

Жлобо Тетяна

<https://orcid.org/0000-0002-6811-9388>
ResearcherID AAC-6830-2020
Scopus-Author ID 57756988500

Кандидат педагогічних наук, доцент,
завідувачка кафедри фізичного виховання та хореографії,
Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка
(Чернігів, Україна) E-mail: globo.tm2018@gmail.com

Жула Лідія

<https://orcid.org/0000-0001-9589-3435>

Кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту,
Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка
(Чернігів, Україна) E-mail: lidia.zhula@gmail.com

Жула Володимир

<https://orcid.org/0000-0003-3649-464X>

Кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту,
Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка
(Чернігів, Україна) E-mail: azula19@ukr.net

ОРГАНІЗОВАНА РУХОВА АКТИВНІСТЬ У ФОРМУВАННІ СОЦІАЛЬНО-ЕМОЦІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТІВ

Мета роботи полягає в теоретичному обґрунтуванні організованої рухової активності як педагогічного засобу формування соціально-емоційної компетентності студентської молоді в умовах сучасної вищої освіти. Актуальність дослідження зумовлена потребою посилення компетентнісної спрямованості освітнього процесу, у якому фізичне виховання розглядається як чинник розвитку рухової підготовленості, саморегуляції, комунікативної взаємодії, емоційної стійкості та відповідальної поведінки студентів. Соціально-емоційна компетентність визначається як інтегративна характеристика особистості, що охоплює здатність усвідомлювати власні емоційні стани, регулювати поведінку, будувати конструктивну взаємодію, приймати відповідальні рішення та діяти відповідно до норм освітнього й соціального середовища.

Методологія дослідження ґрунтується на компетентнісному, системному, діяльнісному, особистісно орієнтованому та міждисциплінарному підходах. Використано методи теоретичного аналізу, синтезу, порівняння, систематизації й узагальнення наукових джерел з проблем соціально-емоційного навчання, soft skills, емоційного інтелекту, саморегуляції, фізичного виховання та організованої рухової активності студентської молоді.

Наукова новизна полягає в уточненні педагогічного змісту соціально-емоційної компетентності студентів у контексті організованої рухової активності та в обґрунтуванні її формувального потенціалу в системі фізичного виховання закладів вищої освіти. Організовану рухову активність розглянуто як структурований педагогічний процес, що поєднує рухову діяльність, взаємодію, самоконтроль, емоційну регуляцію, рефлексію та соціальну відповідальність.

Висновки. Теоретичний аналіз засвідчив, що організована рухова активність має значний потенціал для формування соціально-емоційної компетентності студентської молоді. Її педагогічна ефективність пов'язана з можливістю створення ситуацій співпраці, взаємної підтримки, контролю емоційних реакцій, прийняття рішень, дотримання правил і відповідальності за результат спільної діяльності. У системі вищої освіти фізичне виховання може виконувати функцію середовища соціально-емоційного розвитку студентів за умови цілеспрямованого добору засобів, методів і форм організованої рухової активності.

Ключові слова: соціально-емоційна компетентність, студенти, організована рухова активність, фізичне виховання, саморегуляція.

Постановка проблеми. Сучасна вища освіта орієнтується на підготовку фахівця, здатного до професійної мобільності, відповідальної соціальної взаємодії, саморегуляції, командної роботи та конструктивного реагування на складні освітні й життєві ситуації. За таких умов соціально-емоційна компетентність студентської молоді набуває значення важливого результату освітнього процесу,

оскільки охоплює здатність особистості усвідомлювати власні емоційні стани, регулювати поведінку, підтримувати продуктивну комунікацію, приймати відповідальні рішення та діяти відповідно до норм академічного й соціального середовища [11; 12; 20].

Формування соціально-емоційної компетентності студентів потребує педагогічних умов, у яких емоційна регуляція, міжособистісна взаємодія, відповідальність, самоконтроль і співпраця розвиваються в процесі практичної діяльності. Одним із таких середовищ є фізичне виховання, оскільки організована рухова активність передбачає дотримання правил, взаємодію в групі, координацію спільних дій, контроль емоційних реакцій, прийняття рішень у змінних ситуаціях і відповідальність за індивідуальний та колективний результат [5; 8; 15; 19].

У наукових джерелах фізичне виховання дедалі частіше розглядається як засіб розвитку рухових якостей і педагогічний простір формування soft skills, саморегуляції, вольових якостей, психічних функцій, комунікативної культури й соціальної відповідальності студентської молоді [1; 2; 13; 19]. Результати досліджень засвідчують, що різні форми рухової активності можуть впливати на когнітивні, емоційні та поведінкові характеристики студентів, сприяючи розвитку самоконтролю, уваги, мотивації, емоційної стійкості та здатності до взаємодії [13; 14; 16; 18].

