



УДК 796:371.3(477):004.738.5

[https://doi.org/10.52058/2786-6165-2025-1\(31\)-1315-1324](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2025-1(31)-1315-1324)

Козіброда Лариса Володимирівна докторка педагогічних наук, доцентка, професорка кафедри теорії і методики фізичної культури, Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського, м. Львів, <https://orcid.org/0000-0001-8232-425X>

Максимченко Володимир Іванович старший викладач кафедри психології та здоров'я людини, Білоцерківський національний аграрний університет, м. Біла Церква, <https://orcid.org/0000-0002-6087-934X>

Дудник Олександр Кирилович кандидат біологічних наук, доцент кафедри психології та здоров'я людини, Білоцерківський національний аграрний університет, м. Біла Церква, <https://orcid.org/0000-0003-4369-7453>

Сергієнко Володимир Миколайович доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, професор кафедри фізичного виховання і спорту, Сумський державний університет, м. Суми, <https://orcid.org/0000-0001-5310-4346>

Недільчев Максим Петрович здобувач вищої освіти ступеня доктора філософії за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт», Сумський державний університет, м. Суми, <https://orcid.org/0009-0005-1661-3439>

ГАРМОНІЗАЦІЯ ТРАДИЦІЙНОГО ТА СУЧАСНОГО ПІДХОДІВ ДО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ: ПОЄДНАННЯ НАЦІОНАЛЬНИХ ЦІННОСТЕЙ З НОВІТНІМИ ПЕДАГОГІЧНИМИ ПРАКТИКАМИ

Анотація. У статті досліджується гармонізація традиційного та сучасного підходів до фізичного виховання: поєднання національних цінностей з новітніми педагогічними практиками. Зазначено, що дослідження гармонізації традиційного та сучасного підходів до фізичного виховання є дуже актуальним у сучасному суспільстві, адже поєднання національних цінностей з новітніми педагогічними практиками може допомогти покращити ефективність навчання і сприяти фізичному та духовному розвитку здобувачів вищої освіти. Мета статті полягає у розгляді традиційних та сучасних підходів до фізичного виховання та розробці моделі поєднання національних цінностей та новітніх педагогіч-



них практик у фізичному вихованні студентів ЗВО. Акцентовано увагу на тому, що фізичне виховання є невід'ємною частиною освітнього процесу, що формує фізичні, інтелектуальні та моральні якості особистості. У сучасних умовах виникає необхідність пошуку спільних точок дотику між традиційними та сучасними підходами, щоб забезпечити ефективну та всебічну підготовку молоді до життя в суспільстві. Обґрунтовано, що національні цінності відіграють важливу роль у формуванні фізичного виховання. Вони слугують основою для встановлення цілей, принципів та методів фізичної діяльності. Окреслено, що новітні педагогічні практики враховують індивідуальні потреби студентської молоді та сприяють ефективному навчанню. Визначено переваги та недоліки традиційного, сучасного та гармонійного (холістичного) підходів у фізичному вихованні. Звернуто увагу на те, що вибір підходу до фізичного виховання залежить від конкретних потреб, цілей та цінностей студентів та навчального закладу. Гармонійний (холістичний) підхід часто вважається найефективнішим, оскільки він забезпечує всебічний розвиток навчаємих. Запропоновано модель гармонізації традиційного та сучасного підходів до фізичного виховання, яка складається із трьох етапів: розробки інтегрованого навчального плану, розробки компетентнісної моделі педагогічної діяльності та створення інклюзивного фізичного середовища для забезпечення. Зроблено висновок про те, що гармонізація національних цінностей та новітніх педагогічних практик до фізичного виховання студентів ЗВО створює всебічну та ефективну модель навчання. Інтеграція патріотизму, духовності, толерантності та самобутності сприяє розвитку національної ідентичності та громадянства.

Ключові слова: фізичне виховання, традиційні методи навчання, інноваційні методи навчання, національні цінності.

