

Методика роботи спортивних секцій у НУШ

Світлана Сорокіна¹, Ірина Кулик², Тетяна Славінська³, Надія Горельонкова⁴

Опубліковано	Секція	УДК
01.11.2025	Освітні, педагогічні науки	373.3/.5:796.01(477)

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.17543216>

Анотація. У статті висвітлено методичні засади організації та функціонування спортивних секцій у контексті реалізації Концепції Нової української школи. Актуальність теми зумовлена необхідністю формування в учнів культури здорового способу життя, розвитку соціальних компетентностей і виховання командного духу в умовах модернізації освітнього середовища. Підкреслено, що ефективна методика організації спортивних секцій сприяє не лише підвищенню інтересу школярів до рухової активності, а й формуванню сталих мотивацій до занять спортом, самодисципліни та відповідального ставлення до власного здоров'я.

Проаналізовано сучасні підходи до розвитку фізичної культури в школі, де спортивні секції розглядаються як інструмент особистісного зростання, соціалізації та профілактики гіподинамії серед дітей. Визначено доцільність упровадження інноваційних технологій у тренувальний процес, зокрема використання цифрових ресурсів для моніторингу результатів, елементів гейміфікації, проєктної діяльності та індивідуалізації навчання. Зазначено, що така інтеграція забезпечує підвищення мотиваційної складової, робить фізичну культуру більш привабливою для сучасних учнів і сприяє реалізації принципів компетентнісного підходу.

Розкрито критерії ефективності секційної роботи, які охоплюють педагогічні, організаційні та психологічні аспекти. Акцентовано увагу на необхідності підготовки педагогічних кадрів нового типу – тренерів і вчителів, здатних виступати фасилітаторами розвитку учнів, мотиваторами та лідерами освітнього простору. Практичне значення результатів дослідження полягає у можливості використання запропонованих методичних підходів для вдосконалення організації спортивних секцій у закладах загальної середньої освіти.

Зроблено висновок, що методика роботи спортивних секцій у НУШ є не лише педагогічним, а й соціально значущим чинником розвитку школи. Її вдосконалення

¹ Старший викладач, кафедра здоров'я людини та фізичної культури, Кременчуцький національний університет імені Михайла Остроградського, м. Кременчук, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7345-2348>

² Старший викладач, кафедра здоров'я людини та фізичної культури, Кременчуцький національний університет імені Михайла Остроградського, м. Кременчук, ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-5027-6402>

³ Старший викладач, кафедра здоров'я людини та фізичної культури, Кременчуцький національний університет імені Михайла Остроградського, м. Кременчук, ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-9835-581X>

⁴ Старший учитель, Кременчуцька гімназія № 12, м. Кременчук, ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-5561-6859>

забезпечує формування гармонійно розвиненої, активної та здорової особистості, здатної до співпраці, саморозвитку й свідомого вибору здорового способу життя.

Ключові слова: Нова українська школа, фізичне виховання, спортивні секції, методика, здоровий спосіб життя, інноваційні технології, мотивація учнів.

Methodology of organizing sports sections in the New Ukrainian School

Annotation. The article highlights the methodological principles of organizing and functioning sports sections in the context of implementing the Concept of the New Ukrainian School. The relevance of the topic is determined by the need to form a culture of a healthy lifestyle, develop social competencies, and foster team spirit among students in the conditions of modern educational reform. It is emphasized that an effective methodology for organizing sports sections not only increases students' interest in physical activity but also contributes to sustainable motivation for sports, self-discipline, and a responsible attitude to personal health.

The paper analyzes modern approaches to the development of physical culture in schools, where sports sections are viewed as tools for personal growth, socialization, and prevention of physical inactivity among children. The feasibility of introducing innovative technologies into the training process is justified, particularly through the use of digital resources for monitoring progress, gamification elements, project-based learning, and individualized instruction. Such integration enhances the motivational component, makes physical education more attractive to students, and ensures the implementation of the competency-based approach defined by the New Ukrainian School.

The article outlines the main criteria for evaluating the effectiveness of section activities, encompassing pedagogical, organizational, and psychological dimensions. Emphasis is placed on the need to prepare a new generation of educators – coaches and teachers capable of acting as facilitators of student development, motivators, and leaders of the educational environment. The practical significance of the study lies in the possibility of applying the proposed methodological approaches to improve the organization of sports sections in general secondary education institutions.