Водночас у практиці фізичного виховання закладів вищої освіти соціально-емоційний потенціал організованої рухової активності часто використовується недостатньо системно. Зміст занять переважно спрямовується на підтримку фізичної працездатності, розвиток рухових якостей і виконання навчальних нормативів. Формування соціально-емоційної компетентності студентів здебільшого залишається опосередкованим результатом, а не спеціально спроектованою педагогічною метою. Це обмежує можливості фізичного виховання як складової компетентісно орієнтованої підготовки майбутнього фахівця.

Проблема полягає в недостатньому теоретико-методичному обґрунтуванні організованої рухової активності як засобу формування соціально-емоційної компетентності студентської молоді. Потребують уточнення педагогічний зміст цього процесу, структурні компоненти соціально-емоційної компетентності, методичні умови її розвитку засобами фізичного виховання та можливості використання сучасних форм рухової активності для формування саморегуляції, емоційної стійкості, комунікативної взаємодії й відповідальної поведінки студентів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема соціально-емоційної компетентності студентської молоді розглядається в сучасних педагогічних і психологічних дослідженнях у зв'язку з розвитком емоційного інтелекту, soft skills, саморегуляції, комунікативної взаємодії та здатності до відповідальної поведінки в освітньому середовищі. У дослідженнях J. Durlak, R. Weissberg, A. Dymnicki, R. Taylor і K. Schellinger обґрунтовано ефективність програм соціально-емоційного навчання для розвитку емоційної обізнаності, самоконтролю, соціальної взаємодії та відповідального прийняття рішень [12]. Подальший аналіз R. Taylor, E. Oberle, J. Durlak і R. Weissberg підтверджує довготривалий позитивний вплив соціально-емоційного навчання на особистісний розвиток, поведінкові характеристики та соціальну адаптацію здобувачів освіти [20].

У контексті вищої освіти соціально-емоційна компетентність пов'язується з готовністю студентів до міжособистісної взаємодії, професійного спілкування, командної роботи, самоконтролю та конструктивного реагування на освітні виклики. Дослідження X. Цзіньсуна і М. Котелюх акцентує увагу на значенні соціально-емоційної компетентності студентів у європейському та китайському освітньому просторі, що засвідчує міжкультурну значущість цієї проблеми для сучасної вищої освіти [11]. У працях М. Мицишина і Н. Фечан емоційний інтелект студентів розглядається як чинник усвідомлення власних емоцій, регуляції поведінки та ефективності міжособистісної взаємодії [4]. М. Тесленко та І. Тесленко аналізують емоційний інтелект у структурі саморегуляції студентів, підкреслюючи його зв'язок із внутрішньою організацією поведінки, рефлексією та здатністю до емоційного контролю [9].

Значний блок досліджень стосується формування soft skills у процесі професійної підготовки студентів. А. Бондар, О. Аносова, Ю. Коваленко, І. Петренко та В. Петренко розглядають вплив дистанційного навчання на формування м'яких навичок майбутніх фахівців сфери спорту, що актуалізує проблему цілеспрямованого розвитку комунікативних, організаційних і саморегуляційних якостей у здобувачів вищої освіти [1]. А. Огністий і К. Огніста обґрунтовують теоретико-методичні аспекти формування soft skills у майбутніх учителів у процесі фізичного виховання [5]. О. Kondur, Н. Mukhailshyn і L. Serman визначають soft skills як важливий компонент підготовки майбутніх спортсменів і вчителів фізичної культури, акцентуючи увагу на взаємозв'язку професійної підготовки, комунікації, саморегуляції та соціальної відповідальності [15].

Організована рухова активність у наукових джерелах дедалі частіше трактується як педагогічний чинник розвитку психічних, соціальних і поведінкових характеристик студентської молоді. Дослідження Г. Грибана, М. Хорошухи, Н. Ляхової, В. Білецької, П. Єфіменка, О. Канищевої та Т. Жлобо засвідчує вплив різних видів рухової активності на розвиток психічних функцій студентів [13]. У праці G. Griban, M. Nosko, Yu. Nosko, T. Zhlobo та співавторів розкрито можливості використання Kangoo Jumps для розвитку рухових умінь студенток, що підтверджує значення сучасних фітнес-технологій у підвищенні ефективності організованої рухової активності у закладах вищої

освіти [14]. У дослідженні А. Synytsia, I. Koval, S. Kuzhelnyi, S. Dzhemesiuk, S. Kudin, A. Kuzhelnyi, T. Zhlobo та L. Zhula фізичне виховання розглянуто як чинник формування soft skills і саморегуляції, що безпосередньо пов'язано з проблематикою соціально-емоційного розвитку студентської молоді [19].

Окремі дослідження підкреслюють значення фізичного виховання для формування вольових, соціальних і громадянських якостей здобувачів освіти. В. Дорош аналізує фізичне виховання як педагогічне середовище формування вольових якостей студентів у контексті компетентнісного підходу [2]. Р. Петрина та О. Кузів обґрунтовують теоретичні засади формування соціальних компетентностей засобами фізичного виховання [7]. І. Турчик, Н. Сороколів і Б. Цюпак розглядають фізичне виховання як засіб формування громадянських та соціальних компетентностей, що дає підстави розглядати рухову діяльність як чинник соціального розвитку здобувачів освіти [10].