Kozibroda Larisa Volodymyrivna Doctor of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Professor of the Department of Theory and Methodology of Physical Culture, Lviv State University of Physical Culture named after Ivan Boberskyi, Lviv, <https://orcid.org/0000-0001-8232-425X>

Maksymchenko Volodymyr Ivanovych Senior Teacher of the Psychology and Human Health Department, Bila Tserkva National Agrarian University, Bila Tserkva, <https://orcid.org/0000-0002-6087-934X>

Dudnik Oleksandr Kyrylovych Candidate of Biological Sciences, Associate Professor of the Psychology and Human Health Department, Bila Tserkva National Agrarian University, Bila Tserkva, <https://orcid.org/0000-0003-4369-7453>



Serhiienko Volodymyr Mikolajovich Doctor of Science of Physical Education and Sport, Professor, Professor of the Department of Physical Education and Sports, Sumy State University, Sumy, <https://orcid.org/0000-0001-5310-4346>

Niedielchev Maksym Petrovych Candidate for Higher Education With a Degree of Doctor of Philosophy in Specialty 017 «Physical Culture and Sports», Sumy, <https://orcid.org/0009-0005-1661-3439>

HARMONIZATION OF TRADITIONAL AND MODERN APPROACHES TO PHYSICAL EDUCATION: COMBINING NATIONAL VALUES WITH THE LATEST PEDAGOGICAL PRACTICES

Abstract. The article examines the harmonization of traditional and modern approaches to physical education: the combination of national values with the latest pedagogical practices. It is noted that the study of the harmonization of traditional and modern approaches to physical education is very relevant in modern society, since the combination of national values with the latest pedagogical practices can help improve the effectiveness of learning and promote the physical and spiritual development of higher education students. The purpose of the article is to consider traditional and modern approaches to physical education and to develop a model of combining national values and the latest pedagogical practices in physical education of students in higher education institutions. It is emphasized that physical education is an integral part of the educational process that forms the physical, intellectual and moral qualities of a person. In modern conditions, there is a need to find common ground between traditional and modern approaches to ensure effective and comprehensive preparation of young people for life in society. It is substantiated that national values play an important role in the formation of physical education. They serve as the basis for setting goals, principles and methods of physical activity. It is outlined that the latest pedagogical practices take into account the individual needs of students and promote effective learning. The advantages and disadvantages of traditional, modern and harmonious (holistic) approaches to physical education are determined. It is emphasized that the choice of approach to physical education depends on the specific needs, goals and values of students and educational institutions. The harmonious (holistic) approach is often considered the most effective, as it ensures the comprehensive development of students. A model of harmonization of traditional and modern approaches to physical education is proposed, which consists of three stages: development of



an integrated curriculum, development of a competence model of pedagogical activity and creation of an inclusive physical environment to ensure. It is concluded that the harmonization of national values and the latest pedagogical practices in physical education of university students creates a comprehensive and effective model of education. The integration of patriotism, spirituality, tolerance and identity contributes to the development of national identity and citizenship.

Keywords: physical education, traditional teaching methods, innovative teaching methods, national values.

Постановка проблеми. Швидкий розвиток інноваційних педагогічних технологій та зміна соціокультурних умов вимагають переосмислення підходів до фізичного виховання, адже постає необхідність у збереженні та передачі наступним поколінням традиційних національних цінностей. Саме тому дослідження гармонізації традиційного та сучасного підходів до фізичного виховання є дуже актуальним у сучасному суспільстві, бо поєднання національних цінностей з новітніми педагогічними практиками може допомогти покращити ефективність навчання і сприяти фізичному та духовному розвитку здобувачів вищої освіти.

Головна проблема полягає в тому, щоб знайти оптимальний спосіб поєднання традиційних методів фізичного виховання, які відображають культурні цінності та спадщину народу з сучасними педагогічними підходами, що враховують новітні наукові дослідження та технології. Важливо забезпечити гармонійний розвиток молоді, щоб вона отримала користь від обох аспектів і стала фізично здоровою та активною. Реалізація цього завдання вимагає комплексного підходу, а також бажання педагогів та тренерів адаптувати програми і методи навчання до потреб і можливостей сучасних студентів.