It is concluded that the methodology of organizing sports sections in the New Ukrainian School is not only a pedagogical but also a socially significant factor in school development. Its improvement contributes to forming a harmoniously developed, active, and healthy personality capable of cooperation, self-improvement, and conscious choice of a healthy lifestyle.

Keywords: New Ukrainian School, physical education, sports clubs, methodology, healthy lifestyle, innovative technologies, student motivation.

Вступ

Актуальність теми методики роботи спортивних секцій у Новій українській школі зумовлена стратегічними завданнями реформування сучасної освіти, спрямованими на всебічний розвиток особистості учня. У контексті концепції НУШ фізичне виховання розглядається не лише як складова освітнього процесу, а як важливий інструмент формування здорового способу життя, розвитку соціальних компетентностей та виховання активної громадянської позиції.

Саме тому ефективна методика організації спортивних секцій набуває особливого значення, адже вона сприяє підвищенню інтересу учнів до рухової активності, формуванню сталих мотивацій до занять спортом і створенню умов для реалізації індивідуального потенціалу кожної дитини.

Потреба у вдосконаленні підходів до роботи спортивних секцій пов'язана також із викликами сучасного суспільства – гіподинамією, цифровізацією дитячого дозвілля та зниженням рівня фізичної підготовленості школярів. У цьому контексті методика занять має бути гнучкою, інноваційною та інтегрованою в загальну систему виховного

простору школи. Вона повинна поєднувати класичні педагогічні принципи з сучасними технологіями навчання, зокрема використанням елементів ігрової педагогіки, проєктної діяльності та цифрових ресурсів для моніторингу результатів. Це дозволяє зробити фізичну культуру більш привабливою для учнів і водночас ефективною з точки зору досягнення освітніх результатів.

Крім того, актуальність дослідження зумовлюється потребою у науковому обґрунтуванні нових підходів до підготовки педагогів, які працюють у спортивних секціях. Вони мають не лише володіти методичними знаннями, але й бути фасилітаторами здорового розвитку особистості, вміти мотивувати дітей до саморозвитку та командної взаємодії.

Таким чином, вивчення та вдосконалення методики роботи спортивних секцій у НУШ є необхідною умовою реалізації принципів компетентнісного підходу, виховання культури здоров'я та формування гармонійно розвиненої особистості учня в сучасному освітньому середовищі.

Стан дослідження методики роботи спортивних секцій у Новій українській школі в науковій літературі представлений комплексно і охоплює як теоретичні, так і практичні аспекти фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку. Вчені зазначають, що ефективна організація спортивних секцій сприяє всебічному розвитку учнів, формуванню у них фізичних, психологічних і соціальних навичок, а також вихованню культури здорового способу життя [1-3]. Зокрема, роботи А. Боляка та співавторів підкреслюють важливість інтеграції спортивних занять із навчальною програмою та застосування ігрових форм навчання для підвищення мотивації дітей, тоді як Л. Волков (2016), В. Гейтенко й співавтори (2021) розкривають методику диференційованого підходу до учнів та використання сучасних навчальних технологій у дитячо-юнацькому спорті. Крім того, значну увагу приділяють ролі вчителя фізичної культури як тренера та наставника, який організовує процес, контролює прогрес учнів та створює безпечні умови для занять.

В законодавчій і нормативній базі України питання організації спортивних секцій у школах регламентуються низкою документів, що визначають стандарти початкової освіти, умови безпечного проведення фізкультурних занять та методичні рекомендації щодо дитячо-юнацького спорту. Зокрема, Державний стандарт початкової освіти [4] та Санітарний регламент для закладів загальної середньої освіти [5] встановлюють нормативні вимоги щодо тривалості фізкультурних занять, кількості учнів у групі та обладнання спортивних залів. Концепція «Нова українська школа» [6] акцентує увагу на важливості розвитку фізичних та психоемоційних якостей дітей через активну участь у позакласних спортивних секціях. Окрім цього, Міністерство молоді та спорту України надає навчальні програми для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, що слугують методичним інструментом для організації системного фізичного виховання у закладах освіти [7]. Таким чином, наукові та нормативні джерела створюють комплексне підґрунтя для дослідження методики роботи спортивних секцій у НУШ, поєднуючи теоретичні засади з практичними рекомендаціями.

