

*Дорошенко Дмитро*<https://orcid.org/0000-0002-3094-1798>*Аспірант, Національний університет  
«Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка  
(Чернігів, Україна) E-mail: doroshdo1987@gmail.com*

## ПЕДАГОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ УРОКІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В СТАРШИХ КЛАСАХ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ

*У статті визначено актуальність використання онлайн-форматів фізичного виховання в умовах воєнного стану як альтернативної форми навчання та необхідної умови забезпечення неперервності розвитку рухової активності старшокласників; здійснено аналіз організаційно-методичних особливостей проведення уроків фізичної культури в старших класах в умовах дистанційного навчання; обґрунтовано доцільність комплексної реалізації особистісно орієнтованого, компетентнісного та мотиваційно-стимулювального підходів.*

***Мета статті** полягає у визначенні, теоретичному обґрунтуванні педагогічних підходів до організації уроків фізичної культури в старших класах в умовах дистанційного навчання.*

***Методологія.** Для реалізації мети дослідження використано методи: порівняльно-логічного аналізу педагогічних підходів до організації онлайн-уроків фізичної культури; спостереження за освітнім процесом та узагальнення педагогічного досвіду вчителів фізичної культури; систематизації та інтерпретації результатів з метою формулювання висновків.*

***Наукова новизна** полягає в уточненні організаційно-методичних особливостей проведення дистанційних уроків фізичної культури в старших класах; обґрунтуванні доцільності комплексної реалізації особистісно орієнтованого, компетентнісного та мотиваційно-стимулювального підходів як педагогічної умови ефективності онлайн-уроків фізичної культури та забезпечення рухової активності, мотивації та безпеки учнів старших класів в умовах дистанційного навчання.*

***Висновки.** Зроблено висновки про те, що у сучасних умовах трансформації освітнього процесу, зумовлених воєнним станом та поширенням дистанційних і змішаних форм навчання, онлайн-уроки фізичної культури виступають необхідною й педагогічно доцільною формою забезпечення рухової активності учнів старших класів, ефективність яких визначається адаптацією змісту навчання до умов домашнього середовища, вікових особливостей старшокласників та комплексною реалізацією компетентнісного, особистісно орієнтованого та мотиваційно-стимулювального підходів.*

*Подальші дослідження можуть бути спрямовані на розроблення та впровадження моделей змішаного навчання та цифрових платформ моніторингу рухової активності учнів старших класів.*

***Ключові слова:** уроки фізичної культури, дистанційне навчання, учні старших класів, рухова активність, педагогічні підходи.*

**Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями.** Актуальність дослідження зумовлена трансформаціями освітнього процесу в Україні, які відбуваються в умовах воєнного стану та широкого впровадження дистанційних і змішаних форм навчання. Такі зміни актуалізують проблему збереження та підтримання рухової активності школярів, зокрема учнів старшої школи, для яких характерні зниження інтересу до занять фізичною культурою, природної рухової активності на тлі зростання навчального та емоційного навантаження, що підвищує ризики гіподинамії та порушень функціонального стану організму. Сьогодні в освітньому процесі використовуються різні форми навчання: онлайн, офлайн, змішаний режим, що пов'язано із забезпеченням здобувачам освіти безпечних умов. В аспекті цієї проблеми критичною стає потреба використання онлайн-форматів і цифрових освітніх технологій у фізичному вихованні, що вимагає від учителів оновлення підходів, змісту, методів та організаційних форм проведення дистанційних уроків фізичної культури, спрямованих на формування відповідального ставлення учнів до власного здоров'я.

Організація уроків фізичної культури в умовах дистанційного навчання регламентується чинними нормативно-правовими документами, зокрема Законом України «Про освіту» (стаття 57-1) [7], Методичними рекомендаціями щодо окремих питань здобуття освіти в закладах загальної середньої освіти в умовах

воєнного стану в Україні [6], методичними рекомендаціями обласних інститутів та внутрішніми документами шкіл, що базуються на чинних санітарних нормах та стандартах, і вимагає адаптації під конкретні умови через онлайн-платформи з акцентом на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних якостей та самоконтроль учнів. Відповідно до цих документів, фізична культура спрямована на збереження та зміцнення здоров'я учнів, розвиток їхньої рухової активності та формування здоров'язбережувальних компетентностей.

