

ХОМИШАК Оксана

кандидатка педагогічних наук, доцентка, доцентка кафедри практики англійської мови і методики її навчання,
Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка

ОГЛЯД ЗАКОНОДАВСТВА З АНГЛОМОВНОЇ ОСВІТИ В УКРАЇНІ

У статті актуалізовано проблему розвитку англійської мовної освіти в Україні на основі огляду статистичних даних, нормативної бази, наукової літератури, навчально-методичних матеріалів.

Простежено еволюцію законодавства з консолідації англійської освіти, починаючи з 2015 до 2025 років.

Змодельовано систему англійської освіти в Україні, яка охоплює мету, рівні володіння англійською мовою згідно з Загальноєвропейськими рекомендаціями з мовної освіти: оцінювання, вивчення, викладання, структуру англійської освіти, форми, підходи, зміст, принципи, засоби, методи та технології формування

англійської комунікативної компетентності, а також оцінювання результатів навчання.

Здійснено порівняльний аналіз традиційного освітнього процесу з англійської мови та його оновленого формату в цифрову епоху.

Ключові слова: англійська мова, законодавство, пандемія, російсько-українська війна, система англійської освіти.

Одержано редакцією 06.08.2026
Прийнято до публікації 23.08.2026

 <https://doi.org/10.31651/2524-2660-2026-3-129-141>

 <https://orcid.org/0000-0002-0510-0196>

МЕДВЕДОВСЬКА Тетяна

кандидатка педагогічних наук, доцентка,
директорка Міжгалузевого навчально-наукового інституту безперервної очно-дистанційної освіти,
Національний технічний університет «Дніпровська політехніка»

 Medvedovska@nmu.one

 <https://orcid.org/0009-0006-6117-9624>

ПАВЛЕНКО Людмила

кандидатка філологічних наук, доцентка, завідувачка кафедри іноземних мов,
Національний технічний університет «Дніпровська політехніка»

 pavlenko.l.v@nmu.one

 <https://orcid.org/0000-0002-2550-2643>

ВІЛЯНСЬКИЙ Володимир

заслужений тренер України, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання та спорту,
Національний технічний університет «Дніпровська політехніка»

 vilianskyi.v.m@nmu.one

 <https://orcid.org/0009-0007-9937-4377>

СТАВЕНКО Віталій

викладач кафедри фізичного виховання та спорту,
Національний технічний університет «Дніпровська політехніка»

 Stavenko.V.V@nmu.one

 <https://orcid.org/0000-0003-3296-996X>

ПАЩЕНКО Олександр

кандидат технічних наук, доцент, доцент кафедри нафтогазової інженерії та буріння,
Національний технічний університет «Дніпровська політехніка»

 pashchenko.o.a@nmu.one

УДК 378.147.091.2:316.7:796(045)

**ПОЛІКУЛЬТУРНА КОМУНІКАЦІЯ ТА ФІЗИЧНА АКТИВНІСТЬ ЯК ЧИННИКИ
ФОРМУВАННЯ КЛЮЧОВИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ СТУДЕНТІВ**

У статті досліджено роль полікультурної комунікації та фізичної активності як взаємопов'язаних чинників формування ключових компетентностей студентів ЗВО.

Мета – теоретичне обґрунтування та емпірична перевірка інтегрованого впливу зазначених чинників на соціальну, комунікативну та здоров'язберезувальну компетентності.

Експеримент охопив 186 студентів; для експериментальної групи впроваджено інтегровану програму (тренінги з полікультурної комунікації + спортивно-оздоровчі заходи з міжкультурним компонентом).

Результати засвідчили статистично значущий приріст високого рівня всіх трьох

компетентностей в ЕГ (на 18,1–19,2 в.п.) проти 2–3 в.п. у КГ.

Доведено синергетичний ефект: фізична активність нівелює культурні бар'єри через невербальну комунікацію, а полікультурне середовище мотивує до здорового способу життя.

Розроблено практичні рекомендації для впровадження в освітній процес.

Ключові слова: ключові компетентності студентів; полікультурна комунікація; фізична активність; полікультурна компетентність; здоров'язберезувальна компетентність; заклади вищої освіти; інтегрований підхід; педагогічний експеримент; soft skills.

Постановка проблеми. Сучасний етап розвитку вищої освіти в Україні характеризується глибокими трансформаціями, зумовленими як інтеграційними процесами в європейський освітній простір, так і викликами воєнного часу, що суттєво актуалізують питання підготовки конкурентоспроможного, мобільного та психологічно стійкого фахівця. У цих умовах особливої ваги набуває компетентнісна парадигма, яка зміщує акценти із засвоєння суми знань на здатність випускника діяти ефективно в нестандартних, полікультурних і динамічних ситуаціях (Бібік, 2015; Локшина, 2019). Ключові компетентності, серед яких провідне місце посідають соціальна, комунікативна, інформаційна та здоров'язбережувальна, визнаються невід'ємною складовою професійного портрета сучасного спеціаліста (Raven, 2022; European Commission, 2019). Водночас ринок праці дедалі більше вимагає від випускників не лише вузькопрофесійних знань, а й так званих «м'яких навичок» (soft skills) – здатності до ефективної міжкультурної комунікації, роботи в команді, емпатії, стресостійкості, саморегуляції та відповідального ставлення до власного здоров'я. Особливо гостро це відчувається в умовах зростання академічної мобільності, інтернаціоналізації закладів вищої освіти та появи багато-національних студентських груп, де взаєморозуміння і толерантність стають запорукою успішної навчальної та майбутньої професійної діяльності (UNESCO, 2013; Council of Europe, 2018).

Однак реальний стан освітнього процесу у вітчизняних закладах вищої освіти свідчить про суттєву суперечність між окресленими соціальними запитами та традиційними підходами до організації навчання. Полікультурне виховання, як правило, обмежується окремими темами в курсах іноземних мов або педагогіки, тоді як фізичне виховання зберігає переважно оздоровчотренувальний вектор, спрямований на виконання нормативів, і рідко використовується як засіб формування соціальних і комунікативних якостей (Коваль та Федотова, 2021; Круцевич та Безверхня, 2017). Ці дві сфери – полікультурна комунікація та фізична активність – досі розглядаються в освітній практиці як відокремлені, паралельні напрями, що не перетинаються, хоча в реальному житті вони тісно взаємопов'язані: спільна спортивна діяльність нівелює культурні бар'єри, а міжкультурний діалог часто відбувається через невербальні канали, що активно розвиваються в руховій активності (Андрєєва, 2024; Руденко, 2021). Така роз'єднаність призводить до втрати потужного виховного та розвивального ресурсу, який міг би стати дієвим інструментом

формування ключових компетентностей студентів, якщо застосовувати ці чинники в їх взаємозв'язку.

Проблема ускладнюється ще й тим, що сучасна студентська молодь демонструє тривожну тенденцію до зниження рівня фізичної активності, поширення гіподинамії, зростання психоемоційного напруження та хронічної втоми (Москаленко, 2025; Іванова та Коваль, 2022). Водночас спостерігається недостатній рівень сформованості комунікативних навичок у міжкультурному просторі, що проявляється у складностях адаптації до іншомовного середовища, стереотипізації мислення та низькій толерантності (Гуренко, 2014; Остапенко, 2019). Це свідчить про нагальну потребу в науковому пошуку нових освітніх стратегій, які б інтегрували полікультурний та фізкультурно-оздоровчий компоненти в єдину систему, здатну впливати на розвиток ключових компетентностей комплексно.

Незважаючи на значну кількість наукових праць, присвячених окремим аспектам полікультурної освіти (Гуренко, 2013; Панащенко, 2018) та фізичного виховання у вищій школі (Москаленко, 2015; Андрєєва, 2017), бракує комплексних досліджень, які б розглядали полікультурну комунікацію та фізичну активність як взаємопов'язані чинники формування ключових компетентностей студентів. Відсутнє теоретичне обґрунтування синергетичного ефекту їх поєднання, не визначено механізмів взаємовпливу, не розроблено діагностичного інструментарію для оцінювання спільного впливу на соціальні, комунікативні та здоров'язбережувальні навички студентів. Відтак проблема дослідження полягає у необхідності усунення зазначених суперечностей та заповнення наукових прогалин через системне вивчення потенціалу полікультурної комунікації та фізичної активності як чинників формування ключових компетентностей, що й зумовлює вибір теми, мету та завдання цієї роботи.