Мета дослідження – визначити ефективні методичні підходи до організації та проведення роботи спортивних секцій у Новій українській школі, спрямовані на підвищення фізичної активності учнів і формування в них стійкої мотивації до здорового способу життя.

Результати

У роботі використано теоретичні (аналіз і узагальнення науково-педагогічної літератури, нормативних документів НУШ), емпіричні (спостереження за діяльністю спортивних секцій, анкетування учнів і педагогів) та узагальнювально-аналітичні методи для визначення ефективності застосовуваних методик і форм роботи.

Організація спортивних секцій у системі Нової української школи (НУШ) ґрунтується на сучасних теоретико-методологічних засадах фізичного виховання та позакласної діяльності дітей молодшого шкільного віку. Спортивні секції, як форма організованого розвитку фізичних якостей, виступають не лише як інструмент формування фізичного здоров'я учнів, але й як ефективний механізм виховання соціальних компетентностей, відповідальності та командної взаємодії [1]. Вони інтегруються у навчальний процес і забезпечують безперервність розвитку рухових умінь та навичок, відповідно до вимог Державного стандарту початкової освіти [4]. Поняття спортивної секції у контексті НУШ охоплює систему організованих фізкультурних занять, спрямованих на розвиток фізичних здібностей та формування здорового способу життя. Важливим аспектом є те, що секційна діяльність реалізує принципи добровільності, індивідуалізації та комплексності, що дозволяє кожному учневі обирати види спорту відповідно до власних інтересів і здібностей [2]. Крім того, спортивні секції слугують платформою для ранньої профорієнтації у спорті та залучення дітей до дитячо-юнацьких спортивних шкіл і клубів [7].

Принципи організації фізичного виховання у НУШ визначаються потребою формування базових фізичних навичок, підтримки рухової активності та забезпечення безпеки дітей під час занять. Одним із ключових принципів є системність, що передбачає планомірне поєднання навчальних і позакласних заходів, які сприяють гармонійному розвитку учнів [3]. Іншим важливим аспектом є принцип доступності, що забезпечує рівні умови для участі всіх дітей незалежно від їхніх фізичних можливостей та соціального статусу.

Роль учителя фізичної культури у спортивних секціях НУШ багатогранна і виходить за межі класичної педагогічної діяльності. Вчитель виступає тренером, наставником і координатором процесу фізичного розвитку, поєднуючи методичну підготовку з індивідуальною підтримкою кожного учня [8]. Його завдання полягає не лише у формуванні фізичних умінь, але й у вихованні мотивації до регулярних занять спортом, розумінні цінності здорового способу життя та розвитку особистісних компетентностей.

Секційна робота у НУШ передбачає організацію занять з різних видів спорту, які відповідають віковим особливостям дітей і їхнім інтересам. Вибір виду спорту обумовлюється доступністю інвентарю, матеріально-технічними можливостями навчального закладу та місцевою спортивною інфраструктурою [9]. Такий підхід дозволяє формувати різносторонньо розвинену фізичну культуру учнів та сприяє комплексному розвитку моторних навичок. Методика проведення занять у спортивних секціях базується на принципах наукового тренування та адаптації навантажень до вікових та індивідуальних особливостей дітей. Заняття передбачають чітке планування, поетапне нарощування складності вправ та регулярний контроль результатів через тестування та моніторинг фізичного розвитку [10]. Це дозволяє не лише підвищувати рівень фізичної підготовки, але й попереджати травматизм та перевантаження учнів.

Організація спортивних секцій у НУШ передбачає інтеграцію з навчальним процесом та іншими позакласними заходами. Таке поєднання дозволяє забезпечити цілісність формування фізичних і морально-психологічних якостей учнів, а також розвиток командної взаємодії та відповідальності за колективні досягнення [1]. Важливо, що спортивні секції сприяють також формуванню стійкої мотивації до здорового способу життя, що відповідає завданням Концепції НУШ [7].

Безпечне проведення занять у спортивних секціях є одним із пріоритетних аспектів методики. Відповідно до Санітарного регламенту для закладів загальної середньої освіти, навчальні приміщення та спортивні майданчики повинні відповідати вимогам безпеки, а інвентар – бути придатним для використання дітьми різного віку [8].