**Аналіз основних досліджень і публікацій з порушеної проблеми.** Проблема фізичного виховання школярів та використання дистанційних технологій у навчанні висвітлена у працях вітчизняних і зарубіжних учених. Зокрема, актуальні проблеми організації освітнього процесу закладів загальної середньої освіти в умовах дистанційного навчання вивчав С. Криган [3]; теоретико-методичні засади фізичного виховання школярів досліджували Т. Круцевич [8], Б. Шиян [9]; мотиваційні та здоров'язбережувальні аспекти рухової активності учнів – О. Андрєєва, І. Головач; І. Хрипко – [1]; реалії і перспективи дистанційного навчання – Ю. Мальований [5]. Українські дослідники А. Кукурудзяк, М. Байдюк акцентували увагу на особливостях проведення уроків фізичної культури в умовах дистанційного навчання [4]. Проте, проблеми вчителів фізичної культури в умовах переходу на дистанційне навчання залишаються недостатньо розробленими

**Мета статті** полягає у визначенні, теоретичному обґрунтуванні педагогічних підходів до організації уроків фізичної культури в старших класах в умовах дистанційного навчання.

**Методологія.** Для реалізації мети дослідження використано методи: порівняльно-логічного аналізу педагогічних підходів до організації онлайн-уроків фізичної культури; спостереження за освітнім процесом та узагальнення педагогічного досвіду вчителів фізичної культури; систематизації та інтерпретації результатів з метою формулювання висновків.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Організація онлайн-уроків фізичної культури в старших класах має низку специфічних особливостей, пов'язаних із віковими, психофізіологічними та соціальними характеристиками старшокласників, обмеженнями дистанційного формату навчання щодо виконання фізичних вправ, відсутністю безпосереднього педагогічного контролю.

Однією з ключових організаційних особливостей онлайн-уроків фізичної культури є необхідність адаптації змісту навчального матеріалу до домашніх умов. Як зазначають А. Кукурудзяк і М. Байдюк, у дистанційному форматі доцільно відмовлятися від вправ, що потребують спеціального спортивного обладнання або значного простору, на користь загальноорозвивальних, координаційних, силових вправ з власною вагою та вправ оздоровчої спрямованості [4, 20].

Ефективною організаційною моделлю проведення онлайн-уроків фізичної культури є поєднання синхронних та асинхронних форм навчання, що відповідає рекомендаціям МОН України щодо дистанційної освіти. Синхронні заняття (онлайн-зустрічі в Zoom, Google Meet) забезпечують пояснення техніки вправ, корекції помилок та зворотний зв'язок, тоді як асинхронні формати (відеоуроки, індивідуальні комплекси вправ, навчальні платформи) сприяють формуванню навичок самостійної фізичної діяльності та самоконтролю [6].

Забезпечення достатнього рівня рухової активності в умовах дистанційного навчання потребує використання особистісно орієнтованого, компетентнісного, мотиваційно-стимульовального підходів. Згідно з положеннями Державного стандарту базової середньої освіти, фізична культура має формувати в учнів здатність самостійно піклуватися про власне здоров'я та підтримувати фізичну форму протягом життя [2].

Аналіз наукової літератури та педагогічного досвіду вчителів, спостереження в процесі проведення уроків фізичної культури в дистанційному режимі засвідчує, що особистісно орієнтований підхід є методологічно доцільним і педагогічно ефективним у процесі організації онлайн-уроків у старших класах. Його значення зумовлене різним рівнем фізичної підготовленості учнів, відмінностями у стані здоров'я, мотиваційній сфері та умовах виконання фізичних вправ у домашньому середовищі.

За визначенням Т. Круцевич, особистісно орієнтоване фізичне виховання передбачає урахування принципу індивідуалізації [8, 17], індивідуальних морфофункціональних, психофізіологічних та мотиваційних особливостей школярів з метою створення оптимальних умов для їх фізичного розвитку та збереження здоров'я. В умовах дистанційного навчання цей підхід набуває особливої актуальності, оскільки учень виконує вправи без постійного безпосереднього контролю вчителя, що потребує адекватного дозування навантажень і підвищеної відповідальності за власний стан.

Особистісно орієнтований підхід на онлайн-уроках фізичної культури сприяє зниженню рівня фізичного та емоційного перенапруження старшокласників. Індивідуалізація навантажень шляхом пропонування декількох варіантів виконання вправ (базовий, середній, підвищений рівні складності) дозволяє учням обирати оптимальний режим роботи відповідно до власних можливостей, що підтверджується дослідженнями Б. Шияна [9, 263].