Мета дослідження. Метою цієї наукової роботи є теоретичне обґрунтування та емпіричне дослідження ролі полікультурної комунікації та фізичної активності як взаємопов'язаних чинників формування ключових компетентностей студентів закладів вищої освіти. Досягнення поставленої мети передбачає розв'язання низки конкретних завдань, які випливають із логіки наукового пошуку та окресленої проблематики. Насамперед необхідно визначити структуру ключових компетентностей студентів, оскільки саме чітке розуміння їхнього компонентного складу дозволить згодом оцінити вплив досліджуваних чинників на кожен із елементів цієї складної системи (Бібік, 2004;

Овчарук, 2004). Зважаючи на те, що сучасна педагогічна наука пропонує різноманітні класифікації – від базових навичок спілкування до вузькоспеціалізованих професійних умінь, – важливо виокремити ті ключові компетентності, які є найбільш чутливими до впливу полікультурного середовища та рухової активності, зокрема соціальну, комунікативну, здоров'язбережувальну та особистісну (Локшина, 2019; European Commission, 2019).

Другим завданням постає необхідність розкрити зміст та функції полікультурної компетентності як невід'ємної складової професійної підготовки сучасного фахівця. Йдеться не лише про формальне визначення цього феномену, а про глибокий аналіз його структурних елементів – когнітивного (знання про культури, історію, традиції, цінності різних народів), емоційно-ціннісного (толерантність, емпатія, повага до культурної різноманітності), комунікативно-поведінкового (здатність будувати діалог, долати стереотипи, запобігати конфліктам) та рефлексивного (здатність критично осмислювати власну культурну ідентичність і сприймати інші культури без упереджень) (Гуренко, 2014; Коваль та Федотова, 2021; UNESCO, 2013). Також важливо схарактеризувати функціональне навантаження полікультурної компетентності – її миротворчу, регулятивну, культурозберігаючу, соціалізуючу та комунікативну функції, адже саме через призму цих функцій можна визначити, які саме аспекти особистості розвиваються під впливом міжкультурної взаємодії (Council of Europe, 2018; Федотова, 2020).

Третє завдання полягає у характеристиці потенціалу фізичної активності для розвитку особистісних якостей студентів, причому не лише у традиційному оздоровчому аспекті, а в значно ширшому – як засобу формування комунікативних, вольових, емоційно-регулятивних та соціальних навичок. У цьому контексті фізична активність розглядається не тільки як чинник збереження здоров'я, а й як унікальне середовище для навчання командної взаємодії, розвитку лідерських якостей, виховання дисципліни, подолання стресових ситуацій, формування адекватної самооцінки та навичок невербальної комунікації (Москаленко, 2015; Андреева, 2017; Круцевич та Безверхня, 2017). Особливої уваги потребує аналіз механізмів, через які систематична рухова активність впливає на когнітивні процеси – увагу, пам'ять, швидкість прийняття рішень – оскільки це безпосередньо корелює з академічними успіхами та професійною мобільністю студентів (Платонов, 2000; WHO, 2018).

Четверте, найважливіше завдання, передбачає експериментальну перевірку ефективності інтегрованого підходу до розвитку компетентностей через поєднання зазначених чинників. Це означає, що в межах дослідження розробляється й впроваджується спеціальна програма, яка органічно синтезує полікультурну комунікацію та фізичну активність, наприклад, шляхом проведення спільних спортивно-етнічних фестивалів, міжкультурних тренінгів з елементами рухливих ігор, командних змагань за участю студентів різних національностей, оздоровчих заходів з інтерактивним міжкультурним супроводом. Ефективність цього підходу оцінюється через порівняльний аналіз рівнів сформованості ключових компетентностей в експериментальній та контрольній групах до і після впровадження програми, а також через виявлення статистично значущих кореляцій між показниками полікультурної компетентності, рівнем фізичної активності та загальним розвитком «м'яких навичок» студентів.

Аналіз досліджень та публікацій. Проблематика формування ключових компетентностей студентської молоді перебуває в центрі уваги вітчизняних і зарубіжних дослідників уже не одне десятиліття, що зумовлено переходом вищої освіти від знаннево-орієнтованої до компетентнісної парадигми. Теоретико-методологічні засади компетентнісного підходу ґрунтовно висвітлені в працях провідних науковців, зокрема Н. Бібік (2004; 2015), яка акцентує увагу на ключових компетентностях як результаті навчання, що має міжпредметний та надпредметний характер, та О. Локшиної (2019), яка досліджує структуру компетентностей у контексті сучасних освітніх реформ в Україні та їх узгодження з європейськими рекомендаціями. Значний внесок у розроблення поняттєво-категоріального апарату зробили О. Овчарук (2004) та О. Пометун (2004), які систематизували ключові компетентності за різними групами, а також Дж. Равен (Raven, 2022), чиї дослідження заклали підвалини для розуміння компетентності не як суми знань, а як здатності особистості діяти ефективно в різноманітних життєвих ситуаціях. Європейська довідкова рамка ключових компетентностей для навчання впродовж життя (European Commission, 2019) визначає вісім ключових компетентностей, серед яких спілкування рідною та іноземними мовами, математична та природнича грамотність, інформаційно-цифрова компетентність, соціальна та громадянська, а також здоров'язбережувальна, яка в умовах сучасних соціальних та екологічних викликів набуває особливої значущості. Водночас у зазначених роботах лише

констатується важливість цих компетентностей, однак не пропонуються конкретні механізми їх формування через інтеграцію різних освітніх чинників, що створює простір для подальших досліджень.

Окремий пласт наукової літератури становлять праці, присвячені полікультурній освіті та розвитку полікультурної компетентності студентів. Теоретичні засади цього феномену розроблялися в дослідженнях О. Гуренко (2013; 2014), яка обґрунтувала полікультурну компетентність як інтегративну якість особистості, що включає в себе систему полікультурних знань, умінь, ціннісних орієнтацій та готовність до міжкультурної взаємодії. А. Панасенко (2018) зосередила увагу на психологічних аспектах полікультурної комунікації, зокрема на формуванні толерантності, емпатії та здатності до подолання культурних стереотипів і упереджень, що є критично важливим для майбутніх фахівців, які працюватимуть у багатонаціональних колективах. А. Коваль та Г. Федотова (2021) розробили структурно-функціональну модель полікультурної компетентності, виокремивши в ній когнітивний (знання культур, історії, традицій, правових норм), емоційно-ціннісний (повага до культурної різноманітності, толерантність, відкритість до діалогу), комунікативно-діяльнісний (навички міжкультурного спілкування, володіння іноземними мовами, вміння запобігати конфліктам) та рефлексивно-оцінний (здатність критично осмислювати власну культурну ідентичність та аналізувати ефективність міжкультурної взаємодії) компоненти. Н. Остапенко (2019) наголошувала на необхідності формування полікультурної компетентності не лише на заняттях з іноземних мов, а й через створення полікультурного освітнього середовища, яке б сприяло безпосередньому спілкуванню студентів різних національностей у позааудиторній діяльності. Міжнародні документи UNESCO (2013) та Council of Europe (2018) підкреслюють важливість міжкультурної компетентності як ключової навички XXI століття. Попри значну теоретичну цінність цих напрацювань, вони переважно зосереджуються на вербальних та когнітивних аспектах міжкультурного діалогу, залишаючи поза увагою тілесно-кінестетичний, поведінковий і невербальний виміри комунікації, які, як відомо, відіграють суттєву роль у міжкультурному порозумінні, особливо коли мовний бар'єр є суттєвим.