Поглиблене вивчення цього питання може принести користь як у галузі фізичного виховання, так і в цілому у сфері освіти.

Аналіз останніх досліджень і публікацій засвідчив, що останнім часом науковці у своїх роботах все більше уваги приділяють впровадженню інноваційних методів навчання у фізичне виховання.

Так, О. Кошелева та І. Скрипченко розробляли методичні рекомендації з впровадження інноваційних технологій в систему фізичного виховання студентів ЗВО [1].

Колектив авторів під керівництвом О. Павелько досліджували впровадження дисципліни «Екстремальні види спорту» у систему фізичного виховання. Науковці вважають, що екстремальні види спорту поступово займають важливе місце у системі фізичного виховання, адже вони розвивають фізичну витривалість, психологічну стійкість і формують у



молоді відповідальне ставлення до здорового способу життя. На думку дослідників, у навчальних закладах і спортивних установах екстремальні активності можуть бути інтегровані як доповнення до традиційних програм фізичного виховання [2].

В. Пономарьов, М. Маліков та С. Булах розглядали використання інноваційних методів під час викладання дисципліни «Спортивно-педагогічне вдосконалення» в умовах воєнного стану [3].

С. Редько та С. Щастливий аналізували застосування та адаптацію традиційних методів фізичного виховання для впровадження на платформах дистанційної освіти у вузах [4].

Х. Шавель та інші здійснювали модифікацію традиційних методів фізичного виховання для використання на платформах дистанційної освіти в Україні [5].

Мета статті – розглянути традиційні та сучасні підходи до фізичного виховання; запропонувати модель поєднання національних цінностей та новітніх педагогічних практик у фізичному вихованні студентів у ЗВО.

Виклад основного матеріалу. Фізичне виховання є невід’ємною частиною освітнього процесу, що формує фізичні, інтелектуальні та моральні якості особистості. У сучасних умовах виникає необхідність пошуку спільних точок дотику між традиційними та сучасними підходами, щоб забезпечити ефективну та всебічну підготовку молоді до життя в суспільстві [6; 7].

Національні цінності відіграють важливу роль у формуванні фізичного виховання. Вони слугують основою для встановлення цілей, принципів та методів фізичної діяльності. Наприклад:

Патріотизм у фізичному вихованні може використовуватися як засіб зміцнення національної єдності та гордості;

Впровадження традиційних видів спорту та ігор у фізичне виховання буде відображати культурну спадщину;

Акцент на фізичній активності здобувачів вищої освіти допоможе вести їм здоровий спосіб життя та забезпечить їхнє благополуччя.

Що стосується новітніх педагогічних практик то вони враховують індивідуальні потреби студентської молоді та сприяють ефективному навчанню. Інноваційні практики включають:

Персоналізоване навчання, яке передбачає адаптацію навчальної програми відповідно до інтересів, здібностей та потреб здобувачів, які визначити в ході опитування.

Технологічне впровадження: використання сучасного психологічного забезпечення (мобільні додатки, програми) для підвищення мотивації.

Навчання на основі компетентнісного підходу: зосередженість на розвитку ключових компетентностей [8; 9].



Поєднуючи традиційний підхід з новітніми педагогічними практиками, ми створюємо багатоаспектну систему фізичного виховання, яка в свою чергу пропагує національну ідентичність та гордість; забезпечує індивідуалізоване та ефективне навчання; залучає і мотивує студентів до навчання та фізичної активності; сприяє здоровому способу життя та добробуту. Наприклад, впровадження програм патріотичного виховання, що використовують традиційні види спорту дозволить значно підвищити рівень національної свідомості та гордості. Розробка персоналізованих навчальних планів, які будуть враховувати «cultural background» та фізичні можливості здобувачів вищої освіти. Використання технологій для моніторингу прогресу студентів та надання зворотного зв'язку в режимі реального часу. Оцінка компетентностей навчаємих за допомогою автентичних завдань, які відображають реальні ситуації [10].