Дослідження О. Андрєєвої, І. Головач та І. Хрипко доводять, що індивідуалізація фізичних навантажень з урахуванням фізичного стану, інтересів та рівня підготовленості учнів є важливою умовою підвищення ефективності рухової активності [1, 12].

У практиці онлайн-уроків це реалізується через:

- диференційовані комплекси вправ;
- альтернативні варіанти виконання завдань;
- можливість самостійного вибору рівня інтенсивності.

Важливим аспектом реалізації особистісно орієнтованого підходу є підтримка позитивного емоційного фону занять. Як зазначають науковці, позитивні емоції під час рухової діяльності є суттєвим чинником формування стійкої мотивації до занять фізичною культурою, особливо у старшому шкільному віці [1, 12]. У дистанційному форматі це досягається через уникнення порівняння учнів між собою та акцентування уваги на особистих досягненнях і прогресі.

Як свідчить практика, особистісно орієнтований підхід дозволяє мінімізувати ризик відмови учнів від участі в онлайн-уроках фізичної культури, що є поширеною проблемою дистанційного навчання. Надання учням можливості самостійно регулювати інтенсивність навантаження, темп виконання вправ і час виконання асинхронних завдань сприяє підвищенню відчуття автономії та відповідальності, що узгоджується з положеннями сучасної педагогічної психології.

Особливе значення особистісно орієнтований підхід має у контексті безпеки онлайн-занять. Індивідуалізація фізичних навантажень, попередній інструктаж та рекомендації щодо самоконтролю фізичного стану (частота серцевих скорочень, суб'єктивне відчуття втоми) дозволяють знизити ймовірність травматизму та перевтоми в умовах обмеженого педагогічного нагляду, що відповідає методичним рекомендаціям МОН України [6].

Отже, особистісно орієнтований підхід в умовах проведення онлайн-уроків фізичної культури в старших класах є важливою умовою забезпечення безпечної, мотивуючої та ефективної рухової діяльності учнів. Його реалізація сприяє не лише підтриманню рухової активності, а й формуванню усвідомленого ставлення старшокласників до фізичної культури як складової здорового способу життя.

Важливим в організації онлайн-уроків фізичної культури в старших класах є компетентнісний підхід, що розглядається одним із ключових методологічних орієнтирів у дистанційному форматі навчання. Його застосування зумовлене необхідністю формування в учнів не лише знань і рухових умінь, а насамперед здатності самостійно підтримувати фізичну активність і здоров'я в умовах обмеженого педагогічного контролю.

Відповідно до положень Державного стандарту базової середньої освіти, результатом навчання з фізичної культури є сформованість здоров'язбережувальної компетентності, що охоплює знання про фізичну активність, уміння планувати рухову діяльність та відповідальне ставлення до власного фізичного стану [2]. У дистанційному форматі ці результати набувають особливої значущості, оскільки учень виступає активним суб'єктом організації власної рухової діяльності.

У ході узагальнення наукових досліджень, педагогічного досвіду вчителів, а також результатів спостереження за уроками фізичної культури в старших класах можна зробити висновок, що реалізація компетентнісного підходу в процесі проведення онлайн-уроків фізичної культури відбувається через зміщення акцентів із контролю результату на процес і самостійність його досягнення. Замість орієнтації на виконання нормативів пріоритет надається формуванню вмінь:

- планувати індивідуальний режим рухової активності;
- добирати фізичні вправи відповідно до власних можливостей;
- оцінювати функціональний стан організму та коригувати навантаження.

Такий підхід узгоджується з науковими положеннями Т. Круцевич, яка підкреслює, що сучасна система фізичного виховання має спрямовуватися на підготовку учнів до самостійної фізкультурно-оздоровчої діяльності упродовж життя [8].

Ефективними інструментами реалізації компетентнісного підходу в онлайн-форматі є індивідуальні завдання практико-орієнтованого характеру, зокрема:

- складання особистого тижневого плану рухової активності;
- виконання самостійно обраних комплексів вправ із подальшою рефлексією;
- ведення щоденників фізичної активності та самоспостереження.

Такі форми роботи сприяють розвитку рефлексивних умінь, що, за Б. Шияном, є важливою складовою фізкультурної освіти старшокласників і передумовою усвідомленого ставлення до фізичної культури [9].