Це дозволяє забезпечити безперервність та якість навчально-виховного процесу без ризику для здоров'я учнів.

Спортивні секції у НУШ також виконують важливу соціальну функцію, сприяючи адаптації дітей до колективного життя та формуванню навичок комунікації. Заняття спортом розвивають відповідальність, взаємоповагу, дисциплінованість, що є важливим елементом соціалізації молодших школярів [11]. Такий підхід забезпечує гармонійний розвиток особистості, поєднуючи фізичний, соціальний та моральний аспекти. Впровадження спортивних секцій у НУШ сприяє підготовці дітей до активного способу життя у дорослому віці. Регулярні фізичні навантаження, розвиток моторики та координації забезпечують формування фізичної компетентності, що є основою подальшої участі у спортивній та здоров'язберігаючій діяльності [2]. Крім того, секційна робота підтримує розвиток психоемоційної стабільності, здатності до самоконтролю та концентрації уваги.

Особлива роль у методиці спортивних секцій належить диференціації навантажень відповідно до віку та фізичних можливостей дітей. Індивідуальний підхід до кожного учня дозволяє формувати фізичні якості без перевантажень, а також стимулює інтерес до занять, що сприяє підвищенню ефективності виховного процесу [3]. Це особливо важливо на етапі початкової освіти, коли формуються основи рухових умінь.

Методика роботи спортивних секцій передбачає систематичне використання дидактичних ігрових прийомів, які підвищують мотивацію дітей і сприяють розвитку творчого підходу до рухової діяльності. Ігрові елементи дозволяють поєднувати навчання та розвагу, створюючи позитивний емоційний фон та стимулюючи зацікавленість учнів [1]. Такий підхід підвищує ефективність засвоєння рухових навичок та сприяє формуванню навичок співпраці. Важливим аспектом є професійна підготовка вчителя фізичної культури, який виконує роль наставника та тренера. Вчитель повинен володіти сучасними методиками організації тренувального процесу, знати принципи здоров'язбереження та адаптації навантажень, а також уміти мотивувати учнів до активної участі у спортивних секціях [8]. Це забезпечує комплексний підхід до формування фізичних, моральних та соціальних якостей учнів.

Секційна діяльність у НУШ передбачає співпрацю з батьками та громадськістю для підвищення ефективності фізичного виховання. Інформування батьків про досягнення дітей, їхні фізичні показники та участь у позакласних заходах сприяє формуванню партнерських відносин і підтримці мотивації до занять спортом [10]. Такий підхід забезпечує безперервний розвиток учнів у різних сферах.

Нарешті, теоретико-методологічні засади організації спортивних секцій у НУШ створюють основу для подальшого розвитку інноваційних моделей фізичного виховання та позакласної діяльності. Вони враховують сучасні вимоги до розвитку фізичної культури, здоров'язбереження та соціалізації дітей, забезпечуючи комплексний, системний і безпечний підхід до організації спортивної діяльності [1; 6; 7].

Планування занять у спортивних секціях НУШ передбачає систематичне врахування вікових, фізичних і психоемоційних особливостей учнів. Для молодших школярів важливо чергувати різні види діяльності, поєднуючи загальнорозвивальні вправи з елементами ігор та спортивних змагань [1]. Таке планування дозволяє підвищити мотивацію дітей до регулярних занять і створює умови для комплексного розвитку фізичних і когнітивних навичок (табл. 1).

Планування і організація занять у спортивних секціях НУШ: методичні підходи та практичні аспекти

