

РОЗВИТОК ФІЗКУЛЬТУРНОЇ КОМПЕТЕНЦІЇ СТУДЕНТІВ ЗВО В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ

СУШКО Володимир

PhD, доцент кафедри суспільних наук

Херсонський навчально-науковий інститут Національного університету кораблебудування імені адмірала Макарова

<https://orcid.org/0009-0003-7810-2111>

e-mail: yuot.wsl5791@gmail.com

СМИРНОВА Ірина

Старший викладач кафедри суспільних наук

Херсонський навчально-науковий інститут Національного університету кораблебудування імені адмірала Макарова

<https://orcid.org/0009-0001-5338-5528>

e-mail: irsmirnova0702@gmail.com

У статті розглядається питання розвитку фізкультурної компетенції студентів закладів вищої освіти, що перебувають сьогодні в умовах дистанційного навчання, зокрема на Херсонщині, що є зоною активних бойових дій. Розглянуто низку актуальних питань, викликів та обмежень, пов'язаних з організацією фізичного виховання в онлайн-форматі в умовах воєнного стану. Автори дослідження репрезентують ефективні методичні підходи та інструменти, що сприяють збереженню та розвитку фізкультурної компетенції студентів у сучасних екстремальних умовах. Зазначено, що традиційна методологічна складова організації освітнього процесу та проведення занять із фізичного виховання стикається зі значними перешкодами в умовах воєнного стану на Херсонщині, що характеризується нестабільним інтернет-зв'язком, частими перебоями в електропостачанні, психологічним стресом та обмеженими можливостями для активної фізичної діяльності. Дослідження висвітлює психофізичні труднощі, з якими стикаються студенти, і підкреслює важливість адаптації занять і використання цифрових платформ, мобільних додатків і комунікаційної підтримки. Автори наголошують на необхідності створення освітнього та мотиваційного середовища, де фізична активність була б невід'ємною частиною повсякденного життя учасників освітнього процесу. У статті зауважено, що формат дистанційного навчання фактично унеможливує заміну традиційних занять, а може ефективно доповнити їх у межах змішаного навчання, що сприятиме заохоченню здобувачів освіти до самостійного та вмотивованого навчання. У дослідженні підкреслено, що успішний розвиток фізкультурної компетенції залежить зокрема від педагогічної майстерності та цифрової компетентності викладачів, взаємодії учасників освітнього процесу в інтерактивному форматі, індивідуалізації завдань і наявності технічної та психоемоційної підтримки. Особливу увагу приділено пошуку інноваційних рішень, що мінімізують негативний вплив війни на фізичний розвиток і психічне здоров'я студентів, сприяючи формуванню їхньої життєстійкості. Запропоновано рекомендації щодо оптимізації онлайн-занять, інтеграції елементів гейміфікації та створення персоналізованих програм. Підкреслено роль викладачів у підтримці психологічної стійкості студентів та наданні їм практичних порад щодо збереження фізичної активності. Подальші дослідження можуть бути спрямовані на вивчення довгострокового впливу дистанційного фізичного виховання на рухову активність, фізичне здоров'я та психоемоційний стан студентів закладів вищої освіти.

Ключові слова: воєнний стан, дистанційне навчання, здоров'язберезувальні технології, фізкультурна компетенція, фізичне виховання, Херсонщина.

<https://doi.org/10.31891/pcs.2025.2.1>

1. ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ У ЗАГАЛЬНОМУ ВИГЛЯДІ ТА ЇЇ ЗВ'ЯЗОК ІЗ ВАЖЛИВИМИ НАУКОВИМИ ЧИ ПРАКТИЧНИМИ ЗАВДАННЯМИ

Реалії сьогодення, зумовлені воєнними діями з боку росії на території України, окупацією лівобережжя Дніпра, зокрема Херсонщини, що сьогодні є частково зоною активних бойових дій, власне як і саме місто Херсон, суттєво вплинули на методологію організації освітнього процесу в регіоні.