У сучасних умовах особливого значення набуває проблема підтримки рухової активності студентів в умовах соціальних обмежень, дистанційного навчання, воєнних викликів і зниження рівня фізичної активності. І. Павлюк аналізує рухову активність студентів під час COVID-19 та війни в Україні, окреслюючи проблеми, перспективи й можливі шляхи їх подолання [6]. Ю. Коваленко, В. Тищенко, О. Соколова та О. Верітов пропонують модель психолого-педагогічного супроводу фізичного виховання у закладах вищої освіти, що має значення для формування цілісного підходу до підтримки психофізичного стану студентів [3].

Зарубіжні дослідження підтверджують зв'язок рухової активності з когнітивним і психічним здоров'ям молоді. D. Lubans та співавтори систематизували механізми впливу фізичної активності на когнітивне й психічне здоров'я дітей і молоді, зокрема через саморегуляцію, самооцінку, соціальну взаємодію та нейропсихологічні механізми [16]. I. Mercader-Rubio, N. Gutiérrez Ángel, N. Oropesa Ruiz і P. Sánchez-López аналізують емоційний інтелект і міжособистісні стосунки студентів-спортсменів, що підтверджує значення спортивно-рухового середовища для соціально-емоційного розвитку [18]. С. Литвинова обґрунтовує можливість імерсивних технологій у розвитку емоційного інтелекту студентів, що може доповнювати рефлексивні й цифрові інструменти супроводу організованої рухової активності [17].

Аналіз наукових джерел засвідчує, що окремо досліджено соціально-емоційне навчання, емоційний інтелект, soft skills, саморегуляцію, фізичне виховання, рухову активність і психолого-педагогічний супровід студентів. Водночас недостатньо системно розкрито теоретико-методичні підходи до формування соціально-емоційної компетентності студентської молоді саме засобами організованої рухової активності. Це зумовлює потребу в уточненні педагогічного змісту цього процесу, визначенні його структурних компонентів і обґрунтуванні умов ефективної реалізації в системі фізичного виховання закладів вищої освіти.

Мета статті – теоретично обґрунтувати організовану рухову активність як педагогічний засіб формування соціально-емоційної компетентності студентської молоді та визначити інноваційні теоретико-методичні підходи до її розвитку в системі фізичного виховання закладів вищої освіти.

Досягнення поставленої мети передбачає уточнення змісту соціально-емоційної компетентності студентів, визначення її структурних компонентів у контексті фізичного виховання, обґрунтування педагогічного потенціалу організованої рухової активності та виокремлення методичних умов, за яких рухова діяльність сприяє розвитку саморегуляції, емоційної стійкості, комунікативної взаємодії, соціальної відповідальності й здатності до конструктивної співпраці.

Методологія дослідження. Дослідження має теоретико-аналітичний характер і спрямоване на обґрунтування інноваційних теоретико-методичних підходів до формування соціально-емоційної компетентності студентської молоді засобами організованої рухової активності. Методологічну основу становлять компетентнісний, системний, діяльнісний, особистісно орієнтований і міждисциплінарний підходи. Їх застосування дало змогу розглянути соціально-емоційну компетентність як інтегративну характеристику особистості студента, що поєднує емоційну обізнаність, саморегуляцію, комунікативну взаємодію, відповідальне прийняття рішень і здатність до конструктивної співпраці.

Процедура дослідження передбачала послідовне опрацювання наукових джерел за кількома змістовими напрямками: соціально-емоційне навчання та соціально-емоційна компетентність [11; 12; 20]; емоційний інтелект і саморегуляція студентів [4; 9; 17; 18]; формування soft skills у процесі професійної підготовки й фізичного виховання [1; 5; 15; 19]; організована рухова активність, фізичне виховання та психолого-педагогічний супровід студентської молоді [2; 3; 6; 7; 10; 13; 14; 16]. Така логіка аналізу забезпечила можливість поєднати педагогічний, психологічний і фізкультурно-оздоровчий аспекти досліджуваної проблеми.

У процесі дослідження використано методи теоретичного аналізу, синтезу, порівняння, систематизації, узагальнення та педагогічної інтерпретації. Метод теоретичного аналізу застосовано для визначення сутності соціально-емоційної компетентності студентської молоді, її структурних компонентів і зв'язку з організованою руховою активністю. Метод синтезу дав змогу інтегрувати положення педагогіки, психології, теорії фізичного виховання та досліджень соціально-емоційного навчання в єдиному дослідницькому полі. Порівняння використано для зіставлення підходів до

трактування емоційного інтелекту, soft skills, саморегуляції, соціальної взаємодії та компетентісно орієнтованого фізичного виховання.