Не менш важливий напрям представлений дослідженнями з проблем фізичного виховання та здоров'язбереження у вищій школі. Зокрема, Н. Москаленко (2015; 2025) у своїх роботах обґрунтувала необхідність переходу від традиційної системи фізич-

ного виховання, орієнтованої на виконання контрольних нормативів, до особистісно-орієнтованої моделі, яка враховує інтереси, мотиви та індивідуальні особливості студентів і спрямована на формування стійкої потреби в здоровому способі життя. О. Андреева (2017; 2024) досліджувала вплив різних видів рухової активності на психофізичний стан студентів, доводячи, що систематичні фізичні навантаження сприяють не лише покращенню соматичного здоров'я, а й підвищенню когнітивних функцій – уваги, пам'яті, швидкості переробки інформації, що безпосередньо позначається на академічній успішності. Т. Круцевич та Г. Безверхня (2017) у своєму підручнику акцентували увагу на соціальному аспекті фізичної активності, наголошуючи, що заняття командними видами спорту розвивають навички співпраці, взаємодопомоги, лідерства, здатності підпорядковувати особисті інтереси загальній меті, а також формують стресостійкість і саморегуляцію. Ю. Руденко (2021) та А. Іванова зі співавтором (2022) досліджували психологічні аспекти здоров'язбереження студентів. Всесвітня організація охорони здоров'я (WHO, 2018; 2020) наголошує на критичній важливості достатнього рівня фізичної активності для всіх вікових груп. Однак ці дослідження, як правило, зосереджені на вивченні окремих аспектів – впливу фізичних вправ на здоров'я або на когнітивні процеси, і не розглядають фізичну активність як чинник розвитку соціальних і комунікативних компетентностей у контексті полікультурної взаємодії.

Підсумовуючи огляд наукового доробку, слід зазначити, що, попри значну кількість праць із проблем компетентнісного підходу, полікультурної освіти та фізичного виховання, переважна більшість досліджень розглядає полікультурну комунікацію та фізичну активність як окремі, ізольовані чинники, що діють паралельно, а не взаємодіють між собою. На сьогодні практично відсутні роботи, які б встановлювали кореляційні зв'язки між рівнем фізичної активності студентів та їхньою здатністю до ефективного міжкультурного діалогу, толерантності та емпатії. Не розроблено методик інтеграції полікультурного та фізкультурно-оздоровчого компонентів в освітній процес закладів вищої освіти – поза межами окремих спортивних змагань або разових заходів, які не забезпечують системного впливу. Відсутній діагностичний інструментарій, який би дозволяв оцінювати синергетичний ефект поєднання цих чинників, а також не визначено педагогічних умов, за яких така інтеграція є найбільш ефективною. Саме ці прогалини й зумовлюють необхідність проведення нашого дослідження,

покликаного заповнити означені лакуни та запропонувати науково обґрунтований підхід до комплексного використання полікультурної комунікації та фізичної активності для формування ключових компетентностей студентів.

Виклад основного матеріалу. У межах теоретичного обґрунтування феноменів дослідження насамперед було уточнено сутність ключових компетентностей студентів із акцентом на ті з них, які є найбільш чутливими до впливу полікультурного середовища та рухової активності, а саме соціальну, комунікативну та здоров'язбережувальну (Бібік, 2015; Локшина, 2019). Соціальна компетентність розуміється як здатність особистості до ефективної взаємодії з іншими людьми, розуміння соціальних ролей, норм і правил поведінки в різних групах, уміння конструктивно розв'язувати конфлікти та працювати в команді (Raven,

2022). Комунікативна компетентність передбачає володіння вербальними та невербальними засобами спілкування, здатність адекватно сприймати й інтерпретувати інформацію, будувати діалог з урахуванням контексту та особливостей співрозмовника, а також готовність до міжкультурної комунікації (European Commission, 2019). Здоров'язбережувальна компетентність, своєю чергою, охоплює систему знань, умінь і ціннісних орієнтацій, спрямованих на збереження та зміцнення фізичного, психічного і соціального здоров'я, ведення здорового способу життя, усвідомлення відповідальності за власне благополуччя та формування культури здоров'я (WHO, 2020; Іванова та Коваль, 2022). Узагальнена структура ключових компетентностей, які виступають предметом нашого дослідження, представлена в таблиці 1.

Таблиця 1

Структура ключових компетентностей студентів, що формуються під впливом полікультурної комунікації та фізичної активності

Компетентність	Компоненти	Показники сформованості
Соціальна	Когнітивний (знання соціальних норм, ролей), емоційно-ціннісний (повага до інших, емпатія), поведінковий (навички взаємодії, співпраці)	Здатність до командної роботи, конструктивного розв'язання конфліктів, адаптація до соціальних змін
Комунікативна	Мовленнєвий (володіння засобами спілкування), інтеракційний (навички діалогу, переконання), перцептивний (розуміння співрозмовника)	Ефективне вербальне та невербальне спілкування, толерантність до різних точок зору, міжкультурний діалог
Здоров'язбережувальна	Інформаційний (знання про здоров'я, здоровий спосіб життя), мотиваційно-ціннісний (цінність здоров'я), діяльнісний (навички здоров'язбереження)	Усвідомлене ставлення до здоров'я, регулярна фізична активність, стресостійкість, саморегуляція

Джерело: розроблено авторами на основі аналізу наукових джерел (Бібік, 2015; Локшина, 2019; Raven, 2022; European Commission, 2019; WHO, 2020).

Характеризуючи полікультурну компетентність як складне інтегративне утворення, ми виокремили її ключові складники – толерантність, емпатію та навички міжкультурної взаємодії (Гуренко, 2014; Коваль та Федотова, 2021). Толерантність розглядається не як пасивна терпимість, а як активна позиція поваги до інших культур, визнання рівності та унікальності кожної людини незалежно від її етнічного, релігійного чи соціального походження (UNESCO, 2013). Емпатія, своєю чергою, забезпечує здатність розуміти емоційний стан представників інших культур, співпереживати їм і будувати довірливі стосунки на основі взаєморозуміння (Панасенко, 2018).

Навички міжкультурної взаємодії охоплюють уміння долати культурні стереотипи, запобігати та розв'язувати міжкультурні конфлікти, адаптувати власну поведінку до культурних норм партнера, що особливо важливо в умовах навчання в багатонаціональних студентських групах (Council of

Europe, 2018; Остапенко, 2019). Взаємозв'язок полікультурної комунікації та фізичної активності у формуванні зазначених якостей схематично відображено на рисунку 1.

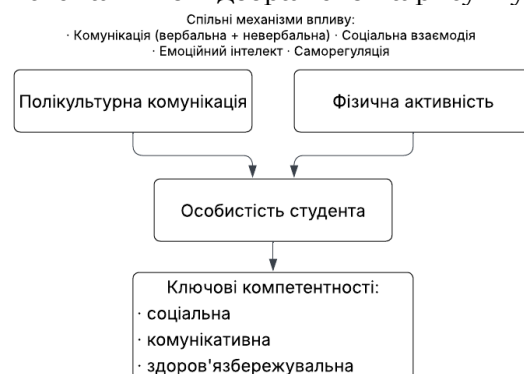


Рис. 1. Схема взаємозв'язку полікультурної комунікації та фізичної активності як чинників формування ключових компетентностей студентів

Примітка до рисунка: центральне місце посідає особистість студента, на яку через полікультурну комунікацію та фізичну активність

впливають спільні механізми – вербальна та невербальна комунікація, соціальна взаємодія, емоційний інтелект, саморегуляція – що в результаті забезпечує формування соціальної, комунікативної та здоров'язбережувальної компетентностей.

Роль фізичної активності у формуванні ключових компетентностей, на наш погляд, не обмежується суто оздоровчим ефектом. Систематичні заняття фізичною культурою та спортом розвивають саморегуляцію – здатність контролювати власні емоції, долати втому, мобілізувати внутрішні резерви в стресових ситуаціях (Москаленко, 2015; Андреева, 2017). Командна робота під час спортивних ігор та естафет формує навички співпраці, взаємопідтримки, розподілу ролей, підпорядкування особистих інтересів командній меті, що безпосередньо корелює з соціальною компетентністю (Круцевич та Безверхня, 2017). Заняття фізичними вправами сприяють підвищенню стресостійкості завдяки виробленню адаптаційних механізмів до фізичних та психоемоційних навантажень, а також покращенню когнітивних процесів – уваги, пам'яті, швидкості прийняття рішень, що позитивно впливає на академічну успішність і комунікативну гнучкість студентів (Платонов, 2000; WHO, 2018). Отже, фізична активність постає універсальним засобом не лише фізичного, а й соціального та емоційного розвитку особистості (Руденко, 2021).