Релокація закладів вищої освіти (ЗВО), вимушений перехід на дистанційне навчання, хоч і не нову форму й уже опробовану під час пандемії Covid-19, постало сьогодні суттєвим викликом як для викладачів, так і для здобувачів освіти, особливо в галузі фізичного виховання, де традиційно в навчанні переважає практико-діяльнісна складова. За таких умов актуальним постає питання розвитку фізкультурної компетенції студентської молоді як важливого аспекту

їхнього всебічного особистісного розвитку та основи здорового способу життя.

Особливості дистанційного навчання у воєнний час на Херсонщині обумовлені певними ускладненнями, зокрема нестабільним інтернет-зв'язком, частими відключеннями електроенергії, психологічним напруженням (стресові ситуації) усіх учасників освітнього процесу та водночас обмеженими можливостями для активної фізичної діяльності. Однак сьогодні, попри ці труднощі, важливо знаходити ефективні шляхи мотивації студентів до регулярної рухової активності, використовуючи модерні інноваційні методи, прийоми, засоби, застосунки, цифрові платформи та індивідуалізований особистісно орієнтований підхід.

2. АНАЛІЗ ОСТАННІХ ДОСЛІДЖЕНЬ ТА ПУБЛІКАЦІЙ

Питання формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей студентів ЗВО, зокрема технічних, упровадження дистанційних інноваційних технологій в освітній процес, зростання ризиків психоемоційного та фізичного перенавантаження серед студентів під час різкої зміни формату освітнього процесу з традиційної очної форми на дистанційну під час пандемії Covid-19 та воєнного стану, зниження фізичної працездатності, підвищення рівня стомлюваності, зокрема погіршення загального самопочуття, а також проблему застосування особистісно орієнтованого підходу в роботі зі здобувачами освіти розглядали такі дослідники: Азаренкова Л., Алексєєв О., Бабич Т., Берестова О., Бех І., Борецько Н., Гладошук О., Гордієнко О., Дідковський О., Землянська О., Мовчан В., Нестеренко О., Переверзєва С., Праховнік Н., Семененко Р., Татарченко Л., Третьякова Л., Хотієнко С., Чижик Є., Шпітун І. [3; 4; 5; 6; 7; 8; 9; 10].

3. ФОРМУЛЮВАННЯ ЦІЛЕЙ СТАТТІ

Метою статті є аналіз особливостей розвитку фізкультурної компетенції студентів ЗВО в умовах дистанційного навчання на прикладі регіону, що перебуває в умовах воєнного стану, та визначити ефективні педагогічні засоби для підтримки здоров'я й фізичної активності студентської молоді в надскладних умовах сьогодення.

4. ВИДІЛЕННЯ НЕВИРШЕНИХ РАНІШЕ ЧАСТИН ЗАГАЛЬНОЇ ПРОБЛЕМИ, КОТРИМ ПРИСВЯЧУЄТЬСЯ ОЗНАЧЕНА СТАТТЯ

Процес переходу ЗВО до дистанційної форми навчання, що був спричинений спочатку пандемією COVID-19, а згодом і повномасштабною війною в Україні, стикнувся з деякими серйозними проблемами у сфері фізичного виховання студентів. Найгостріше ці проблеми постали в регіонах, що зазнають активних бойових дій, зокрема на Херсонщині.

У державній системі освіти, що забезпечує формування свідомої особистості, яка орієнтується в реаліях і перспективах соціокультурної динаміки й підготовлена до життя в постійно змінюваному, конкурентному, взаємозалежному світі, в контексті національної самоідентичності, а також в усвідомленні приналежності до європейської цивілізації, одним із пріоритетних напрямів є формування здорового способу життя [1], що безумовно передбачає володіння компетентностями з фізичної культури.