Метод систематизації забезпечив упорядкування джерельної бази за тематичними блоками, пов'язаними з соціально-емоційною компетентністю, фізичним вихованням, руховою активністю, саморегуляцією та розвитком м'яких навичок. Узагальнення застосовано для формування теоретичних положень щодо педагогічного потенціалу організованої рухової активності у формуванні соціально-емоційної компетентності студентів. Метод педагогічної інтерпретації дав змогу розглянути рухову активність як засіб фізичного розвитку і структурований освітній процес, у якому формуються емоційна стійкість, комунікативна культура, самоконтроль, відповідальність і здатність до взаємодії.

Організовану рухову активність у межах дослідження розглянуто як педагогічно керовану діяльність, що має визначену мету, зміст, методи, форми організації, правила взаємодії, механізми зворотного зв'язку та рефлексії. Такий підхід дав змогу обґрунтувати її значення для розвитку соціально-емоційних якостей студентів у процесі фізичного виховання закладів вищої освіти.

Виклад основного матеріалу дослідження. Соціально-емоційна компетентність студентської молоді є складним педагогічним утворенням, що охоплює емоційну обізнаність, здатність до саморегуляції, соціальну взаємодію, відповідальне прийняття рішень і готовність до конструктивної співпраці. У системі вищої освіти вона має функціональне значення, оскільки впливає на якість академічної комунікації, здатність студента діяти в групі, підтримувати продуктивні міжособистісні відносини, регулювати власну поведінку та адаптуватися до змін освітнього середовища [11; 12; 20].

Організована рухова активність створює педагогічні умови для формування зазначених характеристик через безпосередню участь студентів у спільній діяльності. На відміну від спонтанної фізичної активності, вона має визначену мету, структуру, правила, педагогічний супровід, механізми взаємодії та рефлексії. Організований характер рухової діяльності дає змогу спрямовувати її на розвиток фізичних якостей і формування соціально-емоційних умінь, пов'язаних із самоконтролем, відповідальністю, взаємною підтримкою, емоційною стриманістю та здатністю до командної роботи [2; 3; 5; 19].

У контексті фізичного виховання соціально-емоційну компетентність студентів доцільно розглядати через взаємозв'язок п'яти компонентів: емоційно-регулятивного, комунікативного, поведінкового, рефлексивного та мотиваційно-ціннісного. Емоційно-регулятивний компонент пов'язаний зі здатністю студента усвідомлювати власний емоційний стан, контролювати напруження, зберігати врівноваженість у ситуаціях змагання, фізичного навантаження або групової взаємодії. Його формування відбувається через вправи, що потребують концентрації уваги, дозування зусиль, дотримання темпу, контролю дихання, реагування на зміну умов діяльності та збереження продуктивності за наявності втоми [9; 13; 16].

Комунікативний компонент формується в умовах парної, групової та командної рухової діяльності. Він охоплює здатність домовлятися, узгоджувати дії, підтримувати партнера, коректно реагувати на помилки інших учасників, приймати зворотний зв'язок і брати участь у спільному досягненні результату. У цьому аспекті фізичне виховання має значний потенціал, оскільки рухова взаємодія вимагає від студентів оперативної комунікації, дотримання правил, взаємної відповідальності та орієнтації на спільну мету [7; 10; 18].

Поведінковий компонент виявляється у здатності студента діяти відповідно до норм, правил і вимог організованої діяльності. У процесі фізичного виховання він пов'язаний із дисциплінованістю, відповідальністю за безпеку, повагою до партнера, дотриманням педагогічних інструкцій, контролем імпульсивних реакцій і здатністю приймати рішення в межах визначених правил. Рухова активність у цьому випадку має середовищем практичного засвоєння соціально прийнятних способів поведінки [2; 5; 15].

Рефлексивний компонент забезпечує усвідомлення студентом власних дій, емоційних реакцій, результатів взаємодії та причин успіхів або труднощів. Його розвиток потребує включення до занять елементів самооцінювання, короткого обговорення результатів, аналізу командної взаємодії, визначення індивідуального внеску в спільний результат. Рефлексія дає змогу перевести рухову діяльність із рівня механічного виконання вправ у площину особистісного й соціального досвіду [3; 9; 17; 19].

Мотиваційно-ціннісний компонент відображає ставлення студента до рухової активності як до ресурсу фізичного, психологічного й соціального розвитку. Його формування пов'язане з усвідомленням значення фізичного виховання для збереження здоров'я, підтримки працездатності, розвитку самодисципліни, комунікативної культури та відповідальності. У цьому контексті важливого значення набувають сучасні фітнес-технології, варіативні форми занять, індивідуалізація навантаження та добір змісту, що відповідає інтересам студентської молоді [6; 13; 14].

Інноваційний характер теоретико-методичних підходів до формування соціально-емоційної компетентності студентів засобами організованої рухової активності полягає в переорієнтації фізичного виховання з переважно нормативно-рухової моделі на компетентісно-розвивальну. Такий підхід передбачає, що результатом занять має бути підвищення рівня фізичної підготовленості, розвиток здатності студента до саморегуляції, взаємодії, відповідального вибору, емоційної стабільності та конструктивної поведінки в групі [1; 5; 15; 19].