На основі проведеного теоретичного аналізу нами було сформульовано авторський концептуальний підхід, згідно з яким спільним знаменником для обох чинників – полікультурної комунікації та фізичної активності – виступають комунікація (як вербальна, так і невербальна) та соціальна взаємодія (Андреева, 2024; Руденко, 2021). У спорті та в міжкультурному середовищі діють схожі механізми: учасники вчаться розуміти один одного без слів (через жести, міміку, рухи), узгоджувати спільні дії, долати бар'єри, довіряти партнерам, досягати спільної мети. Саме ця спільна основа дозволяє говорити про синергетичний ефект їх поєднання, коли результат інтегрованого впливу перевищує суму окремих ефектів кожного чинника.

Для емпіричної перевірки висунутої концепції було організовано педагогічний експеримент. У дослідженні взяли участь 186 студентів першого та другого курсів денної форми навчання різних спеціальностей (педагогічні, економічні, технічні та гуманітарні спеціальності) віком від 17 до 21 року, які навчаються в одному з закладів вищої освіти міста. Вибірка була поділена на дві групи – експериментальну (94 особи) та контрольну (92 особи), які були зіставні за основними соціально-демографічними показниками. Характеристика вибірки студентів представлена в таблиці 2.

Таблиця 2

Характеристика вибірки
студентів – учасників педагогічного експерименту

Показник	Експериментальна група (n=94)	Контрольна група (n=92)
Середній вік	19,2 ± 0,4 року	19,1 ± 0,3 року
Гендерний склад (чол./жін., %)	46,8 / 53,2	45,7 / 54,3
Спеціальності	Педагогічні, гуманітарні, економічні, технічні	Педагогічні, гуманітарні, економічні, технічні
Середній бал успішності (за 100-бальною шкалою)	78,6 ± 2,1	79,2 ± 1,9

Джерело: розроблено авторами.

Діагностичний інструментарій дослідження включав комплекс методик, спрямованих на оцінювання рівня сформованості досліджуваних компетентностей. Для діагностики полікультурної компетентності використовувався адаптований опитувальник на виявлення рівня толерантності (Солдатова, Шайгерова, 2020), шкала емпатії (Меграбян, Епштейн, 2019) та блок запитань для оцінювання навичок міжкультурної взаємодії. Рівень фізичної активності визначався за допомогою Міжнародного опитувальника фізичної активності (IPAQ) в українській адаптації (Андреева, Кашуба,

2016), а також через об'єктивні показники (результати тестів фізичної підготовленості). Комунікативні здібності оцінювалися за допомогою тесту комунікативних умінь та опитувальника КОС-2 (Максименко, 2005), а також методики діагностики комунікативної толерантності (Бойко, 2018). Крім того, для оцінювання загального рівня ключових компетентностей застосовувався експертний метод (оцінка викладачами та кураторами академічних груп за попередньо розробленими критеріями).

Діагностичний інструментарій узагальнено в таблиці 3.

Діагностичний інструментарій емпіричного дослідження

Досліджувані феномен	Використані методики	Показники, що діагностуються
Полікультурна компетентність	Опитувальник толерантності (Солдатова, Шайгерова, 2020), шкала емпатії (Меграбян, Епштейн, 2019), блок запитань про міжкультурну взаємодію	Етнічна толерантність, соціальна толерантність, емпатія, готовність до міжкультурного діалогу, подолання стереотипів
Фізична активність	Міжнародний опитувальник фізичної активності (IPAQ) (Андрєєва та Кашуба, 2016), тести фізичної підготовленості	Загальний рівень рухової активності (МЕТ-хв/тиждень), швидкість, сила, витривалість, гнучкість
Комунікативні здібності	Тест комунікативних умінь, опитувальник КОС-2 (Максименко, 2005), методика діагностики комунікативної толерантності (Бойко, 2018)	Здатність до встановлення контактів, вербальна та невербальна комунікація, організаторські схильності, комунікативна толерантність
Ключові компетентності (загальний рівень)	Експертне оцінювання (викладачі, куратори)	Соціальна, комунікативна, здоров'язбережувальна компетентності (інтегральна оцінка)

Експеримент проводився у три етапи: констатувальний, формувальний та контрольний, що дозволило простежити динаміку змін під впливом запровадженої програми. Схему організації експериментального дослідження подано на рисунку 2.

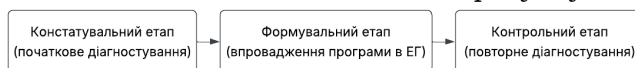


Рис. 2. Етапи організації педагогічного експерименту з дослідження впливу полікультурної комунікації та фізичної активності на формування ключових компетентностей студентів

Примітка до рисунка: на констатувальному етапі проводилося початкове діагностування обох груп; на формувальному – впровадження інтегрованої програми лише в експериментальній групі; на контрольному – повторне діагностування в обох групах та порівняльний аналіз результатів.

На констатувальному етапі було виявлено, що більшість студентів обох груп мають низький та середній рівні сформова-

ності досліджуваних компетентностей. Так, лише 18,3% студентів показали високий рівень полікультурної толерантності, а 22,6% – високий рівень комунікативних умінь. Рівень фізичної активності виявився ще нижчим: лише 15,1% студентів відповідали нормі достатньої рухової активності (згідно з рекомендаціями ВООЗ – не менше 150 хвилин помірно або 75 хвилин інтенсивної активності на тиждень) (WHO, 2020). Найважливішим результатом констатувального етапу стало встановлення прямої кореляційної залежності між рівнем фізичної активності та рівнем комунікативної гнучкості: студенти з вищим рівнем рухової активності демонстрували статистично значуще вищі показники емпатії ($r=0,42$, $p<0,01$), толерантності ($r=0,38$, $p<0,01$) та здатності до командної взаємодії ($r=0,45$, $p<0,01$). Результати констатувального етапу в експериментальній та контрольній групах наведено в таблиці 4.

Таблиця 4

Рівні сформованості ключових компетентностей студентів на констатувальному етапі експерименту (%)

Компетентність	Рівень	Експериментальна група (n=94)	Контрольна група (n=92)
Соціальна	Високий	17,0	17,4
Соціальна	Середній	48,9	48,9
Соціальна	Низький	34,1	33,7
Комунікативна	Високий	22,3	22,8
Комунікативна	Середній	44,7	45,7
Комунікативна	Низький	33,0	31,5
Здоров'язбережувальна	Високий	14,9	15,2
Здоров'язбережувальна	Середній	41,5	42,4
Здоров'язбережувальна	Низький	43,6	42,4

На формувальному етапі в експериментальній групі було впроваджено інтегровану програму, яка поєднувала інтерактивні тренінги з полікультурної комунікації та

спортивно-оздоровчі заходи з міжкультурним компонентом. Серед ключових заходів програми – тренінг «Діалог культур: пізнаймо один одного», цикл занять «Спорт

без кордонів» (командні змагання, де студенти різних національностей об'єднувалися в змішані команди), етно-спортивні фестивалі (знайомство з традиційними рухливими іграми різних народів світу), майстер-класи з невербальної комунікації під час спільних тренувань, а також дискусійні клуби на теми «Культура та спорт: спільні цінності» та «Здоровий спосіб життя як глобальна цінність людства». Контрольна група навчалася за традиційною програмою без спеціальної інтеграції зазначених чинників. Тривалість формувального етапу становила 6 місяців (один повний семестр), протягом якого студенти експериментальної групи брали участь у запланованих заходах систематично (не менше 2 разів на тиждень).