На наш погляд, для виховання фізично та духовно розвиненої особистості необхідно гармонізувати традиційний та сучасний підходи до фізичного виховання. Розглянемо переваги та недоліки традиційного, сучасного та гармонійного (холістичного) підходів у фізичному вихованні (таблиця 1).

Таблиця 1

Визначення переваг та недоліків традиційного, сучасного та гармонійного (холістичного) підходів у фізичному вихованні

Вид підходу	Переваги	Недоліки
1	2	3
Традиційний підхід	Підкреслює фізичну підготовку та розвиток фізичних якостей. Дисциплінований та структурований, що може сприяти розвитку характеру та самодисципліни. Командні види спорту та змагання можуть розвивати співпрацю та командний дух.	Може бути занадто зосереджений на фізичних результатах, що призводить до ігнорування особистісного та соціального розвитку. Авторитарний стиль керівництва може пригнічувати творчість та мотивацію. Надмірний акцент на змаганнях може створювати непотрібний стрес та тиск.
Сучасний підхід	Виходить за межі фізичної підготовки, включаючи особистісний, соціальний та духовний розвиток. Зосереджується на індивідуальних потребах та інтересах студентів, що сприяє мотивації та залученості. Заохочує самомотивацію, саморегуляцію та творчість.	Може бути менш ефективним для розвитку високих рівнів фізичної підготовки, порівняно з традиційним підходом. Індивідуальний акцент може обмежити можливості для розвитку командної роботи та співпраці. Надмірний акцент на особистісне зростання може призвести до ігнорування важливості розвитку фізичних навичок.



Продовження табл. 1

1	2	3
Гармонійний (холістичний) підхід	Об'єднує найкраще з традиційного та сучасного підходів, підкреслюючи як фізичну підготовку, так і особистісний розвиток. Зосереджується на цілісному здоров'ї та благополуччі, включаючи фізичні, когнітивні, емоційні та соціальні аспекти. Заохочує співпрацю між усіма зацікавленими сторонами для підтримки здобувачів у їхньому фізичному та особистісному зростанні.	Може бути складним для реалізації, оскільки вимагає міждисциплінарного підходу та співпраці між різними фахівцями. Може бути менш ефективним для розвитку високих рівнів фізичної підготовки порівняно з традиційним підходом.

Загалом, вибір підходу до фізичного виховання залежить від конкретних потреб, цілей та цінностей студентів та навчального закладу. Гармонійний (холістичний) підхід часто вважається найефективнішим, оскільки він забезпечує всебічний розвиток навчаємих.

Вважаємо, що для оптимального поєднання національних цінностей та новітніх педагогічних практик у фізичному вихованні студентів потрібно дотримуватися моделі гармонізації традиційного та сучасного підходів до фізичного виховання, яка складається із трьох етапів:

1 етап – розробка інтегрованого навчального плану. Потрібно розробити навчальний план, що поєднує національні цінності (патріотизм, духовність, толерантність) з практичними навичками фізичної підготовки, включати традиційні види спорту та культурні аспекти, які сприяють самобутності. При цьому обов'язково використовувати технології для підвищення мотивації та індивідуалізації навчання.

2 етап – розробка компетентнісної моделі педагогічної діяльності, сутністю якої є виховання у студентів компетентностей, які пов'язані з фізичною грамотністю, здоровим способом життя, співпрацею та саморегуляцією емоцій. Обов'язково застосовувати персоналізовані підходи, щоб підтримувати здобувачів з різними рівнями здібностей. Інтегрувати ігрові методики для залучення та підвищення мотивації.

3 етап – створення інклюзивного фізичного середовища для забезпечення рівного доступу до спортивних споруд та занять фізичним вихованням для всіх студентів. Запропонувати модифіковані програми та адаптовані види спорту для студентів з обмеженими можливостями. В разі потреби надавати індивідуальну підтримку та наставляння з урахуванням потреб кожного здобувача вищої освіти.