Першим теоретико-методичним підходом є компетентнісна інтеграція рухової та соціально-емоційної складових фізичного виховання. Її сутність полягає в тому, що кожне рухове завдання має містити фізичний і соціально-емоційний компонент. Командні вправи можуть бути спрямовані на розвиток співпраці, парні вправи – на відповідальність і взаємну підтримку, координаційні завдання – на самоконтроль і концентрацію, фітнес-програми – на саморегуляцію та мотивацію до систематичної рухової активності [8; 13; 14].

Другим підходом є використання рефлексивно орієнтованої організації занять. Йдеться про включення до структури фізичного виховання коротких рефлексивних етапів: визначення індивідуальної мети, самооцінювання рівня напруження, аналізу взаємодії в групі, обговорення труднощів і способів їх подолання. Така організація сприяє розвитку емоційної обізнаності, самоконтролю та відповідального ставлення до власної участі в спільній діяльності [3; 9; 12; 17].

Третім підходом є варіативне застосування сучасних форм організованої рухової активності. До них належать фітнес-програми, функціональне тренування, танцювально-рухові практики, командні ігри, оздоровчі види рухової активності, інтерактивні рухові завдання та вправи з елементами співпраці. Їхня педагогічна цінність полягає в можливості поєднати фізичне навантаження з емоційною виразністю, груповою взаємодією, самоконтролем і мотиваційною залученістю студентів [6; 13; 14; 16].

Четвертим підходом є психолого-педагогічний супровід рухової активності. Його зміст передбачає врахування індивідуального стану студентів, рівня їхньої підготовленості, мотивації, емоційного самопочуття та особливостей міжособистісної взаємодії в групі. Такий супровід сприяє створенню безпечного освітнього середовища, у якому фізичне виховання виконує тренувальну, підтримувальну, соціалізувальну та розвивальну функції [3; 4; 6].

П'ятим підходом є використання ситуацій співпраці й відповідального вибору. У процесі організованої рухової активності студенти можуть залучатися до розподілу ролей, вибору способу виконання завдань, оцінювання командної взаємодії, підтримки партнерів і прийняття рішень у змінних умовах. Такі ситуації мають значення для формування соціальної відповідальності, комунікативної культури, здатності до взаємної підтримки та конструктивного вирішення конфліктних моментів [7; 10; 18].

Отже, організована рухова активність може бути ефективним засобом формування соціально-емоційної компетентності студентської молоді за умови її цілеспрямованого педагогічного проєктування. Її зміст має передбачати поєднання рухових завдань із розвитком саморегуляції, емоційної стійкості, взаємодії, рефлексії, відповідальності та мотивації до активного способу життя. За таких умов фізичне виховання набуває значення повноцінного компонента компетентнісно орієнтованої підготовки студентів у закладах вищої освіти.

Висновки з дослідження і перспективи подальших наукових розвідок. Теоретичний аналіз засвідчив, що соціально-емоційна компетентність студентської молоді є важливим результатом компетентнісно орієнтованої вищої освіти. Її зміст охоплює емоційну обізнаність, саморегуляцію, комунікативну взаємодію, відповідальне прийняття рішень, здатність до співпраці та конструктивної поведінки в освітньому середовищі. У процесі професійної підготовки ці характеристики мають значення для академічної успішності, соціальної адаптації, міжособистісної взаємодії та готовності студентів до майбутньої професійної діяльності.

Обґрунтовано, що організована рухова активність має значний педагогічний потенціал у формуванні соціально-емоційної компетентності студентів. Її ефективність зумовлена поєднанням рухової діяльності, групової взаємодії, самоконтролю, емоційної регуляції, дотримання правил, рефлексії та відповідальності за індивідуальний і спільний результат. За таких умов фізичне виховання може виконувати функцію середовища соціально-емоційного розвитку студентської молоді.

Визначено структурні компоненти соціально-емоційної компетентності студентів у контексті фізичного виховання: емоційно-регулятивний, комунікативний, поведінковий, рефлексивний і мотиваційно-ціннісний. Кожен із них може формуватися засобами організованої рухової активності за умови цілеспрямованого добору змісту занять, педагогічного супроводу, створення ситуацій співпраці, залучення студентів до самооцінювання й поступового ускладнення рухових та соціально-комунікативних завдань.

Окреслено інноваційні теоретико-методичні підходи до формування соціально-емоційної компетентності студентів засобами організованої рухової активності. До них належать компетентнісна інтеграція рухової та соціально-емоційної складових фізичного виховання, рефлексивно орієнтована організація занять, варіативне використання сучасних форм рухової активності, психолого-педагогічний супровід і створення ситуацій співпраці та відповідального вибору. Їх реалізація сприяє переходу від нормативно-рухової моделі фізичного виховання до компетентнісно-розвивальної.