На контрольному етапі було проведено повторне діагностування в обох групах за тим самим інструментарієм, що й на

початку експерименту. Результати показали суттєву позитивну динаміку в експериментальній групі порівняно з контрольною. Зокрема, в експериментальній групі частка студентів із високим рівнем соціальної компетентності зросла з 17,0% до 35,1%, комунікативної – з 22,3% до 41,5%, здоров'язбережувальної – з 14,9% до 33,0%, тоді як у контрольній групі зміни були незначними (приріст не перевищував 2–3%). Показники емпатії в експериментальній групі зросли в середньому на 23,4%, рівень толерантності – на 21,7%, комунікабельності – на 25,2%, а показники фізичної витривалості (за результатами тестів) покращилися в середньому на 18,6%. Усі зафіксовані зміни є статистично значущими ($p < 0,05$). Порівняльні результати експериментальної та контрольної груп на контрольному етапі наведено в таблиці 5.

Таблиця 5

Порівняльні результати
сформованості ключових компетентностей студентів
на контрольному етапі експерименту (%)

Компетентність	Рівень	Експериментальна група (n=94)	Контрольна група (n=92)	Приріст в ЕГ (в.п.)	Приріст в КГ (в.п.)
Соціальна	Високий	35,1	19,6	+18,1	+2,2
Соціальна	Середній	48,9	50,0	0,0	+1,1
Соціальна	Низький	16,0	30,4	-18,1	-3,3
Комунікативна	Високий	41,5	25,0	+19,2	+2,2
Комунікативна	Середній	43,6	47,8	-1,1	+2,1
Комунікативна	Низький	14,9	27,2	-18,1	-4,3
Здоров'язбережувальна	Високий	33,0	17,4	+18,1	+2,2
Здоров'язбережувальна	Середній	44,7	44,6	+3,2	+2,2
Здоров'язбережувальна	Низький	22,3	38,0	-21,3	-4,4

Динаміку змін рівнів сформованості компетентностей в експериментальній групі до та після впровадження програми наочно відображено на рисунку 3.

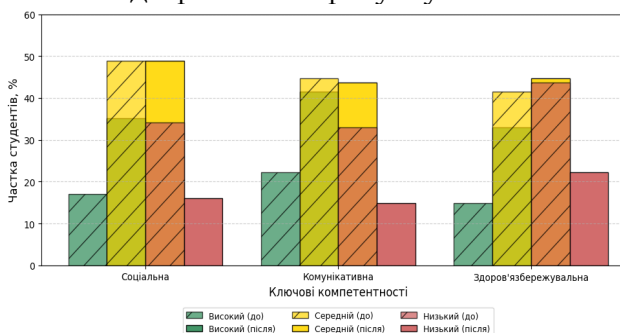


Рис. 3. Динаміка змін рівнів сформованості ключових компетентностей студентів експериментальної групи (констатувальний vs контрольний етапи)

Примітка до рисунка: діаграма демонструє зростання частки студентів із високим рівнем усіх трьох компетентностей та відповідне зменшення частки з низьким рівнем після впровадження інтегрованої програми.

Інтерпретація отриманих даних дозволяє стверджувати, що спільна фізична діяльність виступає потужним інструментом нівелювання мовних та культурних бар'єрів. Під час спортивних занять, особливо командних видів, студенти різних національностей змушені шукати спільну «мову тіла» – жести, пози, міміку, ритм рухів – що створює універсальний канал невербальної комунікації, доступний і зрозумілий усім незалежно від рівня володіння вербальною мовою. Цей емоційний зв'язок, що виникає під час спільних фізичних зусиль, сприяє формуванню взаємної довіри, знижує тривожність перед спілкуванням з представниками інших культур і полегшує подальше засвоєння культурних норм, традицій і цінностей. Студенти, які брали участь в етно-спортивних фестивалях, легше встановлювали контакти з іноземними студентами, виявляли більшу зацікавленість у вивченні їхньої культури та демонстрували вищий рівень емпатії у повсякденному спілкуванні. Механізми такого впливу схематично представлено на рисунку 4.

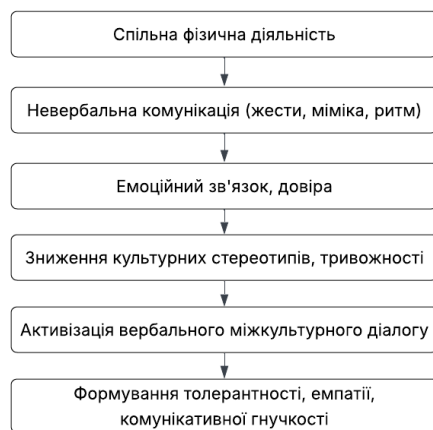


Рис. 4. Механізми впливу спільної фізичної діяльності на подолання міжкультурних бар'єрів та формування комунікативних компетентностей

Примітка до рисунка: спільна фізична діяльність → невербальна комунікація (жести, міміка, ритм) → емоційний зв'язок, довіра → зниження культурних стереотипів, тривожності → активізація вербального міжкультурного діалогу → формування толерантності, емпатії, комунікативної гнучкості.

Водночас полікультурне середовище, у якому студенти різних національностей спілкуються, обмінюються досвідом та спільно вирішують завдання, стимулює інтерес до здорового способу життя як загальнолюдської цінності. Учасники експериментальної програми зазначали, що знайомство з традиціями здоров'язбереження різних народів (східні практики дихання, скандинавська ходьба, традиційні ігри, національні види спорту) сприяло розширенню їхнього власного арсеналу засобів фізичної активності та усвідомленню того, що турбота про здоров'я є універсальною цінністю, яка об'єднує людей незалежно від культурної приналежності. Таким чином, полікультурна комунікація виступає додатковим мотиваційним чинником для підвищення фізичної активності, а фізична активність, своєю чергою, – ефективним засобом подолання міжкультурних бар'єрів, що створює позитивний зворотний зв'язок і підсилює загальний розвивальний ефект. Це підтверджує висунуту гіпотезу про синергетичний характер впливу досліджуваних чинників і свідчить про доцільність запровадження запропонованої інтегрованої програми в освітній процес закладів вищої освіти.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Проведене теоретико-емпіричне дослідження дозволяє сформулювати низку висновків, які підтверджують висунуту гіпотезу та розкривають наукову новизну отриманих результатів. Насамперед встановлено, що полікультурна комунікація та фізична активність є не окремими, ізольованими чинниками, а взаємодоповнювальними компонентами єдиної системи

формування ключових компетентностей студентів закладів вищої освіти. Їхній вплив не обмежується відповідно лише сферою міжкультурного спілкування або суто фізичного розвитку – обидва чинники активно діють на когнітивну, емоційно-вольову та поведінкову сфери особистості, забезпечуючи комплексний розвиток соціальних, комунікативних та особистісних якостей. Зокрема, полікультурна комунікація, виступаючи середовищем міжкультурного діалогу, сприяє формуванню толерантності, емпатії, здатності долати стереотипи та будувати конструктивні стосунки з представниками різних культур, що є необхідною умовою успішної соціалізації та професійної самореалізації в глобалізованому світі. Водночас фізична активність, окрім беззаперечного оздоровчого ефекту, виступає дієвим засобом розвитку саморегуляції, стресостійкості, командної взаємодії, невербальної комунікації та когнітивної гнучкості, що безпосередньо корелює з рівнем сформованості ключових компетентностей. Таким чином, обидва чинники мають спільне концептуальне підґрунтя – комунікацію (вербальну та невербальну) та соціальну взаємодію, що робить їх природними «союзниками» в освітньому процесі.