Висновки. Таким чином, гармонізація національних цінностей та новітніх педагогічних практик у фізичне виховання студентів ЗВО створює всебічну та ефективну модель навчання. Інтеграція патріотизму, духовності, толерантності та самобутності сприяє розвитку національної ідентичності та громадянства. Використання технологій, персоналізованого підходу, компетентнісного навчання та інклюзивності забезпечує повноцінне фізичне, розумове та соціальне виховання студентів. Завдяки цій моделі студенти зможуть не лише покращити свою фізичну форму, але й стати відповідальними та свідомими громадянами. Окрім цього, поєднуючи національні цінності з новітніми педагогічними практиками, ми можемо створити динамічну та ефективну систему фізичного виховання, яка сприятиме всебічному розвитку особистості. Ця система призведе до фізично здорового, психічно міцного та патріотично налаштованого молодого покоління.

Література:

1. Кошелева О. О., Скрипченко І.Т. Інноваційні технології в системі фізичного виховання студентів ЗВО: методичні рекомендації. Дніпро: Журфонд, 2021. 46 с.
2. Павелько О., Маліков М., Царенко К. Дисципліна «Екстремальні види спорту» у системі фізичного виховання. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. Фізична культура і спорт*. 2025. №1 (186). С. 103-105.
3. Пономарьов В., Маліков М., Булах С. Використання інноваційних методів викладання дисципліни «Спортивно-педагогічне вдосконалення» в умовах воєнного стану. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. Фізична культура і спорт*. 2025. №1 (186). С. 133-136.
4. Редько С. Ю., Щастливий С. М. Застосування та адаптація традиційних методів фізичного виховання для впровадження на платформах дистанційної освіти у вузах. *Наука і техніка сьогодні*. 2024. №13 (41). С. 660-670.
5. Шавель Х. Є., Котенджи Л. В., Соколенко Л. С. Щодо модифікації традиційних методів фізичного виховання для використання на платформах дистанційної освіти в Україні. *Педагогічна Академія: наукові записки*. 2024. №2. URL: <https://pedagogical-academy.com/index.php/journal/article/view/15>
6. Prots, R., Yakovliv, V., Medynskiy, S., Kharchenko, R., Hryb, T., Klymenchenko, T., Ihnatenko, S., Buzhyna, I., & Maksymchuk, B. (2021). Psychophysical Training of Young People for Homeland Defence Using means of Physical Culture and Sports. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 12 (3), 149-171. <https://doi.org/10.18662/brain/12.3/225>
7. Maksymchuk, B., Gurevych, R., Matviichuk, T., Surovov, O., Stepanchenko, N., Opushko, N., Sitovskiy, A., Kosynskiy, E., Bogdanyuk, A., Vakoliuk, A., Solovyov, V., & Maksymchuk, I. (2020a). Training Future Teachers to Organize School Sport. *Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensionala*, 12(4), 310-327. <https://doi.org/10.18662/rrem/12.4/347>
8. Шевченко В. В. Ретроспективний аналіз категорії «Ідентичність» в психології. *Наукові перспективи. Серія: Психологія*. 2023. №10 (40). С. 868-877. DOI: [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2023-10\(40\)-868-877](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2023-10(40)-868-877)



9. Ovcharuk, V., Maksymchuk, B., Ovcharuk, V., Khomenko, O., Khomenko, S., Yevtushenko, Y., Rybalko, P., Pustovit, H., Myronenko, N., Syvokhop, Y., Sheian, M., Matviichuk, T., Solovyov, V., & Maksymchuk, I. (2021). Forming Competency in Health Promotion in Technical Specialists Using Physical Education. *Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensionala*, 13 (3). Retrieved from <https://lumenpublishing.com/journals/index.php/rrem/article/view/2669>

10. Shevchenko V. Content and structure of professional-psychological competence of military servants of the National guard of Ukraine. «KELM» (*Knowledge, Education, Law, Management*). 2021. №3 (39), vol. 2/2021. P. 138-142.

References:

1. Kosheleva O. O., Skrypchenko I. T. (2021). Innovatsiini tekhnolohii v systemi fizychnoho vykhovannia studentiv ZVO [Innovative technologies in the system of physical education of university students]: metodychni rekomendatsii. Dnipro: Zhurfond.

