визначення рівня розвитку гнучкості.

Узагальнені результати тестування представлено в таблиці 1.

Таблиця 1

Результати у вправах на прояв фізичних здібностей  
(швидкість, спритність, силу, гнучкість та швидкісно-силові)  
учнів 11–14 років, ( $X \pm m$ )

Тестові завдання	Вік, роки	Хлопці (n=232)		Дівчата (n=220)		t X1-X2	p
		X1	m	X2	m		
Біг 60 м, (с)	11	10,3	0,07	11,3	0,11	7,6	<0,05
	12	10,1	0,09	10,8	0,15	4,0	<0,05
	13	9,8	0,11	10,6	0,13	4,7	<0,05
	14	8,9	0,08	10,4	0,09	12,4	<0,05
Човниковий біг 4x9, (с)	11	11,7	0,09	12,1	0,13	2,5	<0,05
	12	11,1	0,11	11,8	0,17	3,4	<0,05
	13	10,6	0,12	11,5	0,11	5,5	<0,05
	14	10,3	0,06	11,2	0,06	10,6	<0,05
Стрибок у довжину з місця, (см)	11	163,0	3,4	152,4	3,7	2,1	<0,05
	12	175,9	2,1	153,0	1,9	7,1	<0,05
	13	180,1	2,8	158,7	3,1	5,1	<0,05
	14	204,8	2,6	166,6	2,1	11,4	<0,05
Згинання, розгинання рук в упорі лежачи, (р)	11	15,9	1,6	7,3	0,9	4,7	<0,05
	12	24,2	1,8	9,8	0,9	7,1	<0,05
	13	25,0	2,0	10,7	0,9	6,5	<0,05
	14	29,2	1,4	13,9	0,71	9,7	<0,05
Нахил тулуба вперед з в.п. сидячи, (см)	11	8,0	0,4	8,4	0,6	0,55	>0,05
	12	8,7	0,4	9,2	0,7	0,62	>0,05
	13	8,9	0,7	11,9	0,8	2,8	<0,05
	14	9,6	0,57	13,2	0,8	3,66	<0,05

Аналіз динаміки фізичної підготовленості дозволив констатувати, що найнижчі показники за всіма критеріями спостерігалися у групі 11-річних учнів. Так, хлопці цього віку продемонстрували наступні результати: біг на 60 м –  $10,3 \pm 0,07$  с, човниковий біг –  $11,7 \pm 0,09$  с, стрибок у довжину –  $163,02 \pm 3,4$  см, згинання та розгинання рук –  $15,9 \pm 1,6$  разів, нахил тулуба –  $8,0 \pm 0,4$  см. У дівчат відповідні показники склали:  $11,3 \pm 0,11$  с;  $12,1 \pm 0,13$  с;  $152,4 \pm 3,7$  см;  $7,3 \pm 0,9$  разів;  $8,4 \pm 0,6$  см.

Натомість, максимальні значення рівня фізичної підготовленості фіксувалися у групі 14-річних школярів. Хлопці досягли таких результатів: біг на 60 м –  $8,9 \pm 0,08$  с, човниковий біг –  $10,3 \pm 0,06$  с, стрибок у довжину –  $204,8 \pm 2,6$  см, згинання та розгинання рук –  $29,2 \pm 1,4$  разів, нахил тулуба –  $9,6 \pm 0,6$  см. У дівчат ці показники становили відповідно:  $10,4 \pm 0,09$  с;  $11,2 \pm 0,06$  с;  $166,6 \pm 2,1$  см;  $13,9 \pm 0,7$  разів;  $13,2 \pm 0,8$  см.

Отримані дані підтверджують вікову прогресію розвитку основних рухових якостей у школярів середнього шкільного віку, що корелює з біологічною дозрілістю організму та інтенсифікацією морфофункціональних процесів. Виявлені особливості мають важливе значення для науково обґрунтованої оптимізації навчально-тренувального процесу з фізичної культури у загальноосвітніх закладах.