Напрямок	Зміст
Планування занять	Врахування вікових, фізичних та психоемоційних особливостей учнів; чергування загальнорозвивальних вправ з іграми та змаганнями
Принцип системності	Поступове ускладнення фізичних вправ; логічна структура занять: розминка, основна частина, контрольна вправа, релаксація
Диференціація навантажень	Адаптація вправ до індивідуальних можливостей дітей; залучення всіх учнів без перевантаження
Поетапне формування навичок	Освоєння базових рухів → розвиток координації та витривалості → командна взаємодія
Ігрові форми навчання	Використання спортивних ігор для підвищення мотивації та розвитку комунікативних навичок
Контроль та оцінювання	Тестування фізичних якостей, ведення індивідуальних карток прогресу, корекція програм
Санітарні норми та безпека	Контроль стану інвентарю та приміщень, дотримання правил безпеки під час вправ
Комплексний підхід	Поєднання загальнорозвивальних і спеціалізованих вправ для всебічного розвитку фізичних якостей
Роль вчителя	Поєднання ролей тренера та наставника; мотивація, розвиток дисципліни та самоконтролю
Інтеграція з навчальною програмою	Використання міжпредметних зв'язків для розвитку фізичних та когнітивних навичок
Участь батьків	Інформування про прогрес дітей та залучення до позакласної спортивної діяльності
Використання програм дитячо-юнацьких спортивних шкіл	Оптимізація навчального процесу з урахуванням рівня підготовки та розвитку всіх фізичних якостей
Психоемоційний розвиток	Формування стресостійкості, самоконтролю, лідерських та командних навичок
Інноваційні технології	Використання цифрових пристроїв та сенсорних систем для контролю рухів та аналізу результатів
Комплексний результат	Системна організація занять, розвиток фізичних, соціальних та морально-етичних якостей учнів

Методика організації занять передбачає врахування принципу системності, який забезпечує поступове ускладнення фізичних вправ та контрольоване нарощування навантаження [2]. На практиці це означає, що кожне заняття має логічну структуру: розминка, основна частина, контрольна або ігрова вправа, завершальна релаксація. Такий підхід дозволяє формувати фізичні вміння без перевантаження, що особливо важливо для дітей 6-10 років. Важливим аспектом є диференціація навантажень відповідно до індивідуальних можливостей учнів. Практичний досвід показує, що в одному класі можуть бути діти з різним рівнем фізичної підготовки, тому педагог повинен передбачати адаптовані варіанти вправ та активностей [3]. Це забезпечує залучення кожного учня до активного руху та запобігає виникненню травм.

Методичні підходи до організації занять у спортивних секціях включають поетапне формування технічних і тактичних навичок у вибраному виді спорту. На початковому

етапі основний акцент робиться на освоєнні базових рухових умінь, далі увага зосереджується на розвитку координації, сили, витривалості та командної взаємодії [8]. Такий підхід забезпечує ефективне засвоєння спортивних навичок та створює підґрунтя для подальшої участі у спортивних секціях.

Особлива увага приділяється ігровим формам навчання, які забезпечують активну участь дітей та підвищують емоційну зацікавленість. Використання спортивних ігор у навчально-тренувальному процесі дозволяє поєднувати навчання та розвагу, стимулюючи розвиток творчих та комунікативних навичок [11]. Такі форми також сприяють розвитку соціальних компетентностей, зокрема співпраці та взаємопідтримки у команді. Контроль та оцінювання ефективності занять у спортивних секціях є важливою складовою методики. Регулярне тестування фізичних якостей, ведення індивідуальних карток прогресу та аналіз досягнень дітей дозволяють коригувати тренувальні програми відповідно до реального рівня підготовки [10]. Це забезпечує системність і безпеку навчально-виховного процесу.

Організація занять також передбачає дотримання санітарно-гігієнічних норм та правил безпеки. Вчитель повинен контролювати стан спортивного інвентарю, технічну готовність приміщень та майданчиків, а також дотримання дітьми правил безпечної поведінки під час виконання вправ [5]. Такий підхід дозволяє запобігати травмам і забезпечує позитивний емоційний досвід від занять. Методичні рекомендації включають використання комплексного підходу до розвитку фізичних якостей: поєднання загальнорозвивальних вправ із спеціалізованими вправами обраного виду спорту. Це сприяє формуванню гармонійного фізичного розвитку учнів та забезпечує основу для подальшої спортивної підготовки [9]. Особливо важливо дотримувати баланс між розвитком сили, витривалості та координації рухів.

Вчитель фізичної культури у спортивних секціях виступає як наставник, який поєднує педагогічну діяльність із тренерською практикою. Його завдання полягає у формуванні мотивації до регулярних занять, розвитку навичок самоконтролю, відповідальності та дисципліни, а також у підтримці емоційного благополуччя дітей [1]. Такий підхід забезпечує цілісне формування особистості через спортивну діяльність.