Другим важливим висновком є те, що синергетичне поєднання полікультурної комунікації та фізичної активності дає вищий приріст у розвитку «м'яких навичок» (soft skills) – комунікабельності, стресостійкості, командної роботи, емпатії, саморегуляції – порівняно з їх ізольованим застосуванням. Як показали результати експерименту, в експериментальній групі, де впроваджувалася інтегрована програма, приріст високого рівня соціальної компетентності становив 18,1 відсоткового пункту, комунікативної – 19,2 пункту, здоров'язбережувальної – 18,1 пункту, тоді як у контрольній групі, де чинники діяли окремо в межах традиційного навчального процесу, ці показники зросли лише на 2–3 пункти. Така суттєва різниця підтверджує ефект взаємопідсилення: спільна фізична діяльність створює універсальний канал невербальної комунікації, який нівелює мовні та культурні бар'єри, породжує довіру та емоційний зв'язок, що в подальшому полегшує вербальний міжкультурний діалог; водночас полікультурне середовище, демонструючи різноманіття традицій здоров'язбереження, стимулює інтерес студентів до здорового способу життя як загальнолюдської цінності, підвищуючи їхню мотивацію до систематичної фізичної активності. Цей подвійний позитивний зворотний зв'язок забезпечує стійкі та довготривалі зміни в особистісному розвитку студентів, що не

спостерігається при традиційному, роз'єданому підході.

Третій висновок стосується безпосередньо практичної ефективності запропонованої інтегрованої методики, яка була експериментально доведена через статистично значуще підвищення загального рівня ключових компетентностей студентів експериментальної групи. Розроблена програма, що поєднала інтерактивні тренінги з полікультурної комунікації, спортивно-оздоровчі заходи з міжкультурним компонентом (зокрема, «Спорт без кордонів», етно-спортивні фестивалі, майстер-класи з невербальної комунікації під час тренувань, дискусійні клуби на теми перетину культури та здоров'я), засвідчила свою здатність суттєво впливати на всі компоненти досліджуваних компетентностей – когнітивний (зростання знань про культури та здоровий спосіб життя), емоційно-ціннісний (підвищення емпатії, толерантності, цінності власного здоров'я) та поведінковий (активна участь у міжкультурних заходах, регулярна фізична активність, застосування навичок командної роботи). Отримані результати є не лише статистично значущими ($p < 0,05$), а й педагогічно інтерпретованими, що дозволяє рекомендувати цю методику до широкого впровадження в освітню практику. Узагальнені результати експерименту наочно демонструє рисунок 5.

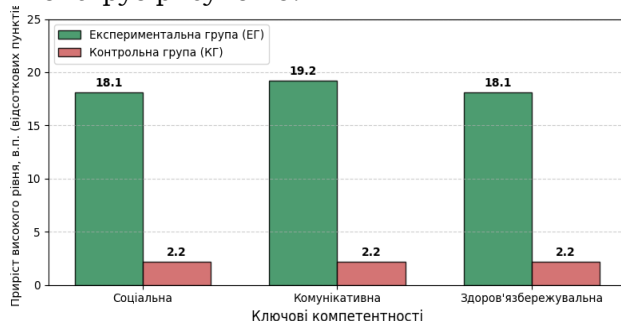


Рис. 5. Узагальнені результати впливу інтегрованої програми на формування ключових компетентностей студентів експериментальної групи (приріст високого рівня, в.п.)

Примітка до рисунка: стовпчикова діаграма ілюструє приріст високого рівня соціальної, комунікативної та здоров'язбережувальної компетентностей в експериментальній групі після впровадження програми (18,1; 19,2 та 18,1 в.п. відповідно), що суттєво перевищує аналогічні показники в контрольній групі (2,2; 2,2 та 2,2 в.п.).

Практичне значення виконаного дослідження полягає в тому, що розроблені теоретичні положення та емпірично апробовані рекомендації можуть бути безпосередньо впроваджені в освітній процес будь-якого закладу вищої освіти, незалежно від його профілю чи форми власності. Зокрема, результати дослідження доцільно вико-

ристовувати для оновлення програм із фізичного виховання, включаючи до них елементи міжкультурного спілкування, командних видів діяльності та ігор народів світу; для проведення кураторських годин та виховних заходів, спрямованих на формування толерантності, емпатії та здорового способу життя; для організації роботи міжнародних відділів з адаптації іноземних студентів через залучення їх до спільних спортивно-культурних заходів. Крім того, запропонований діагностичний інструментарій може бути використаний викладачами та кураторами для моніторингу рівня сформованості ключових компетентностей студентів у динаміці, а розроблена інтегрована програма може стати основою для створення подібних курсів у різних закладах освіти з урахуванням їхньої специфіки. Отримані результати також можуть бути корисними для науково-педагогічних працівників, які досліджують проблеми компетентісного підходу, полікультурної освіти, фізичного виховання та здоров'язбереження у вищій школі, а також для адміністрації ЗВО при формуванні стратегій виховної та позааудиторної роботи в умовах інтернаціоналізації вищої освіти.

Водночас проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів порушеної проблеми й окреслює перспективні напрями для подальших наукових пошуків. Насамперед видається доцільним вивчення впливу полікультурної комунікації та фізичної активності на формування не лише загальних (ключових), а й професійних компетентностей, причому диференційовано за різними спеціальностями. Зокрема, важливо дослідити, як саме інтеграція цих чинників впливає на формування професійно-педагогічної компетентності майбутніх учителів (здатність працювати в полікультурному класі, використовувати рухову активність у навчально-виховному процесі), управлінської компетентності майбутніх менеджерів (здатність керувати багатонаціональними колективами, використовувати командотворювальний потенціал спорту) або професійної компетентності майбутніх лікарів (формування культури здоров'я, навичок міжкультурного спілкування з пацієнтами різного етнічного походження). Така диференціація дозволить розробити більш точкові та ефективні методики з урахуванням специфіки майбутньої професії.

Другим перспективним напрямом є розробка цифрового інструментарію для дистанційного моніторингу рівня сформованості полікультурної та здоров'язбережувальної компетентностей студентів. У сучасних умовах, коли значна частина освітнього процесу переміщується в онлайн-середовище,

виникає потреба в автоматизованих, стандартизованих та доступних інструментах оцінювання, які б дозволяли викладачам відстежувати динаміку розвитку компетентностей незалежно від форми навчання (очна, дистанційна, змішана). Такий інструментарій може базуватися на адаптованих опитувальниках, комп'ютерних тестах з елементами гейміфікації, платформах для самооцінювання та взаємооцінювання студентами власних «м'яких навичок», а також на системах аналізу поведінкових патернів у віртуальних командах. Це дозволить зробити процес моніторингу безперервним, об'єктивним і менш трудомістким.

Третім перспективним напрямом є дослідження гендерних та вікових особливостей впливу фізичної активності на міжкультурну комунікацію та формування ключових компетентностей. Як показало наше дослідження, реакція студентів на інтегровану програму мала певні індивідуальні варіації, що може бути пов'язано з психофізіологічними відмінностями між юнаками та дівчатами, а також між студентами різних вікових груп (особливо при порівнянні першокурсників та студентів старших курсів). Поглиблене вивчення цих відмінностей дозволить персоналізувати освітній вплив, підбираючи оптимальні види фізичної активності та форми міжкультурної взаємодії залежно від статі, віку, рівня вихідної фізичної підготовки, національності та індивідуально-психологічних особливостей студентів, що підвищить ефективність запроваджуваних програм. Крім того, окремого дослідження потребує вивчення довготривалого ефекту запропонованої інтегрованої методики – чи зберігаються сформовані компетентності впродовж наступних років навчання та в професійній діяльності випускників. Таке лонгітудне дослідження дозволить оцінити не лише короткострокову, а й стратегічну ефективність запропонованих підходів.

Таким чином, проведене дослідження закладає підґрунтя для подальшого наукового пошуку в напрямі інтеграції полікультурного та фізкультурно-оздоровчого компонентів освіти, відкриваючи нові можливості для підвищення якості підготовки фахівців у закладах вищої освіти, здатних ефективно діяти в умовах глобалізаційних викликів, зберігаючи при цьому фізичне та психічне здоров'я, демонструючи толерантність, емпатію та високу комунікативну культуру.