З метою всебічної характеристики рівня фізичної підготовленості учнів середнього шкільного віку було здійснено порівняльний аналіз отриманих результатів виконання комплексних тестових завдань учнями 6–9-х класів, розподілених за статевими ознаками. Аналіз виконання тестів дозволив виявити достовірні міжгрупові розбіжності, що відображають специфіку розвитку фізичних якостей у хлопців і дівчат відповідного віку.

На підставі отриманих даних встановлено, що у всіх вікових групах хлопці демонстрували статистично вищі результати у вправах, спрямованих на оцінювання швидкісних, швидкісно-силових якостей, спритності та загальної м'язової сили. Ці результати узгоджуються з положеннями теорії статевого диморфізму у фізичному розвитку дітей і підлітків, що підкреслює морфофункціональні переваги хлопців у завданнях, пов'язаних із силовими та динамічними характеристиками рухової діяльності (Боднар, Віноградський, Павлова, 2018).

Натомість у вправах на гнучкість, зокрема у тесті «нахил тулуба вперед з положення сидячи», дівчата 13–14 років мали достовірно вищі середні показники ( $p < 0,05$ ), що зумовлено як анатомофізіологічними особливостями опорно-рухового апарату, так і відмінностями у рухових звичках та рівні розтяжності м'язово-зв'язкового апарату в підлітковому віці.

Отже, протягом вікового періоду від 11 до 14 років спостерігається поступове поліпшення результатів виконання тестових вправ, що вказує на прогресивний розвиток фізичних якостей учнів середнього шкільного віку. Найнижчі показники фізичної підготовленості спостерігалися у 11-річних школярів, тоді як найвищими виявилися результати 14-річних учнів. Динаміка приростів також мала певні гендерні особливості: у хлопців найбільші прирости спостерігалися у вправах на силу та швидкісно-силові здібності, тоді як у дівчат – у тестах на гнучкість. Водночас найменші прирости були характерні для результатів у вправах, що діагностують швидкість і спритність, що, ймовірно, пояснюється менш вираженою чутливістю цих фізичних якостей до тренувального впливу в зазначений віковий період.

У ході дослідження також було проаналізовано успішність навчання з фізичної культури шляхом оцінювання результатів виконання «Комплексних тестів» за 12-бальною системою, відповідно до рекомендацій модельної навчальної програми Нової української школи (НУШ). Щорічно фіксувалися індивідуальні оцінки кожного учня 6–9 класів, що дозволило розрахувати середні бали фізичної підготовленості за віком і статтю (Марченко, Холодова, 2023). Надалі було здійснено порівняльний аналіз показників навчальної успішності між групами хлопців і дівчат, результати якого подано в таблиці 2.

Виявлені відмінності в оцінках підтвердили раніше зафіксовані фізіологічні тен-

денції, а також підкреслили необхідність диференційованого та індивідуалізованого підходу до організації фізичного виховання, з урахуванням вікових, статевих і функціональних особливостей учнів. Застосування об'єктивних кількісних методів оцінювання фізичної підготовленості дозволяє забезпечити науково обґрунтовану педагогічну діагностику, що сприяє ефективному коригуванню навчального процесу відповідно до потенціалу кожного школяра.

Таблиця 2

Успішність навчання з фізичної культури за результатами виконання «Комплексних тестів»

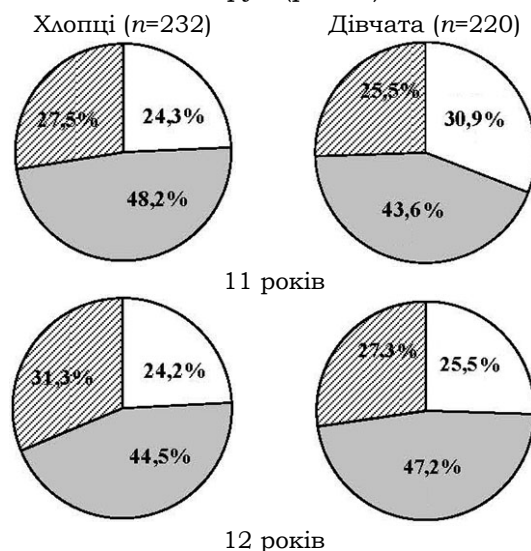
учнями 6–9 класів

Рівні успішності навчання	Хлопці (n=232)	Дівчата (n=220)
Вище середнього	10,6±0,18	10,3±0,15
Середній	8,1±0,14*	7,8±0,13
Нижче середнього	6,6±0,21	6,3±0,17