Перспективи подальших наукових розвідок пов'язані з розробленням педагогічної моделі формування соціально-емоційної компетентності студентської молоді засобами організованої рухової активності, визначенням критеріїв і показників її сформованості, експериментальною перевіркою ефективності відповідних методик, а також адаптацією сучасних фітнес-програм, командних ігор, танцювально-рухових практик і функціонального тренування до завдань соціально-емоційного розвитку студентів у закладах вищої освіти.

References

1. Бондар А., Аносова О., Коваленко Ю., Петренко І., Петренко В. Вплив дистанційного навчання на формування «м'яких навичок» (soft skills) у майбутніх фахівців сфери спорту. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова*. Серія 15. 2025. Вип. 3(189). С. 56–63. DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.03\(189\).08](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.03(189).08).
Bondar, A., Anosova, O., Kovalenko, Yu., Petrenko, I., & Petrenko, V. (2025). Vplyv dystantsiinoho navchannia na formuvannia «miakykh navychok» (soft skills) u maibutnikh fakhivtsiv sfery sportu [The impact of distance learning on the formation of soft skills in future sports professionals]. *Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnogo universytetu imeni Mykhaila Drahomanova – Scientific Journal of Mykhailo Drahomanov Ukrainian State University*. Series 15. 3(189). 56–63. DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.03\(189\).08](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.03(189).08). [in Ukrainian].
2. Дорош В. Фізичне виховання як педагогічне середовище формування вольових якостей студентів у контексті компетентнісного підходу. *Physical Culture and Sport: Scientific Perspective*. 2026. № 1. С. 155–162. DOI: <https://doi.org/10.31891/pcs.2026.1.17>.
Dorosh, V. (2026). Fizychnе vykhovannia yak pedahohichne seredovyshe formuvannia voliovykh yakosteі studentiv u konteksti kompetentnysnoho pidkhodu [Physical education as a pedagogical environment for forming students' volitional qualities in the context of the competence-based approach]. *Physical Culture and Sport: Scientific Perspective*. 1. 155–162. DOI: <https://doi.org/10.31891/pcs.2026.1.17>. [in Ukrainian].
3. Коваленко Ю. О., Тищенко В. О., Соколова О. В., Верітов О. І. Модель психолого-педагогічного супроводу фізичного виховання у закладах вищої освіти. *Академічні візії*. 2025. Вип. 44. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.15968426>.
Kovalenko, Yu. O., Tyshchenko, V. O., Sokolova, O. V., & Veritov, O. I. (2025). Model psykhologo-pedahohichnoho suprovodu fizychnoho vykhovannia u zakladakh vyshchoi osvity [A model of psychological and pedagogical support for physical education in higher education institutions]. *Akademichni vizii – Academic Visions*. 44. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.15968426>. [in Ukrainian].
4. Мишищин М., Фечан Н. Особливості емоційного інтелекту студентів технічних спеціальностей. *Вісник Національного університету оборони України*. 2024. Т. 82. № 6. С. 76–83. DOI: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2024-82-6-76-83>.
Myshchysyn, M., & Fechan, N. (2024). Osoblyvosti emotsiinoho intelektu studentiv tekhnichnykh spetsialnostei [Features of emotional intelligence in students of technical specialties]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy – Bulletin of the National Defence University of Ukraine*. 82(6). 76–83. DOI: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2024-82-6-76-83>. [in Ukrainian].
5. Огнистий А. В., Огніста К. М. Формування «soft skills» у майбутніх вчителів в процесі фізичного виховання: теоретико-методичний аспект. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 15. 2021. Вип. 3К(131). С. 302–306. DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.3K\(131\).73](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.3K(131).73).
Ohnystyi, A. V., & Ohnysta, K. M. (2021). Formuvannia «soft skills» u maibutnikh vchyteliv v protsesi fizychnoho vykhovannia: teoretyko-metodychnyi aspekt [Formation of soft skills in future teachers in the process of physical education: theoretical and methodological aspect]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova – Scientific Journal of National Pedagogical Dragomanov University*. Series 15. 3K(131). 302–306. DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.3K\(131\).73](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.3K(131).73). [in Ukrainian].
6. Павлюк І. Рухова активність студентів під час COVID-19 та війни в Україні: проблеми, перспективи, шляхи вирішення. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова*. Серія 15. 2025. Вип. 11(198). С. 162–165. DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.11\(198\).33](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.11(198).33).
Pavliuk, I. (2025). Rukhova aktyvnist studentiv pid chas COVID-19 ta viiny v Ukraini: problemy, perspektyvy, shliakhy vyrishennia [Students' physical activity during COVID-19 and the war in Ukraine: problems, prospects, solutions]. *Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnogo universytetu imeni Mykhaila Drahomanova – Scientific Journal of Mykhailo Drahomanov Ukrainian State University*. Series 15. 11(198). 162–165. DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.11\(198\).33](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.11(198).33). [in Ukrainian].
7. Петрина Р., Кузів О. Теоретичні основи формування соціальних компетентностей у учнів засобами фізичного виховання. *Вісник Прикарпатського університету*. Серія: Фізична культура. 2024. № 42. С. 71–77. DOI: <https://doi.org/10.15330/fcult.42.71-77>.
Petryna, R., & Kuziv, O. (2024). Teoretychni osnovy formuvannia sotsialnykh kompetentnostei v uchniv zasobamy fizychnoho vykhovannia [Theoretical foundations of forming social competencies in pupils by means of physical education]. *Visnyk Prykarpatskoho universytetu. Seria: Fizychna kultura – Bulletin of Precarpathian University. Series: Physical Culture*. 42. 71–77. DOI: <https://doi.org/10.15330/fcult.42.71-77>. [in Ukrainian].
8. Петелько М., Караулова С., Коваленко Ю. Формування soft skills у процесі фізичного виховання засобами боксу та пауерліфтингу. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова*. Серія 15. 2025. Вип. 5К(191). С. 148–153. DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.05k\(191\).31](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.05k(191).31).