Фізкультурні компетентності ми розглядаємо як сукупність компонентів, що складають ключові компетентності освітньої галузі з фізичного виховання, одними з яких є уміння зорієнтуватися в ситуації й умовах реалій для проведення занять фізкультурою чи виконання фізичних вправ, усвідомлене дотримання санітарно-гігієнічних вимог під час заняття фізкультурою, усвідомлення важливості рухової активності в житті людини для покращення та збереження здоров'я, уміння самостійно організувати й контролювати процеси занять фізичною культурою, усвідомлене дотримання правил безпечної поведінки під час занять, змагань та інших форм фізичного виховання тощо, що в цілому складає фізкультурну компетенцію [2, с. 190-193].

Фізкультурну компетенцію ми розуміємо як загальну теоретичну обізнаність про ключові компетентності освітньої галузі з фізичного виховання, володіння ними й уміння застосовувати їх практично в різних ситуаціях життєдіяльності, зокрема у професійній.

Отже, поняття «компетенція» ми розглядаємо як гіперонім до поняття «компетентність».

Концептуально-парадигмальні орієнтири організації занять із фізичного виховання в ЗВО в дистанційному форматі, її теоретико-методологічна складова, для розвитку фізкультурної компетенції студентів має ґрунтуватися на системному, компетентнісному, особистісно орієнтованому та діяльнісному підходах. Такий адаптований до сучасних викликів освітнього середовища підхід, що передбачає поєднання традиційних і новітніх цифрових, інформаційно-комунікативних, інтерактивних освітніх технологій, лояльно-динамічне моделювання освітнього процесу та цілеспрямований розвиток саморегулятивності щодо фізкультурно-оздоровчої діяльності дозволить забезпечити належний рівень сформованості фізкультурної компетенції. Однак, на сьогодні є декілька деконструктивних факторів, що негативно впливають на якісну організацію занять з фізичного виховання.

Одним із таких факторів є військовий терор на Херсонщині, чим спричинено підвищений рівень стресу, тривожності, апатію та інші негативні психоемоційні стани, що зумовлює як зниження рівня когнітивної діяльності, так і зниження мотивації учасників освітнього процесу до фізичної активності. У домашніх умовах без належного простору й майданчиків для занять фізкультурою, зокрема ігровими видами спорту, в багатьох студентів суттєво знижується внутрішня мотивація до виконання фізичних вправ. Відсутність змагального елементу й атмосфери групової підтримки, що за умов очного навчання зазвичай відбуваються у спортивних залах чи на спортмайданчиках, негативно впливають на психоемоційний стан студентів.

Іншою нагальною проблемою є відсутність матеріально-технічних умов для організації якісного дистанційного навчання. Відключенням електроенергії, нестабільністю або відсутністю інтернету, а також відсутністю належного й відповідного спортивного інвентарю вдома унеможливується повноцінне та якісне проведення занять із фізичного виховання.

Ще одним негативним фактором є педагогічне питання. Не всі викладачі мають

належні цифрові навички або навіть технічні засоби для адаптації навчальної програми в реаліях сьогодення.

Попри труднощі сьогодення, розвиток фізкультурної компетенції студентів ЗВО в дистанційному форматі на сьогодні є цілком можливим, однак за умови правильного добору методів і засобів. В основі ефективної методики має лежати індивідуалізація занять, що уможливлюють адаптацію до домашніх умов із підтримкою мотиваційних компонентів.

Одним із найпоширеніших способів є проведення онлайн-занять у режимі реального часу (через Zoom, Google Meet тощо). Такі заняття сприяють налагодженню контакту між викладачем і студентами, організовувати колективні руханки, функціональне тренування із застосуванням підручних засобів відповідно до умов. Використання таких мобільних додатків як Nike Training Club, Home Workout for Men, Workout for Women, Fitify або Seven для організації самостійної роботи студентів також сьогодні надають можливість їм виконувати вправи за інструкціями, відстежувати прогрес, працювати над помилками й формувати звичку до регулярної та систематичної активності.