Примітка: \* – достовірність різниць показників на рівні  $p < 0,05$  між хлопцями і дівчатами

Як і слід було очікувати, успішність навчання учнів середніх класів за результатами виконання тестів з фізичної підготовки дещо відрізнялася. Так середні бали успішності у групах учнів з Вище за середній рівнем успішності становили у хлопців – 10,6±0,18 а у дівчат 10,3±0,15 балів, у групах із Середнім рівнем успішності – 8,1±0,14 і 7,8±0,13 балів відповідно, і у групах з Нижче середнього рівнем успішності – 6,6±0,21 у хлопців та 6,3±0,17 балів у дівчат. У хлопців з Середнім рівнем успішності навчання були зафіксовані вірогідно вищі показники середніх балів, ніж у дівчат ( $p < 0,05$ ).

Ми вивчали кількісний склад учнів середніх класів за показниками успішності навчання на уроках з Фізичної культури у кожній з вікових груп (рис. 1).



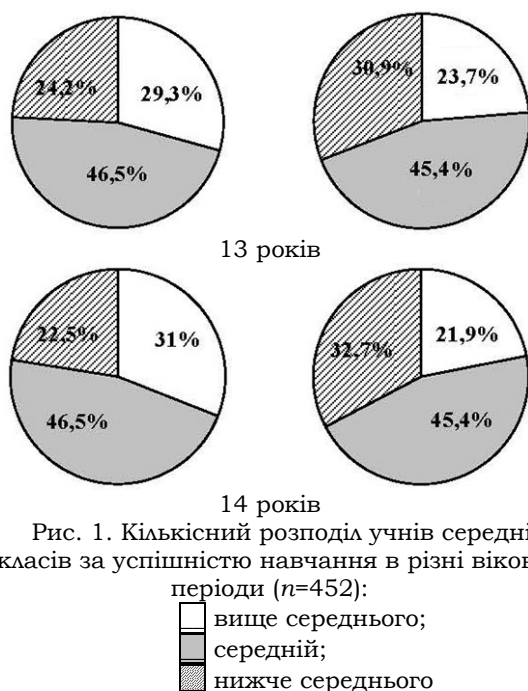


Рис. 1. Кількісний розподіл учнів середніх класів за успішністю навчання в різні вікові періоди ( $n=452$ ):

□ вище середнього;  
 ■ середній;  
 ▨ нижче середнього

Було встановлено, що до групи з вищим за середній рівнем успішності навчання з фізичної культури у віці 11 років входило 24,3% хлопців і 30,9% дівчат. У 12 років цей показник становив 24,2% серед хлопців та 25,5% серед дівчат. Серед 13-річних учнів із високим рівнем фізичного розвитку було виявлено 23,3% хлопців і 23,7% дівчат. У 14 років до відповідної групи увійшло 31% хлопців та 21,9% дівчат.

Водночас учнів із середнім рівнем успішності навчання з фізичної культури виявилось дещо більше порівняно з тими, хто демонстрував високі досягнення. Так, серед хлопців віком 11–14 років чисельність цієї групи коливалася від 46,5% до 50%, а серед дівчат – від 43,6% до 47,2%. Частка учнів, які були віднесені до груп із нижчим за середній рівнем успішності, варіювала в межах 22,5–27,5% серед хлопців та 25,5–30,9% серед дівчат.

Отже, наведені дані свідчать про те, що найбільша частка обстежуваних учнів, незалежно від статі, характеризується середнім рівнем навчальних досягнень з фізичної культури. Меншими виявилися показники як для груп із вищим, так і нижчим за середній рівнями успішності. Отримані результати мають важливе практичне значення, зокрема, у контексті формування обґрунтованих педагогічних рішень щодо удосконалення системи оцінювання навчальних досягнень учнів на уроках фізичної культури.