- Petelko, M., Karaulova, S., & Kovalenko, Yu. (2025). Formuvannia soft skills u protsesi fizychnoho vykhovannia zasobamy boksu ta pauerliftyngu [Formation of soft skills in the process of physical education by means of boxing and powerlifting]. *Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnogo universytetu imeni Mykhaila Drahomanova – Scientific Journal of Mykhailo Drahomanov Ukrainian State University*. Series 15. 5K(191). 148–153. DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.05k\(191\).31](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.05k(191).31). [in Ukrainian].
9. Тесленко М. М., Тесленко І. В. Емоційний інтелект у структурі саморегуляції студентів-психологів. *Наукові записки. Серія: Психологія*. 2024. № 1. С. 155–162. DOI: <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-1-21>.
- Teslenko, M. M., & Teslenko, I. V. (2024). Emotsiyni intelekt u strukturi samorehuliatcii studentiv-psykholohiv [Emotional intelligence in the structure of self-regulation of psychology students]. *Naukovi zapysky. Seriya: Psykholohiia – Academic Notes. Series: Psychology*. 1. 155–162. DOI: <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-1-21>. [in Ukrainian].
10. Турчик І. Х., Сороколіт Н. С., Цюпак Б. Формування громадянських та соціальних компетентностей в учнів засобами фізичного виховання. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*. 2020. Вип. 1(121). С. 102–107. DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2019.1\(121\)20.20](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2019.1(121)20.20).
- Turchyk, I. Kh., Sorokolit, N. S., & Tsiupak, B. (2020). Formuvannia hromadianskykh ta sotsialnykh kompetentnosti v uchniv zasobamy fizychnoho vykhovannia [Formation of civic and social competencies in pupils by means of physical education]. *Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnogo universytetu imeni Mykhaila Drahomanova – Scientific Journal of Mykhailo Drahomanov Ukrainian State University*. Series 15. 1(121). 102–107. DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2019.1\(121\)20.20](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2019.1(121)20.20). [in Ukrainian].
11. Цзіньсун Х., Котелюх М. Ю. Питання соціально-емоційної компетентності студентів у європейській та китайській вищій освіті. *Імідж сучасного педагога*. 2025. № 6(225). С. 59–63. DOI: [https://doi.org/10.33272/2522-9729-2025-6\(225\)-59-63](https://doi.org/10.33272/2522-9729-2025-6(225)-59-63).
- Tszinsun, Kh., & Koteliukh, M. Yu. (2025). Pytannia sotsialno-emotsiinoi kompetentnosti studentiv u yevropeiskii ta kytaiskii vyshchii osviti [Issues of students' socio-emotional competence in European and Chinese higher education]. *Imidzh suchasnoho pedahoha – Image of the Modern Pedagogue*. 6(225). 59–63. DOI: [https://doi.org/10.33272/2522-9729-2025-6\(225\)-59-63](https://doi.org/10.33272/2522-9729-2025-6(225)-59-63). [in Ukrainian].
12. Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*. Vol. 82(1). 405–432. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>.
13. Griban, G., Khoroshukha, M. F., Lyakhova, N. A., Biletska, V. V., Yefimenko, P. B., Kanishcheva O. P., Zhlobo, T. M. (2024). Peculiarities of students' mental functions development under the influence of different physical activities. *Polski Mercuriusz Lekarski*. Vol. 52(3). 326–331. DOI: <https://doi.org/10.36740/Merkur202403109>.
14. Griban, G., Nosko, M., Nosko, Yu., Zhlobo, T., Sirenko, R., Semeniv, B., Dikhtiarenko, Z., Zamrozevuch-Shadrina, S., Khatko, A., Rybchych, I., Mozolev, O. (2021). Female students' motor skills development by means of Kangoo Jumps. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*. Vol. 9(6). 1324–1343. DOI: <https://doi.org/10.13189/saj.2021.090629>.
15. Kondur, O., Mykhailyshyn, H., Serman, L. (2022). Soft skills formation of future athletes and physical education teachers. *Journal of Vasyl Stefanyk Precarpathian National University*. Vol. 9(1). 27–36. DOI: <https://doi.org/10.15330/jpnu.9.1.27-36>.
16. Lubans, D. R., Richards, J., Hillman, C., Faulkner, G., Beauchamp, M. R., Nilsson, M., Kelly, P., Smith, J. J., Raine, L. B., Biddle, S. J. H. (2016). Physical activity for cognitive and mental health in youth: A systematic review of mechanisms. *Pediatrics*. Vol. 138(3). Article e20161642. DOI: <https://doi.org/10.1542/peds.2016-1642>.
17. Lytvynova, S. (2025). Technology for using immersive technologies to develop students' emotional intelligence. *Information Technologies and Learning Tools*. Vol. 107(3). 135–152. DOI: <https://doi.org/10.33407/itlt.v107i3.6021>.
18. Mercader-Rubio, I., Gutiérrez Ángel, N., Oropesa Ruiz, N. F., Sánchez-López, P. (2022). Emotional intelligence, interpersonal relationships and the role of gender in student athletes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. Vol. 19(15). Article 9212. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph19159212>.
19. Synytsia, A., Koval, I., Kuzhelnyi, S., Dzhemesiuk, S., Kudin, S., Kuzhelnyi, A., Zhlobo, T., Zhula, L. (2025). The role of physical education in shaping soft skills and self-regulation in senior students: An economic perspective. *SPORT TK-EuroAmerican Journal of Sport Sciences*. Vol. 14. Article 6. DOI: <https://doi.org/10.6018/sportk.644821>.
20. Taylor, R. D., Oberle, E., Durlak, J. A., Weissberg, R. P. (2017). Promoting positive youth development through school-based social and emotional learning interventions: A meta-analysis of follow-up effects. *Child Development*. Vol. 88(4). 1156–1171. DOI: <https://doi.org/10.1111/cdev.12864>.