Погоджуємося з думкою Є. Чижик, що застосування новітніх здоров'язбережувальних технологій, зокрема гейміфікації освітнього процесу, а також упровадження онлайн-платформ, що забезпечують доступ до тренувань, відеоуроків і вебінарів, розширюють можливості фізичного виховання, допомагають зберігати фізичну активність, зацікавленість до занять, підвищують вмотивованість, а також відкривають можливості для співпраці з професійними тренерами та фахівцями з фізичної культури, які можуть надати цінну підтримку та корисні поради; сприяють утвердженню здорового способу життя, профілактиці захворювань і формуванню відповідального ставлення до власного самопочуття, що є важливим чинником для майбутнього розвитку суспільства [3, с. 121-122].

Оцінювання та зворотний зв'язок, як формальний, так і неформальний, є, безумовно, однією з методологічних складових організації освітнього процесу, що уможливило пройти студентам рефлексію та

допомагає зрозуміти їм свої сильні й слабкі сторони, працювати над помилками та вдосконалювати свої фізкультурні компетентності [4, с. 32].

Задля широкого залучення студентської молоді ЗВО до систематичних занять фізичною культурою, розвитку рухової активності та її популяризації серед здобувачів освіти денної форми навчання, окрім основних занять за робочою програмою, проводяться змагання в онлайн-форматі в освітніх закладах або за місцем проживання учасників відповідно до регламенту проведення спортивних ігор із різних видів спорту, а саме: волейболу, футзалу, баскетболу спортивного орієнтування (наприклад, пазли спортивних карт: <https://orienteering.org.ua/2020/03/pazly-sportyvnyh-kart/>).

Виконання тестових завдань I туру змагань обласного етапу Студентських ігор з волейболу та футзалу серед студентів ЗВО виконуються на освітній платформі «Всеосвіта». Учасникам надається відповідне покликання (<https://vseosvita.ua/test/start/gyq378>; <https://vseosvita.ua/test/start/cev714>).

Результати проведення спортивних заходів внутрішнього й обласного чи всеукраїнського рівнів висвітлюються закладами вищої освіти шляхом заповнення гугл-форми (<https://forms.gle/U1q25S4Q1WCF9icZ6>).

Підготовка до спортивних ігор або змагань в онлайн-форматі відбувається заздалегідь. На заняттях обговорюється й вивчається історія розвитку будь-якого виду спорту, зокрема тих видів, з яких відбуватимуться змагання. Потім проходить підготовка до тестів із теоретичної частини. Обов'язковим є здача нормативів для оцінювання розвитку фізичних якостей студентів ЗВО відповідно до вікових особливостей.

З огляду на думку І. Беґа, що особистісні цінності відіграють важливу роль у регуляції поведінки, адже слугують своєрідним шаблоном для оцінки дій, прийнятих у певних соціальних ситуаціях [5, с. 16], ми можемо розглядати це положення в контексті фізичного виховання як підґрунтя для формування в студентів ЗВО усвідомленої установки засобом рефлексії на регулярні заняття фізкультурою. Така установка постає

не лише як реакція на зовнішні вимоги чи обставини, а як внутрішньо ціннісний фактор, що регулює поведінку під час дистанційного навчання, за умов самоконтролю та самостійної організації активності.

Отже, важливим сьогодні, на нашу думку, є створення освітньо-мотиваційного середовища, де фізична активність стає повнозначною частиною повсякденного життя здобувачів освіти, в аксіологічному аспекті зокрема. Викладачі, окрім занять, а також залученням студентів до змагань, можуть організовувати челенджі, конкурси на кращу домашню програму тренувань, вести відеоблоги про фізичні вправи та техніки їх виконання, проводити опитування, обговорення в чатах.