Актуальність проблеми фізичного виховання школярів знаходить підтвердження у низці наукових досліджень, де обґрунтовано необхідність оптимізації змісту та структури як навчальних, так і позауроч-

них занять з фізичної культури (Усатова, Король, Ведмедюк, 2024), а також виокремлено потребу адаптації методичних підходів до індивідуальних особливостей та потреб учнів (Навчальна програма з фізичної культури, 2017). Отримані у нашому дослідженні результати корелюють із зазначеними теоретичними засадами та емпіричними даними, зокрема тими, що подані у працях О. Марченко та О. Холодової (2023).

Слід зазначити, що запровадження дистанційної форми навчання упродовж останніх років, обумовлене епідеміологічними обмеженнями (COVID-19) та воєнним станом в Україні, негативно позначилося на рівні фізичної підготовленості учнів, що, своєю чергою, призвело до зниження показників їх успішності з предмета «Фізична культура» в закладах загальної середньої освіти.

**Висновки.** У процесі реалізації компетентнісного підходу на уроках фізичної культури в умовах Нової української школи встановлено, що в учнів середнього шкільного віку простежується поступова позитивна динаміка результатів фізичної підготовленості. Найнижчі показники фізичного розвитку виявлено у 11-річних школярів, тоді як найвищі – у 14-річних, що свідчить про вікові особливості становлення функціональних та рухових можливостей.

Порівняльний аналіз результатів тестування між хлопцями та дівчатами виявив статистично значущі відмінності у розвитку фізичних якостей, зокрема у компонентах швидкості, спритності, сили та швидко-кісно-силових здібностей. Це вказує на необхідність диференційованого підходу до організації фізкультурно-оздоровчої діяльності в шкільному середовищі з урахуванням статевовікових особливостей учнів.

Аналіз рівнів навчальної успішності з фізичної культури показав, що переважна частина учнів продемонструвала середній рівень досягнень. Менша частина школярів потрапила до груп з вищим та нижчим за середній рівнем, що свідчить про потенціал для подальшого розвитку як слабших, так і обдарованих учнів у межах сучасної освітньої парадигми.

Особливу стурбованість викликають наслідки впровадження дистанційного навчання, зумовленого епідеміологічною ситуацією (Covid-19) та воєнними обставинами. Ці фактори призвели до зниження рівня фізичної активності учнів і, як наслідок, – до погіршення результатів фізичної під-

готовленості та зменшення загальної навчальної успішності.

Отримані результати становлять важливу емпіричну базу для вдосконалення педагогічного процесу з фізичної культури, зокрема в контексті формування компетентностей, спрямованих на збереження і зміцнення здоров'я. Вони також можуть слугувати методичним орієнтиром для педагогів при формуванні критеріїв оцінювання навчальних досягнень учнів у сучасних соціально-політичних умовах України.

**Перспективи подальших досліджень** передбачають поглиблене вивчення взаємозв'язку між якістю фізичної підготовки, мотиваційною складовою навчального процесу та динамікою фізичної активності школярів різних вікових категорій з урахуванням регіональних, соціальних і психофізіологічних чинників.