Список бібліографічних посилань:

- Андреева, 2017 – Андреева, О. В. (2017). *Фізична реакція різних груп населення*: монографія. Київ: НУФВСУ. 280 с.
- Андреева, 2024 – Андреева, О.В. (2024). Рівень рухової активності та здоров'я студентів. *Спортивна наука України*, 2: 18–25.
- Андреева, Кашуба, 2016 – Андреева, О.В., Кашуба, В.О. (уклад.). (2016). *IPAQ – International Physical Activity Questionnaire (Міжнародний опитувальник фізичної активності)*: адаптована україномовна версія. Київ: НУФВСУ. 32 с.
- Бібік, 2004 – Бібік, Н.М. (2004). Компетентнісний підхід: рефлексивний аналіз застосування. *Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи* / Н. М. Бібік, А. С. Ващенко, О.І. Локшина та ін. Київ: К.І.С. С. 45–50.
- Бібік, 2015 – Бібік, Н. М. (2015). Переваги і ризики запровадження компетентнісного підходу в освіті. *Український педагогічний журнал*, 4: 47–53.
- Бойко, 2018 – Бойко, В.В. (2018). Діагностика комунікативної толерантності (адаптація О.П. Саннікової). *Психологічні методики дослідження особистості: збірник* / за ред. О.П. Саннікової. Київ: Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. С. 89–96.
- Гуренко, 2013 – Гуренко, О.І. (2013). Полікультурна освіта майбутніх соціальних педагогів як педагогічна система. *Наукові записки Бердянського державного педагогічного університету*, 3: 168–175.
- Гуренко, 2014 – Гуренко, О.І. (2014). *Полікультурна освіта майбутніх соціальних педагогів: теоретико-методичний аспект*: монографія. Бердянськ: Видавець Ткачук О. В. 386 с.
- Іванова, Коваль, 2022 – Іванова, А.І., Коваль, С.М. (2022). Фізична активність як чинник здоров'язбереження студентської молоді. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*, 12: 45–52.
- Коваль, Федотова, 2021 – Коваль, А.В., Федотова, Г. В. (2021). *Полікультурне виховання у вищій школі: теорія і практика*. Харків: ХНУ імені В. Н. Каразіна. 248 с.
- Круцевич, Безверхня, 2017 – Круцевич, Т.Ю., Безверхня, Г.В. (2017). *Теорія і методика фізичного виховання: підручник: у 2 т.* Київ: Олімпійська література. Т. 2. 392 с.
- Локшина, 2019 – Локшина, О.І. (2019). Європейська довідкова рамка ключових компетентностей для навчання впродовж життя: оновлене бачення 2018 року. *Український педагогічний журнал*, 3: 21–30. <https://doi.org/10.32405/2411-1317-2019-3-21-30>.
- Максименко, 2005 – Максименко, С.Д. (2005). КОС-2: методика діагностики комунікативних та організаторських схильностей. *Практична психологія в школі* / уклад. С.Д. Максименко. Київ: Гlavnик. С. 48–52.
- Меграбян, Епштейн, 2019 – Меграбян, А., Епштейн, Н. (2019). Шкала емпатії (адаптована україномовна версія Н.В. Литвиненко). *Діагностика емоційно-морального розвитку: зб. методик* / за ред. О.В. Марути. Харків: ХНУ імені В.Н. Каразіна. С. 112–120.
- Москаленко, 2015 – Москаленко, Н.В. (2015). Теоретико-методичні засади інноваційних технологій у системі фізичного виховання студентів. *Спортивний вісник Придніпров'я*, 1: 114–119.
- Москаленко, 2025 – Москаленко, Н.В. (2025). Інноваційна модель організації фізичного виховання студентів з послабленим здоров'ям в умовах дистанційної форми навчання. *Спектр*, 1: 23–31.
- Овчарук, 2004 – Овчарук, О.В. (2004). *Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи*. Київ: К.І.С. 112 с.
- Остапенко, 2019 – Остапенко, Н.В. (2019). *Полікультурна освіта майбутніх фахівців соціономічних професій у вищих навчальних закладах*. Дніпро: ДНУ. 224 с.
- Панасенко, 2018 – Панасенко, А.А. (2018). Полікультурна компетентність майбутнього вчителя: сутність та структура. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського*, 2: 97–101.
- Платонов, 2000 – Платонов, В.М. (2000). *Адаптація організму до фізичних навантажень*. Київ: Здоров'я. 240 с.

- Пометун, 2004 – Пометун, О.І. (2004). Теорія та практика послідовної реалізації компетентнісного підходу в досвіді зарубіжних країн. *Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи*. Київ: К.І.С. С. 15–24.
- Руденко, 2021 – Руденко, Ю.В. (2021). Психологічні аспекти формування здорового способу життя студентів засобами фізичної культури. *Психологія і особистість*, 2: 156–165.
- Солдато́ва, Шайгерова, 2020 – Солдато́ва, Г.У., Шайгерова, Л.А. (2020). Опитувальник для діагностики толерантності (адаптована О.В. Руденко українською версією). *Діагностика особистісної зрілості: зб. методик / за ред. Ю.В. Руденко*. Київ: Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. С. 45–58.
- Федотова, 2020 – Федотова, Г.В. (2020). Формування полікультурної компетентності студентів у процесі вивчення гуманітарних дисциплін. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*, 1: 234–242.
- Council of Europe, 2018 – Council of Europe. (2018). *Intercultural Dialogue and Education: Key Concepts and Practices*. Strasbourg: Council of Europe Publishing. 120 p.
- European Commission, 2019 – European Commission. (2019). *Key Competences for Lifelong Learning – A European Framework*. Luxembourg: Publications Office of the European Union. 38 p. URL: <https://op.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/297a33c8-alf3-11e9-9d01-01aa75ed71a1>.
- Raven, 2022 – Raven, J. (2022). *Competence in Modern Society: Its Identification, Development and Release*. Edinburgh: Competency Motivation Learning Ltd. 342 p. (перевидання оригінальної версії 1984 р.).
- UNESCO, 2013 – UNESCO. (2013). *Intercultural Competence: Conceptual and Operational Framework*. Paris: UNESCO Publishing. 56 p. URL: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000219768>.
- WHO, 2018 – World Health Organization. (2018). *Global Action Plan on Physical Activity 2018–2030: More Active People for a Healthier World*. Geneva: World Health Organization. 104 p. URL: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241514187>.
- WHO, 2020 – World Health Organization. (2020). *Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour*. Geneva: World Health Organization. 104 p. URL: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128>.
- References**
- Andrieieva, O.V. (2017). *Physical recreation of various population groups*: monograph. Kyiv: NUFVSU. 280 p. [in Ukr.].
- Andrieieva, O.V. (2024). Level of motor activity and health of students. *Sports Science of Ukraine*, 2: 18–25. [in Ukr.].
- Andrieieva, O.V., Kashuba, V.O. (comp.). (2016). *IPAQ – International Physical Activity Questionnaire*: adapted Ukrainian version. Kyiv: NUFVSU. 32 p. [in Ukr.].
- Bibik, N.M. (2004). Competence approach: a reflexive analysis of application. In: *Competence approach in modern education: world experience and Ukrainian perspectives*. Kyiv: K.I.S. P. 45–50. [in Ukr.].
- Bibik, N.M. (2015). Advantages and risks of implementing the competence approach in education. *Ukrainian Pedagogical Journal*, 4: 47–53. [in Ukr.].
- Boiko, V.V. (2018). Diagnostics of communicative tolerance (adaptation by O.P. Sannikova). In: O.P. Sannikova (ed.). *Psychological methods of personality research*: collection. Kyiv: H. S. Kostyuk Institute of Psychology of the NAES of Ukraine. P. 89–96. [in Ukr.].
- Hurenko, O.I. (2013). Multicultural education of future social educators as a pedagogical system. *Scientific Bulletin of Berdiansk State Pedagogical University*, 3: 168–175. [in Ukr.].
- Hurenko, O.I. (2014). *Multicultural education of future social educators: theoretical and methodological aspect*: monograph. Berdiansk: Vydavets Tkachuk O. V. 386 p. [in Ukr.].
- Ivanova, L.I., Koval, S.M. (2022). Physical activity as a factor of health preservation of student youth. *Scientific Journal of the National Pedagogical Dragomanov University*, 12: 45–52. [in Ukr.].
- Koval, L.V., Fedotova, H.V. (2021). *Multicultural education in higher education: theory and practice*. Kharkiv: V. N. Karazin Kharkiv National University. 248 p. [in Ukr.].
- Krutsevych, T.Yu., Bezverkhnia, H.V. (2017). *Theory and methodology of physical education*: textbook: in 2 vols. Kyiv: Olympic Literature. Vol. 2. 392 p. [in Ukr.].
- Lokshyna, O.I. (2019). European Reference Framework of Key Competences for Lifelong Learning: updated vision 2018. *Ukrainian Pedagogical Journal*, 3: 21–30. <https://doi.org/10.32405/2411-1317-2019-3-21-30> [in Ukr.].
- Maksymenko, S.D. (2005). KOS-2: methodology for diagnosing communicative and organizational abilities. In: Maksymenko, S.D. (comp.). *Practical psychology at school*. Kyiv: Hlavnuk. Pp. 48–52. [in Ukr.].
- Mehrabian, A., Epstein, N. (2019). Empathy scale (adapted Ukrainian version) / adaptation by N.V. Lytvynenko. In: O.V. Maruta (ed.). *Diagnostics of emotional and moral development*: collection of methods. Kharkiv: V.N. Karazin Kharkiv National University. P. 112–120. [in Ukr.].
- Moskalenko, N.V. (2015). Theoretical and methodological principles of innovative technologies in the system of physical education of students. *Sports Bulletin of Prydniprovia*, 1: 114–119. [in Ukr.].
- Moskalenko, N.V. (2025). Innovative model of physical education organization for students with weakened health in the conditions of distance learning. *Spectrum*, 1: 23–31. [in Ukr.].
- Ovcharuk, O.V. (2004). *Competence approach in modern education: world experience and Ukrainian perspectives*. Kyiv: K.I.S. 112 p. [in Ukr.].
- Ostapenko, N.V. (2019). *Multicultural education of future specialists in socioeconomic professions in higher educational institutions*. Dnipro: DNU. 224 p. [in Ukr.].
- Panasenko, L.A. (2018). Multicultural competence of future teachers: essence and structure. *Scientific Bulletin of Vinnytsia Mykhailo Kotsiubynskyi State Pedagogical University*, 2: 97–101. [in Ukr.].
- Platonov, V.M. (2000). *Adaptation of the body to physical loads*. Kyiv: Zdorovia. 240 p. [in Ukr.].
- Pometun, O.I. (2004). Theory and practice of consistent implementation of the competence approach in the experience of foreign countries. In: *Competence approach in modern education: world experience and Ukrainian perspectives*. Kyiv: K.I.S. P. 15–24. [in Ukr.].
- Rudenko, Yu.V. (2021). Psychological aspects of forming a healthy lifestyle of students by means of physical culture. *Psychology and Personality*, 2: 156–165. [in Ukr.].
- Soldatova, H.U., Shaiherova, L.A. (2020). Questionnaire for diagnosing tolerance (adapted Ukrainian version by O.V. Rudenko). In: Yu.V. Rudenko (ed.). *Diagnostics of personal maturity*: collection of methods. Kyiv: H.S. Kostyuk Institute of Psychology of the NAES of Ukraine. Pp. 45–58. [in Ukr.].
- Fedotova, H. V. (2020). Formation of students' multicultural competence in the process of studying humanities. *Pedagogical Sciences: Theory, History, Innovative Technologies*, 1: 234–242. [in Ukr.].
- Council of Europe, 2018 – Council of Europe. (2018). *Intercultural Dialogue and Education: Key Concepts and Practices*. Strasbourg: Council of Europe Publishing. 120 p.
- European Commission, 2019 – European Commission. (2019). *Key Competences for Lifelong Learning – A European Framework*. Luxembourg: Publications Office of the European Union. 38 p. URL:

- <https://op.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/297a33c8-a1f3-11e9-9d01-01aa75ed71a1>.
- Raven, J. (2022). *Competence in Modern Society: Its Identification, Development and Release*. Edinburgh: Competency Motivation Learning Ltd. 342 p. (reprint of the original 1984 edition).
- UNESCO, 2013 – UNESCO. (2013). *Intercultural Competence: Conceptual and Operational Framework*. Paris: UNESCO Publishing. 56 p. URL: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000219768>.
- WHO, 2018 – World Health Organization. (2018). *Global Action Plan on Physical Activity 2018–2030: More Active People for a Healthier World*. Geneva: World Health Organization. 104 p. URL: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241514187>.
- WHO, 2020 – World Health Organization. (2020). *Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour*. Geneva: World Health Organization. 104 p. URL: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128>.

MEDVEDOVSKA Tetiana

Ph.D in Pedagogy, Associate Professor,
Director of the Interdisciplinary Educational and Scientific Institute of Continuous Full-time and Distance Education,
National Technical University "Dnipro Polytechnic"

PAVLENKO Liudmyla

Ph.D in Philology, Associate Professor, Head of the Department of Foreign Languages,
National Technical University "Dnipro Polytechnic"

VILYANSKIY Volodymyr

Honored Coach of Ukraine, Associate Professor, Head of the Department of Physical Education and Sports,
National Technical University "Dnipro Polytechnic"

STAVENKO Vitalii

Lecturer at the Department of Physical Education and Sports,
National Technical University "Dnipro Polytechnic"

PASHCHENKO Oleksandr

Ph.D in Engineering, Associate Professor,
Associate Professor of the Department of Oil and Gas Engineering and Drilling,
National Technical University "Dnipro Polytechnic"

**INTEGRATING MULTICULTURAL COMMUNICATION AND PHYSICAL ACTIVITY
TO DEVELOP KEY COMPETENCIES IN HIGHER EDUCATION STUDENTS**

Summary. The article explores the role of multicultural communication and physical activity as interrelated factors in developing key competencies among university students.

The aim is to theoretically substantiate and empirically verify the integrated impact of these factors on social, communicative, and health-preserving competencies.

The experiment involved 186 first- and second-year students, divided into experimental and control groups. The experimental group participated in a six-month integrated program combining multicultural communication trainings with sports and recreational activities featuring an intercultural component ("Sport without Borders", ethno-sports festivals).

Results showed a statistically significant increase in the experimental group in high-level competencies: social by 18.1 percentage points, communicative by 19.2, and

health-preserving by 18.1, compared to 2–3 pp in the control group. The synergistic effect is confirmed: physical activity reduces cultural barriers through non-verbal communication, while the multicultural environment promotes healthy lifestyle motivation.

Practical recommendations for implementation in higher education institutions are provided.

Keywords: key competencies; multicultural communication; physical activity; multicultural competence; health-preserving competence; higher education; integrated approach; pedagogical experiment; soft skills.

Одержано редакцією 17.07.2026
Прийнято до публікації 02.08.2026

 <https://doi.org/10.31651/2524-2660-2026-3-141-147>

 <https://orcid.org/0000-0001-5911-6946>

КАНДИБА Павло

старший викладач кафедри фізичного виховання та здоров'я людини,
Черкаський державний технологічний університет

 kandiba64@gmail.com

 <https://orcid.org/0000-0002-4987-5196>

МАТУСЕВИЧ Андрій

старший викладач кафедри фізичного виховання та здоров'я людини,
Черкаський державний технологічний університет

 andrii_matushevych@i.ua

УДК 378.015.31:796(.011.3045)

**ЗМІСТОВО-ОРІЄНТАЦІЙНА МОБІЛЬНІСТЬ ЯК ЧИННИК ДОВІЛЬНОГО УПРАВЛІННЯ
ПОВЕДІНКОЮ ТА РУХОВОЮ ДІЯЛЬНІСТЮ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ**

Проаналізовано теоретичні підходи до розуміння довільного управління поведінкою та руховою діяльністю людини у психолого-педагогічній літературі.

Встановлено взаємозв'язок між довільністю, волевою регуляцією та особистісною мобіль-

ністю як здатністю свідомо орієнтуватися в ситуації, оцінювати її умови й власні можливості та своєчасно приймати оптимальні рішення щодо способу дії.

Визначено зміст і функціональне значення змістово-орієнтаційної мобільності як складової