Доцільним також може бути впровадження засобів відеоаналізу (рефлексії), коли студенти надсилають записи своїх тренувань, а викладачі надають індивідуальні рекомендації. Це підвищує відповідальність за виконання завдань і водночас дозволяє коригувати техніку. Не менш важливим буде впровадження психогігієнічних практик, що сприяє не лише фізичному, а й ментальному здоров'ю студентів, та особливо є актуально в умовах Херсонщини.

Однак, як зауважує О. Глагошук, на сьогодні в динамічному середовищі, яке постійно змінюється, безпосередньо без прямої та тісної співпраці з викладачем не можливі формування та розвиток фізкультурно-оздоровчих компетентностей, розвиток особистості студента, створення необхідних умов для самореалізації студентської молоді [6, с. 91], а обов'язковою умовою для формування й розвитку професійної компетентності у діяльності висококваліфікованих фахівців, зокрема технічних галузей виробництва є фізкультурно-оздоровча рухова активність, організація здорового способу життя, формування фізичної культури, потреб у фізичному самовихованні і самовдосконаленні, соціальних властивостей особистості, її психічних якостей і рухових здібностей, необхідних і достатніх для успішного виконання професійних дій [6, с. 89].

Отже, розвиток фізкультурної компетенції студентів ЗВО має відбуватися безпосередньо за прямої та тісної співпраці з

викладачем навіть в умовах дистанційної форми навчання, що є однією з обов'язкових умов для формування та розвитку професійної компетентності майбутніх висококваліфікованих фахівців.

5. ВИСНОВКИ З ДАНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ І ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ РОЗВІДОК У ДАНОМУ НАПРЯМКУ

Результати дослідження засвідчили актуальність і необхідність системного підходу до розвитку фізкультурної компетенції студентів ЗВО в умовах дистанційного навчання, зокрема на Херсонщині в період воєнного стану. За умови вимушеного переходу організації освітнього процесу на дистанційну форму виникла потреба в переосмисленні традиційних підходів до фізичного виховання, що сприяло впровадженню нових форматів, цифрових інструментів і методик, орієнтованих на самостійну та мотиваційну діяльність здобувачів освіти. За умов правильно організованого освітнього середовища студенти можуть успішно розвивати ключові компоненти фізкультурної компетенції. Водночас встановлено, що ефективність такого процесу безпосередньо залежить від певних факторів, серед яких особливо важливими є:

- 1) рівень педагогічної майстерності та цифрової компетентності викладачів;
- 2) ступінь залученості студентів до освітнього процесу через інтерактивні форми та зворотний зв'язок;

3) доступність сучасного технічного забезпечення, включно з мобільними пристроями, фітнес-додатками та інтернет-ресурсами;

4) індивідуалізація завдань відповідно до рівня фізичної підготовленості здобувачів освіти;

5) психоемоційна підтримка студентів у період дистанційного навчання.

Можемо також зауважити, що дистанційний формат навчання не може повністю замінити традиційні заняття з фізичного виховання.

Отже, розвиток фізкультурної компетенції студентів ЗВО в умовах дистанційного навчання є багатоаспектним процесом, що вимагає наукового обґрунтування, інноваційного підходу та міждисциплінарної взаємодії. Подальша інтеграція інформаційно-комунікаційних технологій у галузі фізичного виховання сприятиме не лише підвищенню рівня фізичної підготовленості студентської молоді, а й формуванню ціннісного ставлення до здоров'я як одного з ключових елементів особистісного розвитку в умовах сучасного освітнього середовища.

Перспективою наших подальших наукових досліджень у визначеному напрямі можуть охоплювати вивчення довготривалого впливу дистанційного формату фізичного виховання на рівень рухової активності, фізичного здоров'я та психоемоційного стану здобувачів вищої освіти.