#### Список бібліографічних посилань

- Ареф'єв, 2015 – Ареф'єв, В.Г. (2015). Теоретико-методичні засади диференціації розвивально-оздоровчих занять з фізичної культури учнів основної школи: автореф. дис. ... д-ра пед. наук. Київ. 35 с.
- Бесарабчук, Боднар, Солопчук, 2011 – Бесарабчук, Г.В., Боднар, А.О., & Солопчук, Д.М. (2011). Методика фізичного виховання школярів: навчально-методичний посібник. Кам'янець-Подільський. 291 с.
- Боднар, 2017 – Боднар, І.Р. (2017). Диференційоване фізичне виховання: навчальний посібник. Львів: ЛДУФК. 200 с.
- Боднар, Віноградський, Павлова, 2018 – Боднар, І.Р., Віноградський, Б.А., Павлова, Ю.О. (2018). Оцінювання фізичної підготовленості та здоров'я різних груп населення: монографія. Львів: ЛДУФК. 132 с.
- Волков, 2016 – Волков, А. В. (2016). Теорія та методика дитячого та юнацького спорту (2-ге вид., перероб. і доп.). Київ: Освіта України. 464 с.
- Гладченко, Ратушняк, Безпарточна, 2022 – Гладченко, О., Ратушняк, Т., Безпарточна, О. (2022). Сучасні інформаційно-комунікаційні технології для забезпечення якісного дистанційного навчання. *Теорія і практика управління соціальними системами*, 2: 76–91.
- Круцевич, Воробійов, Безверхня, 2011 – Круцевич, Т.Ю., Воробійов, М.І., Безверхня, Г.В. (2011). Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді: навчальний посібник. Київ: Олімпійська література. 224 с. URL: <https://reposit.unisport.edu.ua/server/api/core/bitstreams/489b7ac3cd83-45fd-881e-0a8671901efc/content>
- Литвин, 2022 – Литвин, В. (2022). Особливості дистанційного навчання фізичної культури в школі в умовах воєнного стану. *Фізична культура і спорт. Виклики сучасності: Тези II наукової конференції (27–28 жовтня 2022, м. Харків)*, С. 43–50. URL: <https://dspace.hnpu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/fb30429-2835-4693-9f49-7c14ffe8217e/content>
- Мар'єнко, Сухіх, 2022 – Мар'єнко, М., Сухіх, А. (2022). Організація навчального процесу у ЗЗСО засобами цифрових технологій під час воєнного стану. *Український педагогічний журнал*, 2: 31–37. Doi: <https://doi.org/10.32405/2411-1317-2022-2-31-37>
- Марченко, Холодова, 2023 – Марченко, О. Ю., & Холодова, О. С. (2023). Дослідження фізичної підготовленості учнів молодшого шкільного віку в умовах воєнного стану. *Спортивна медицина, фізична терапія та ерготерапія*, 1: 70–74. Doi: <https://doi.org/10.32652/spmed.2023.1.70-74>
- Москаленко, Дорофєєва, 2018 – Москаленко, А., Дорофєєва, Т. (2018). Підвищення рівня фізичної підготовленості дітей молодшого шкільного віку шляхом комплексної спортивно-ігрової організації занять з фізичної культури. *Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор і єдиноборств у вищих навчальних закладах: зб. наук. статей XIV наукової конференції (9–10 лютого, м. Харків)*, 2: 48–54.
- Навчальна програма з фізичної культури, 2017 – Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів 5–9 класи. (2017): затв. наказом МОН України від 23.10.2017 № 1407.
- Про модельні навчальні програми, 2022 – Про модельні навчальні програми «Фізична культура. 5–6 класи» для закладів загальної середньої освіти: наказ Міністерства освіти і науки України від 17 серпня 2022 р. № 752.
- Пустовалов та ін., 2025 – Пустовалов В., Усатова І., Король Т., Супрунович В., Халявка Р. (2025). Обґрунтування комплексної оцінки фізичної підготовленості школярів середнього шкільного віку в умовах постковідного та воєнного періодів. *Освіта. Інноватика. Практика*, 4(13): 61–67. Doi: <https://doi.org/10.31110/2616-650X-vol13i4-008>
- Пустовалов, Петренко, Меньших, 2016 – Пустовалов, В.О., Петренко, Ю.О., Меньших, О.Є. (2016). *Фізичні здібності підлітків із різним рівнем фізичного розвитку та властивостей нейродинамічних функцій*. Черкаси. 228 с.
- Усатова, Король, Ведмедюк, 2024 – Усатова, І., Король, Т., Ведмедюк, А. (2024). Міждисциплінарний підхід у професійній підготовці майбутніх фахівців. *Вісник Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького. Серія «Педагогічні науки»*, 1: 51–57. Doi: <https://doi.org/10.31651/2524-2660-2024-1-51-57>
- Усатова, Король, Ведмедюк, 2025 – Усатова, І., Король, Т., Ведмедюк, А. (2025). Формування професійних компетентностей у бакалаврів фізичної культури та спорту для тренерської діяльності в ігрових видах спорту. *Вісник Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького. Серія «Педагогічні науки»*, 1: 92–99. Doi: <https://doi.org/10.31651/2524-2660-2025-1-92-99>
- Худолій, Іващенко, 2014 – Худолій, О.М., Іващенко, О.В. (2014). Моделювання процесу навчання та розвитку рухових здібностей у дітей і підлітків: монографія. Харків: ОВС. 320 с.