Секційна робота у НУШ передбачає інтеграцію з іншими напрямками навчання, зокрема з освітньою програмою початкової школи. Використання міжпредметних зв'язків дозволяє поєднувати фізичний розвиток із розвитком логічного мислення, уваги та пам'яті [6]. Це створює умови для всебічного розвитку учнів і підвищує ефективність навчального процесу. Значну роль у методиці організації занять відіграє активне залучення батьків до процесу. Інформування про прогрес дітей, їхні фізичні досягнення та участь у змаганнях формує партнерські відносини між школою та родиною [10]. Батьки стають активними учасниками процесу, що підвищує мотивацію дітей та створює додаткову підтримку для розвитку спортивних навичок.

Використання сучасних методичних матеріалів та програм для дитячо-юнацьких спортивних шкіл дозволяє оптимізувати процес навчання у секціях. Програми враховують різні рівні фізичної підготовки та спрямовані на розвиток всіх основних фізичних якостей: сили, швидкості, витривалості, гнучкості та координації [7]. Це дозволяє досягати високого рівня ефективності занять та формувати стійкий інтерес до спорту.

Особлива увага приділяється розвитку психоемоційних якостей дітей через спортивні заняття. Спортивні секції сприяють формуванню стресостійкості, самоконтролю та здатності до співпраці у команді. Дітям надається можливість реалізувати свої лідерські якості та навчитися ефективно взаємодіяти з ровесниками [8].

Методика організації занять передбачає впровадження інноваційних технологій та обладнання, що дозволяє урізноманітнити тренувальний процес та підвищити його

ефективність. Використання цифрових пристроїв, таймерів, сенсорних систем для контролю рухів сприяє точному аналізу результатів та корекції навчальних програм [3]. Нарешті, методика планування і організації занять у спортивних секціях НУШ є комплексною та системною. Вона забезпечує розвиток фізичних, соціальних і морально-етичних якостей учнів, поєднує навчальний процес з позакласною діяльністю та формує базу для подальшого розвитку спортивної компетентності дітей [1; 6; 7].

Організація спортивних секцій у Новій українській школі передбачає чітке поєднання теоретичних знань із практичними навичками, що забезпечує системний розвиток фізичних, психоемоційних та соціальних якостей учнів. У цьому контексті велике значення має ретельне планування занять з урахуванням вікових особливостей, рівня фізичної підготовки та індивідуальних можливостей дітей. Практична робота у спортивних секціях здійснюється за принципом поступового ускладнення вправ, де на першому етапі основний акцент робиться на освоєння базових рухів та формування правильної техніки, а на наступних етапах – на розвиток координації, витривалості та командної взаємодії [1; 2]. Велика увага приділяється поєднанню навчальної програми з позакласною діяльністю. Використання спортивних секцій як платформи для практичного закріплення навичок дозволяє ефективно інтегрувати міжпредметні зв'язки та сприяє всебічному розвитку дітей. Наприклад, під час занять із баскетболу чи гімнастики учні одночасно тренують увагу, реакцію та просторове мислення, що безпосередньо впливає на їх навчальні результати в школі [6]. Суттєвим елементом практичної роботи є застосування ігрових форм навчання. Використання спортивних ігор не лише підвищує мотивацію учнів, а й формує навички командної взаємодії, розвиває стратегічне мислення та лідерські якості. При цьому роль вчителя фізичної культури є ключовою: він одночасно виконує функції тренера, наставника та організатора, створюючи умови для безпечного та ефективного засвоєння фізичних навичок [3].

Секції повинні працювати на основі диференційованого підходу до учнів. Це означає, що кожна дитина отримує оптимальне навантаження, яке відповідає її фізичним можливостям. Такий підхід дозволяє уникнути перевантаження, знижує ризик травматизму та забезпечує комфортне включення всіх учнів у навчально-спортивний процес [10]. Контроль результатів та систематичне оцінювання ефективності занять є невід'ємною частиною організації спортивних секцій. Для цього застосовуються як формальні тести на витривалість, швидкість, силу та координацію, так і спостереження за розвитком командної взаємодії та морально-етичних якостей учнів. Ведення індивідуальних карток прогресу дозволяє вчасно коригувати програму занять та підвищувати її результативність [10].