2. Pavelko O., Malikov M., Tsarenko K. (2025). Dystsyplina «Ekstremalni vydy sportu» u systemi fizychnoho vykhovannia [Discipline "Extreme Sports" in the system of physical education]. *Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnoho universytetu imeni Mykhaila Drahomanova. Serii 15. Fizychna kultura i sport – Scientific Journal of the Mykhailo Drahomanov Ukrainian State University. Series 15. Physical culture and sports*, 1 (186), 103-105.

3. Ponomarov V., Malikov M., Bulakh S. (2025). Vykorystannia innovatsiinykh metodiv vykladannia dystsypliny «Sportyvno-pedahohichne vdoskonalennia» v umovakh voiennoho stanu [Using Innovative Methods of Teaching the Discipline "Sports and Pedagogical Improvement" in the Conditions of Martial Law]. *Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnoho universytetu imeni Mykhaila Drahomanova. Serii 15. Fizychna kultura i sport – Scientific Journal of the Mykhailo Drahomanov Ukrainian State University. Series 15. Physical culture and sports*, 1 (186), 133-136.

4. Redko S. Yu., Shchastlyvyi S. M. (2024). Zastosuvannia ta adaptatsiia tradytsiinykh metodiv fizychnoho vykhovannia dlia vprovadzhennia na platformakh dystantsiinoi osvity u vuzakh [Application and adaptation of traditional methods of physical education for implementation on distance education platforms in universities]. *Nauka i tekhnika sohodni – Science and technology today*, 13 (41), 660-670.

5. Shavel Kh. Ye., Kotendzhy L. V., Sokolenko L. S. (2024). Shchodo modyfikatsii tradytsiinykh metodiv fizychnoho vykhovannia dlia vykorystannia na platformakh dystantsiinoi osvity v Ukraini [On the modification of traditional methods of physical education for use on distance education platforms in Ukraine]. *Pedahohichna Akademiia: naukovyi zapysky – Pedagogical Academy: scientific notes*, 2. URL: <https://pedagogical-academy.com/index.php/journal/article/view/15>

6. Prots, R., Yakovliv, V., Medynskyi, S., Kharchenko, R., Hryb, T., Klymenchenko, T., Ihnatenko, S., Buzhyna, I., & Maksymchuk, B. (2021). Psychophysical Training of Young People for Homeland Defence Using means of Physical Culture and Sports. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 12 (3), 149-171. <https://doi.org/10.18662/brain/12.3/225>

7. Maksymchuk, B., Gurevych, R., Matviichuk, T., Surovov, O., Stepanchenko, N., Opushko, N., Sitovskyi, A., Kosynskyi, E., Bogdanyuk, A., Vakoliuk, A., Solovyov, V., & Maksymchuk, I. (2020a). Training Future Teachers to Organize School Sport. *Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensionala*, 12(4), 310-327. <https://doi.org/10.18662/rrem/12.4/347>



8. Shevchenko V. V. (2023). Retrospektyvnyi analiz katehorii «Identitynist» v psykholohii [Retrospective analysis of the category "Identity" in psychology]. *Naukovi perspektyvy. Serii: Psykholohiia – Scientific perspectives. Series: Psychology*, 10 (40), 868-877. DOI: [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2023-10\(40\)-868-877](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2023-10(40)-868-877)
9. Ovcharuk, V., Maksymchuk, B., Ovcharuk, V., Khomenko, O., Khomenko, S., Yevtushenko, Y., Rybalko, P., Pustovit, H., Myronenko, N., Syvokhop, Y., Sheian, M., Matviichuk, T., Solovyov, V., & Maksymchuk, I. (2021). Forming Competency in Health Promotion in Technical Specialists Using Physical Education. *Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensionala*, 13 (3). Retrieved from <https://lumenpublishing.com/journals/index.php/rrem/article/view/2669>
10. Shevchenko V. (2021). Content and structure of professional-psychological competence of military servants of the National guard of Ukraine. «*KELM*» (*Knowledge, Education, Law, Management*), 3 (39), vol. 2, 138-142.