#### References

- Arefyev, V.H. (2015). Theoretical and methodological principles of differentiation of developmental and health-improving physical education classes for secondary school students: Abstract of Ph.D Dissertation in Pedagogy. Kyiv. 35 p. [in Ukr.].
- Besarabchuk, H.V., Bodnar, A.O., & Solopchuk, D.M. (2011). Methodology of physical education for schoolchildren: Educational and methodological manual. Kamianets-Podilskyi. 291 p. [in Ukr.].
- Bodnar, I.R. (2017). Differentiated physical education: A textbook. Lviv: LDUFK. 200 p. [in Ukr.].
- Bodnar, I.R., Vinogradskyi, B.A., Pavlova, Yu.O. (2018). Assessment of physical fitness and health of different population groups: monograph. Lviv: LDUFK. 132 p. [in Ukr.].
- Volkov, L.V. (2016). Theory and methods of children's and youth sports (2nd ed., revised and updated). Kyiv: Osivta Ukrainy. 464 p. [in Ukr.].
- Hladchenko, O., Ratushniak, T., Bezpartochna, O. (2022). Modern information and communication technologies for ensuring quality distance learning. *Theory and Practice of Social Systems Management*, 2: 76–91. [in Ukr.].



- Krutsevych, T.Yu., Vorobiov, M.I., Bezverkhna, H.V. (2011). Monitoring in physical education of children, adolescents, and youth: A textbook. Kyiv: Olympic Literature. 224 p. URL: <https://reposit.uni-sport.edu.ua/server/api/core/bitstreams/489b7ac3-cd83-45fd-881e-0a8671901efc/content> [in Ukr.].
- Lytvyn, V. (2022). Features of distance physical education in schools under martial law. In *Physical Culture and Sports. Contemporary Challenges: Abstracts of the 2nd Scientific Conference* (October 27-28, 2022, Kharkiv), Pp. 43-50. URL: <https://dspace.hnpu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/ffb30429-2835-4693-9f49-7c14ffe8217e/content> [in Ukr.].
- Mariienko, M., Sukhikh, A. (2022). Organization of the educational process in general secondary educational institutions using digital technologies during martial law. *Ukrainian Pedagogical Journal*, 2: 31-37. Doi: <https://doi.org/10.32405/2411-1317-2022-2-31-37> [in Ukr.].
- Marchenko, O.Yu., Kholodova, O.S. (2023). Research on the physical fitness of primary school students during martial law. *Sports Medicine, Physical Therapy and Ergotherapy*, 1: 70-74. Doi: <https://doi.org/10.32652/spmed.2023.1.70-74> [in Ukr.].
- Moskalenko, A., Dorofieieva, T. (2018). Improving the physical fitness of younger schoolchildren through a complex sports and game organization of physical education classes. In *Problems and Prospects of the Development of Sports Games and Martial Arts in Higher Education Institutions: Proceedings of the 14th Scientific Conference* (February 9-10, Kharkiv), 2: 48-54 [in Ukr.].
- Curriculum for physical education for general secondary education institutions, grades 5-9. (2017). Approved by the Order of the Ministry of Education and Science of Ukraine, October 23, 2017, No. 1407 [in Ukr.].
- On Model Curricula "Physical Education. Grades 5-6" for General Secondary Education Institutions: Order of the Ministry of Education and Science of Ukraine, Kyiv, August 17, 2022, No. 752. [in Ukr.].
- Pustovalov, V.O., Petrenko, Yu.O., & Men'shykh, O.Ye. (2016). Physical abilities of adolescents with different levels of physical development and neurodynamic function characteristics. Cherkasy. 228 p. [in Ukr.].
- Pustovalov, V., Usatova, I., Korol, T., Suprunovych, V., Khaliavka, R. (2025). Justification of a comprehensive assessment of the physical fitness of middle school students during the post-COVID and wartime periods. *Education. Innovation. Practice*, 4: 61-67. Doi: <https://doi.org/10.31110/2616-650X-vol13i4-008> [in Ukr.].
- Usatova, I., Korol, T., Vedmediuk, A. (2024). An interdisciplinary approach in the professional training of future specialists. *Bulletin of the Bohdan Khmelnytskyi Cherkasy National University. Pedagogical Sciences Series*, 1: 51-57. Doi: <https://doi.org/10.31651/2524-2660-2024-1-51-57> [in Ukr.].
- Usatova, I., Korol, T., Vedmediuk, A. (2025). Formation of professional competencies in bachelor's students of physical education and sports for coaching in team sports. *Bulletin of the Bohdan Khmelnytskyi Cherkasy National University. Pedagogical Sciences Series*, 1: 92-99. Doi: <https://doi.org/10.31651/2524-2660-2025-1-92-99> [in Ukr.].
- Khudolii, O. M., Ivashchenko, O. V. (2014). *Modeling of the learning process and development of motor abilities in children and adolescents: Monograph*. Kharkiv: OVS. 320 p. [in Ukr.].