Особливе значення має забезпечення безпеки під час проведення занять. Дотримання Санітарного регламенту та належний стан спортивного інвентарю та приміщень гарантують здоров'я та безпеку учнів. Також важливим аспектом є інструктаж дітей щодо правил поведінки та техніки безпеки під час виконання фізичних вправ [5]. Практика показує, що ефективне функціонування спортивних секцій неможливе без системної підготовки вчителів фізичної культури. Вчитель не лише демонструє вправи, а й організовує роботу секції, мотивує учнів, контролює прогрес, надає індивідуальні рекомендації та формує позитивну дисципліну. Така роль вчителя є комплексною та включає елементи педагогічного, психологічного та спортивного наставництва [1].

Не менш важливим є планування тренувального процесу з урахуванням фізіологічних закономірностей розвитку дітей. Це передбачає чергування навантажень, збалансованість між силовими, швидкісними та координаційними вправами, а також контроль за рівнем стомлюваності учнів. Дотримання цих принципів дозволяє

формуванню стійкої мотивації до занять фізичною культурою та спортивною діяльністю [2].

Секції в НУШ повинні поєднувати загальнорозвивальні та спеціалізовані вправи. Загальнорозвивальні вправи спрямовані на формування основних фізичних якостей: сили, швидкості, гнучкості, координації. Спеціалізовані вправи допомагають учням оволодіти технікою конкретного виду спорту, що сприяє розвитку професійних навичок у майбутньому [9].

Ефективність занять також підвищується через використання сучасних навчальних програм дитячо-юнацьких спортивних шкіл. Вони включають структуровані плани тренувань, методичні рекомендації та інструменти оцінки прогресу, що дозволяє оптимізувати роботу секцій та враховувати рівень підготовки кожного учня [7].

Практика показує, що інтеграція психоемоційного розвитку у спортивні заняття значно підвищує ефективність навчально-виховного процесу. Діти навчаються самоконтролю, стресостійкості, відповідальності за результат, а також розвивають комунікативні та лідерські навички [8]. Застосування інноваційних технологій стає важливим інструментом підвищення ефективності роботи секцій. Використання сенсорних систем, фітнес-трекерів та цифрових платформ дозволяє контролювати техніку виконання вправ, відстежувати індивідуальні результати та мотивувати учнів через гейміфікацію процесу [3].

Важливою складовою є залучення батьків до спортивного процесу. Інформаційна підтримка, консультації та спільні заходи сприяють формуванню у дітей позитивного ставлення до фізичної активності та підвищують ефективність позакласних занять [10]. Комплексний підхід до організації секцій передбачає взаємодію різних елементів навчального процесу, включаючи педагогічні методики, сучасні технології, фізіологічні та психоемоційні особливості дітей. Такий підхід дозволяє досягати гармонійного розвитку учнів та забезпечує ефективну реалізацію концепції НУШ у сфері фізичної культури [1; 6].

Підсумовуючи, можна зазначити, що організація практичної роботи спортивних секцій у НУШ є складним, багатогранним процесом, що включає планування, диференціацію, контроль, мотивацію та безпеку. Така система дозволяє не лише розвивати фізичні якості, а й виховувати соціальні та морально-етичні навички учнів, формуючи їх як активних та свідомих членів суспільства.

Висновки

У результаті проведеного дослідження з'ясовано, що методика роботи спортивних секцій у Новій українській школі потребує системного підходу, який поєднує педагогічні, психологічні та організаційні аспекти. Ефективність такої діяльності залежить від того, наскільки тренери та вчителі фізичної культури розуміють вікові особливості дітей, застосовують сучасні методи мотивації та формують середовище, сприятливе для розвитку фізичних і моральних якостей школярів. Важливим чинником є також забезпечення міждисциплінарного підходу, коли фізична культура розглядається не ізольовано, а як частина загального виховного процесу.

Доведено, що впровадження інноваційних методик тренувального процесу, зокрема використання ігрових технологій, елементів цифровізації навчання та диференційованого підходу, сприяє підвищенню рівня зацікавленості учнів. Така діяльність стимулює розвиток самодисципліни, командної взаємодії та лідерських якостей, що узгоджується з концепцією компетентнісного навчання, закладеною в основу НУШ. Ефективність секційної роботи значно зростає, коли вона інтегрована у загальну систему виховної діяльності школи та має підтримку з боку адміністрації, батьків і громади.