Література

1. Про Національну стратегію розвитку освіти в Україні на період до 2021 року : Указ Президента України від 25.06.2013 № 344/2013. Законодавство України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/344/2013#Text> (дата звернення: 08.06.2025).
2. Коробов М. Реалізація компетентнісного потенціалу освітньої галузі «Фізична культура» Державного стандарту базової середньої освіти в адаптаційному циклі (5–6 клас). Педагогічний вісник. Фізична культура. 2022. № 1-2. С. 189–194.
3. Чижик Є. С. Сучасні здоров'язбережувальні технології в освіті та популяризація здорового способу життя. Актуальні проблеми фізичного розвитку сучасної молоді у період воєнного стану : зб. матеріалів наук.-практ. конф. (Кривий Ріг, 28 листопада 2024 р.). Кривий Ріг, 2024. С. 120-122.
4. Переверзева С., Алексеев О. Оптимізація навчально-виховного процесу з фізичного виховання. Актуальні проблеми фізичного розвитку сучасної молоді у період воєнного стану : зб. матеріалів наук.-практ. конф. (Кривий Ріг, 28 листопада 2024 р.). Кривий Ріг, 2024. С. 31–33.
5. Бех І. Д. Виховання особистості: у 2 кн. Кн. 1 : Особистісно орієнтований підхід: теорія і технологія. Київ : Либідь, 2003. 280 с.
6. Гладошук О. Г. Формування фізкультурно-оздоровчої компетентності студентів вищих технічних навчальних закладів. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 2017. Вип. 3К(84). С. 88-92.

7. Нестеренко О. М., Шпітун І. І., Бабич Т. М. Інноваційні підходи до викладання фізичної культури в закладах вищої освіти: підвищення ефективності навчання та розвитку фізичних якостей студентів. Академічні візії. 2024. № 35. URL: [file:///C:/Users/User/Downloads/document%20\(4\).pdf](file:///C:/Users/User/Downloads/document%20(4).pdf) (дата звернення: 11.06.2025).
8. Землянська О. В., Третякова Л. Д., Праховник Н. А., Семененко Р. Ю. Вплив дистанційної форми навчання на психічне та фізичне здоров'я студента. Енергозбереження та промислова безпека: виклики та перспективи : науково-технічний збірник: матеріали III Міжнародної науково-практичної конференції (2–3 червня 2020 року, м. Київ). Київ : Основа, 2020. С. 280–286.
9. Хотієнко С. В., Татарченко Л. І., Дідковський О. П. Впровадження інноваційних технологій у сучасну систему фізичного виховання здобувачів освіти ЗВО. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наук. праць / за ред. О. В. Тимошенка. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2022. Вип. 3К (147). С. 449–453.
10. Борецько Н. Ю., Азаренкова Л. Л., Берестова О. Ю. Організація дистанційного навчання студентів з фізичного виховання в умовах пандемії: практичний досвід. Здоров'я нації і вдосконалення фізкультурно-спортивної освіти : матеріали 2-ї Міжнар. наук.-практ. конф. (22–23 квіт. 2021 р., м. Харків). Харків : НТУ «ХПІ», 2021. С. 16–20.