#### USATOVA Iryna

Ph.D in Pedagogy, Senior Teacher at the Department of Sports Games, Bohdan Khmelnytsky National University in Cherkasy

#### PUSTOVALOV Vitaly

Ph.D in Physical Education and Sports, Associate Professor at the Department of Sports Games, Department of Sports Games, Bohdan Khmelnytsky National University in Cherkasy

#### KOROL Tetyana

Senior Lecturer at the Department of Sports Games, Bohdan Khmelnytsky National University in Cherkasy

#### SUPRUNOVYCH Victoria

Ph.D in Physical Education and Sports, Associate Professor at the Department of Sports Games, Bohdan Khmelnytsky National University in Cherkasy

#### KHALYAVKA Roman

Lecturer at the Department of Sports Games, Bohdan Khmelnytsky National University in Cherkasy

### FORMATION OF STUDENTS' ACADEMIC SUCCESS IN PHYSICAL EDUCATION LESSONS THROUGH THE COMPETENCY-BASED APPROACH IN THE CONTEXT OF THE NEW UKRAINIAN SCHOOL

**Summary.** The current state of academic success of middle school students in physical education lessons has been analyzed in the context of the reform of the general secondary education system in Ukraine. The significance and priority of the competency-based approach as a methodological basis for assessing learning outcomes in the subject area of «Physical Education» have been established.

The main approaches and methods of evaluating students' academic achievements before and during the implementation of the New Ukrainian School (NUS) reform have been identified, ensuring a comprehensive and differentiated analysis of students' physical fitness, taking into account modern educational challenges.

Key tasks and directions for the development of the subject «Physical Education» under the conditions of the NUS have been highlighted, aimed at forming basic physical competencies and increasing motivation for a

healthy lifestyle. The necessity to adapt assessment procedures to the conditions of distance learning caused by quarantine restrictions due to the Covid-19 pandemic and the introduction of martial law, which affected the organization of the educational process, has been substantiated.

The practical experience of assessing students' academic achievements in physical education, based on the results of physical fitness testing of students in grades 6-9, has been studied and summarized. Traditional and modernized assessment methodologies have been compared, considering age, gender, and individual characteristics of students, which allows for increasing the objectivity and effectiveness of the educational process.

Improved approaches to assessing physical fitness have been developed and proposed, incorporating the competency-based approach and the latest pedagogical



*technologies. Further research has been recommended for the systematic improvement of the assessment process, aimed at individualizing learning and maximally considering the physical development features of middle school students. It has been concluded that applying the competency-based approach in the process of forming academic success in physical education lessons promotes students' motivation for regular physical activity and provides conditions for the development of a healthy and*

*socially responsible generation within the framework of the New Ukrainian School.*

**Keywords:** *physical education lessons; academic success; competency-based approach; physical fitness; distance learning; New Ukrainian School; middle school students.*

*Одержано редакцією 12.06.2025  
Прийнято до публікації 20.06.2025*