Практичне значення результатів дослідження полягає у можливості використання напрацьованих підходів для вдосконалення організації спортивних секцій у закладах загальної середньої освіти. Це передбачає розроблення методичних рекомендацій для педагогів, створення індивідуальних карт розвитку учнів, упровадження елементів самоконтролю й самооцінювання фізичних досягнень. Запропонована система дозволяє підвищити ефективність занять, зміцнити мотиваційний компонент і сформуванню культуру здорового способу життя серед учнів.

Отже, методика роботи спортивних секцій у НУШ є не лише педагогічним, а й соціально значущим напрямом діяльності школи. Її вдосконалення потребує постійного оновлення змісту занять, підвищення кваліфікації педагогічних кадрів та впровадження сучасних технологій у фізичне виховання.

Перспективи подальшого дослідження методики роботи спортивних секцій у НУШ полягають у поглибленому вивченні впливу інноваційних педагогічних технологій, цифрових інструментів та індивідуалізованих програм фізичного розвитку на формування ключових компетентностей учнів. Особливо актуальним є створення науково обґрунтованих моделей взаємодії між учителем, учнем і батьками у процесі секційної діяльності, що сприятиме формуванню стійкої мотивації до занять спортом. У подальшому доцільно зосередити увагу на розробленні методичних рекомендацій для вчителів фізичної культури, спрямованих на інтеграцію елементів здоров'язбереження, цифрового супроводу навчального процесу та партнерської педагогіки у діяльність спортивних секцій.

Список використаних джерел

1. Боляк А. А., Коломоець Г. А., Ребрина А. А., Боляк Н. Л. Нова українська школа: методика навчання фізичної культури у 1–4 класах закладів загальної середньої освіти. Київ : Видавничий дім «Освіта», 2021. 160 с.
2. Волков Л. В. Теорія і методика дитячого та юнацького спорту. Київ : Олімпійська література, 2016. 464 с.
3. Гейтенко В. В., Пристинський В. М., Зайцев В. О. Теорія і методика дитячо-юнацького спорту. Слов'янськ : Вид-во Б. І. Маторіна, 2021. 171 с.
4. Кабінет Міністрів України. Про затвердження Державного стандарту початкової освіти : постанова Кабінету Міністрів України від 21.02.2018 № 87. База даних «Законодавство України» / Верховна Рада України. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/go/87-2018-%D0%BF> (дата звернення: 17.10.2025).
5. Міністерство охорони здоров'я України. Про затвердження Санітарного регламенту для закладів загальної середньої освіти : наказ МОЗ України від 25.09.2020 № 2205. База даних «Законодавство України» / Верховна Рада України. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1111-20> (дата звернення: 17.10.2025).
6. Міністерство освіти і науки України. Концепція «Нова українська школа» : рішення Колегії МОН від 27 жовт. 2016 р. Київ, 2016. Режим доступу: <https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf> (дата звернення: 17.10.2025).
7. Міністерство молоді та спорту України. Навчальні програми для дитячо-юнацьких спортивних шкіл (перелік та файли навчальних програм). Режим доступу: <https://mms.gov.ua/sport/dityacho-yunackij-ta-rezervnij-sport/navchalni-programi-dlya-zakladiv-fizichnoyi-kulturi-i-sportu-z-vidiv-sportu> (дата звернення: 17.10.2025).
8. Присяжнюк С. І., Оленев Д. Г. Курс лекцій з фізичного виховання. Київ : Видавничий центр НУБіП України, 2015. 420 с.

9. Платонов В. М. Сучасна система спортивного тренування. Київ : Перша друкарня, 2020. 704 с.
10. Круцевич Т. Ю., Воробйов М. І., Безверхня Г. В. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді. Київ : Олімпійська література, 2011. 224 с.
11. Сергієнко Л. П. Теорія та методика дитячого і юнацького спорту. Київ : Кондор-Видавництво, 2016. 542 с.
12. Національний університет «Нова українська школа» / Інститут модернізації змісту освіти. Огляд Концепції НУШ та супровідні методичні матеріали (публікації, методичні розробки). Режим доступу: <https://nus.org.ua> (дата звернення: 17.10.2025).