References

1. On the National Strategy for the Development of Education in Ukraine for the Period up to 2021: Decree of the President of Ukraine from 25.06.2013 No. 344/2013. Legislation of Ukraine. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/344/2013#Text> (Accessed: June 8, 2025).
2. Korobov M. (2022). Realization of the competency potential of the educational field «Physical Culture» of the State Standard of Basic Secondary Education in the adaptation cycle (grades 5–6). Pedagogical Bulletin. Physical Culture. No. 1-2. P. 189–194.
3. Chyzyk Ye. S. (2024). Modern health-saving technologies in education and popularization of a healthy lifestyle. Actual Problems of Physical Development of Modern Youth during Martial Law: proceedings of the scientific and practical conference (Kryvyi Rih, November 28, 2024). Kryvyi Rih. P. 120–122.
4. Pereverzieva S., Aliksiev O. (2024). Optimization of the educational process in physical education. Actual Problems of Physical Development of Modern Youth during Martial Law: proceedings of the scientific and practical conference (Kryvyi Rih, November 28, 2024). Kryvyi Rih. P. 31–33.
5. Bekh I. D. (2003). Personality Education: In 2 books. Book 1: Personality-Oriented Approach: Theory and Technology. Kyiv: Lybid. 280 p.
6. Hladoshchuk O. H. (2017). Formation of physical culture and health competence of students of higher technical educational institutions. Scientific Journal of Mykhailo Drahomanov Ukrainian State University. Series 15: Scientific and Pedagogical Problems of Physical Culture (Physical Culture and Sports). Issue 3K(84). P. 88–92.
7. Nesterenko O. M., Shpitun I. I., Babych T. M. (2024). Innovative approaches to teaching physical culture in higher education institutions: improving the effectiveness of teaching and development of students' physical qualities. Academic Visions. No. 35. URL: [file:///C:/Users/User/Downloads/document%20\(4\).pdf](file:///C:/Users/User/Downloads/document%20(4).pdf) (Accessed: June 11, 2025).
8. Zemlianska O. V., Tretiakova L. D., Prakhovnik N. A., Semenenko R. Y. (2020). Influence of distance learning on mental and physical health of students. Energy Saving and Industrial Safety: Challenges and Prospects: scientific and technical collection: proceedings of the III International Scientific and Practical Conference (June 2-3, 2020, Kyiv). Kyiv: Osнова. P. 280–286.
9. Khotienko S. V., Tatarchenko L. I., Didkovskyi O. P. (2022). Implementation of innovative technologies in the modern system of physical education of students of higher education institutions. Scientific Journal of the National Pedagogical Dragomanov University. Series 15: Scientific and Pedagogical Problems of Physical Culture (Physical Culture and Sports): a collection of scientific papers / edited by O. V. Tymoshenko. Kyiv: Publishing House of Drahomanov National Pedagogical University. Issue 3K (147). P. 449–453.
10. Boreiko N. Yu., Azarenkova L. L., Berestova O. Yu. (2021). Organization of distance learning of students in physical education in a pandemic: practical experience. Health of the Nation and Improvement of Physical Culture and Sports Education: materials of the 2nd International scientific and practical conference (April 22–23, 2021, Kharkiv). Kharkiv: NTU "KhPI". P. 16–20.

Abstract

SUSHKO Volodymyr, SMIRNOVA Iryna

Kherson Educational and Scientific Institute of the Admiral Makarov National Shipbuilding University

DEVELOPING THE PHYSICAL EDUCATION COMPETENCE OF UNIVERSITY STUDENTS IN THE CONDITIONS OF DISTANCE LEARNING

This article investigates the development of physical culture competence among university students in the context of distance learning, with a particular focus on the Kherson region, currently situated in an active combat zone. It examines a range of pressing issues, challenges and limitations related to organising physical education in an online format during wartime. The authors present effective methodological approaches and tools that contribute to preserving and developing physical culture competence within student youth in today's extreme conditions. The traditional physical education process

faces significant obstacles in the Kherson region under martial law, which is characterised by an unstable internet connection, frequent power outages, psychological stress and limited opportunities for active physical activity. The study highlights the psychophysical difficulties experienced by students and emphasises the importance of tailoring classes and utilising digital platforms, mobile applications and communication support. The authors stress the need to create an educational and motivational environment in which physical activity becomes an integral part of students' daily lives. Although the distance learning format cannot fully replace traditional classes, it can effectively complement them within a blended learning framework, encouraging independent and motivated learning among students. The study emphasises that successful development of physical culture competence depends on the pedagogical mastery and digital competence of instructors, student engagement through interactive formats, task individualisation and the availability of technical and psycho-emotional support. Further research may focus on examining the long-term impact of distance physical education on motor activity, physical health and psycho-emotional state of university students.

Keywords: martial law, distance learning, health-saving technologies, physical education, physical competence, Kherson region.

Стаття надійшла до редакції / Received 24.04.2025

Прийнята до друку / Accepted 19.05.2025