Zhlobo Tetiana

<https://orcid.org/0000-0002-6811-9388>
ResearcherID AAC-6830-2020
Scopus Author ID 57756988500

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor,
Head of the Department of Physical Education and Choreography,
T. H. Shevchenko National University «Chernihiv Colehium»
(Chernihiv, Ukraine) E-mail: globo.tm2018@gmail.com

Zhula Lidia

<https://orcid.org/0000-0001-9589-3435>

Candidate of Pedagogical Sciences,
Associate Professor of the Department of Theory and Methods
of Physical Culture and Sports,
T. H. Shevchenko National University «Chernihiv Colehium»
(Chernihiv, Ukraine) E-mail: lidia.zhula@gmail.com

Zhula Volodymyr

<https://orcid.org/0000-0003-3649-464X>

Candidate of Pedagogical Sciences,
Associate Professor of the Department of Theory and Methods
of Physical Culture and Sports,
T. H. Shevchenko National University «Chernihiv Colehium»
(Chernihiv, Ukraine) E-mail: azula19@ukr.net

ORGANIZED MOTOR ACTIVITY IN THE FORMATION OF STUDENTS' SOCIAL-EMOTIONAL COMPETENCE

Purpose of the work is to theoretically substantiate organized motor activity as a pedagogical means of forming students' social-emotional competence and to determine innovative theoretical and methodological approaches to its development in the system of physical education of higher education institutions. The relevance of the study is determined by the need to strengthen the competence-oriented focus of the educational process, in which physical education is considered as a factor in the development of motor preparedness, self-regulation, communicative interaction, emotional stability and responsible behavior of students. Social-emotional competence is defined as an integrative personal characteristic that includes the ability to understand one's own emotional states, regulate behavior, build constructive interaction, make responsible decisions and act in accordance with the norms of the educational and social environment.

Methodology of the study is based on competence-based, systemic, activity-based, personality-oriented and interdisciplinary approaches. The methods of theoretical analysis, synthesis, comparison, systematization and generalization of scientific sources on social-emotional learning, soft skills, emotional intelligence, self-regulation, physical education and organized motor activity of students were used.

Scientific novelty consists in clarifying the pedagogical content of students' social-emotional competence in the context of organized motor activity and in substantiating its formative potential in the system of physical education of higher education institutions. Organized motor activity is considered as a structured pedagogical process that combines motor activity, interaction, self-control, emotional regulation, reflection and social responsibility.

Conclusions Theoretical analysis has shown that organized motor activity has significant potential for the formation of students' social-emotional competence. Its pedagogical effectiveness is related to the possibility of creating situations of cooperation, mutual support, control of emotional reactions, decision-making, compliance with rules and responsibility for the result of joint activity. In the system of higher education, physical education can function as an environment for students' social-emotional development, provided that the means, methods and forms of organized motor activity are purposefully selected.

Key words: social-emotional competence, students, organized motor activity, physical education, self-regulation.

Стаття надійшла до редакції 09.04.2026

Рецензент: доктор педагогічних наук, професор **Олександр Проніков**