Важливим аспектом компетентнісного підходу є інтеграція знаннєвого та практичного компонентів. В умовах онлайн-уроків це реалізується через поєднання фізичних вправ із короткими теоретичними блоками, спрямованими на пояснення впливу навантажень на організм, принципів безпечного тренування та ознак перевтоми. Як зазначають О. Андрєєва, І. Головач та І. Хрипко, усвідомлення оздоровчого ефекту рухової активності значно підвищує мотивацію учнів до її систематичного виконання [1].

У межах компетентнісного підходу змінюється і оцінювання навчальних досягнень учнів. Формувальне оцінювання орієнтується на:

- регулярність рухової активності;
- дотримання індивідуального плану;
- здатність до самооцінювання та самокорекції.

Такий підхід знижує рівень тривожності учнів і сприяє формуванню внутрішньої мотивації до занять фізичною культурою, особливо в умовах дистанційного навчання.

Отже, компетентнісний підхід забезпечує не лише підтримання рухової активності, а й формування стійких умінь самостійної фізкультурно-оздоровчої діяльності. Його реалізація сприяє підвищенню відповідальності учнів за власне здоров'я та створює передумови для збереження фізичної активності в умовах змінного освітнього середовища.

Результати дослідження свідчать, що *мотиваційно-стимулювальний підхід* є одним із визначальних чинників ефективності онлайн-уроків фізичної культури в старших класах. Його значення зумовлене зниженням інтересу старшокласників до традиційних форм фізичного виховання, обмеженням живої комунікації з учителем та однолітками, а також високим рівнем навчального й психоемоційного навантаження в умовах дистанційного навчання.

За даними Т. Круцевич, саме мотиваційний компонент визначає стабільність залучення учнів до систематичної рухової активності, особливо у старшому шкільному віці, коли зовнішній контроль поступається внутрішнім мотивам [8, 36]. У дистанційному форматі ця закономірність посилюється, оскільки учень самостійно приймає рішення щодо участі та інтенсивності виконання фізичних вправ.

Спостереження та аналіз організації онлайн-уроків фізичної культури дозволив виокремити кілька ефективних мотиваційно-стимулювальних механізмів, що позитивно впливають на рухову активність старшокласників.

По-перше, важливу роль відіграє застосування елементів гейміфікації та змагальності, які трансформують навчальну діяльність у привабливу для учнів форму, зокрема, використання фітнес-челенджів, рухових марафонів і символічних досягнень. Такі форми сприяють підвищенню емоційної залученості учнів та формуванню позитивного ставлення до фізичної культури. Водночас ефективність таких форм забезпечується лише за умови їх адаптації до індивідуальних можливостей учнів, що запобігає демотивації слабших за фізичною підготовкою школярів.

По-друге, вчені наголошують на ролі усвідомлення оздоровчого ефекту рухової активності у формуванні стійкої мотивації учнів та підтверджують доцільність переорієнтації стимулювання із зовнішнього на внутрішнє. Особистісно значущі цілі (покращення самопочуття, зниження втоми, підвищення працездатності) виявляються більш ефективними мотиваційними чинниками, ніж орієнтація на оцінку чи формальні показники. Подібних висновків дотримуються О. Андреева, І. Головач та І. Хрипко, які наголошують на ролі усвідомлення оздоровчого ефекту рухової активності у формуванні стійкої мотивації учнів [1, 13-14]. По-третє, важливим стимулювальним чинником є залучення учнів до самооцінювання та рефлексії результатів власної рухової діяльності. Ведення щоденників фізичної активності, фіксація особистого прогресу та аналіз власного самопочуття сприяють формуванню відповідального ставлення до занять фізичною культурою. За Б. Шияном, розвиток рефлексивних умінь є необхідною умовою переходу від ситуативної до стійкої мотивації у фізичному вихованні [9, 267].

Особливе значення мотиваційно-стимулювальний підхід має у подоланні бар'єрів дистанційного навчання, зокрема зниження рівня соціальної взаємодії. Онлайн-уроки з використанням спільних рухових завдань, елементів змагання, самооцінювання, групових челенджів і обміну результатами в цифровому середовищі сприяють відчуттю приналежності до колективу та підсилюють соціальну мотивацію учнів.

Результати узагальнення педагогічного досвіду вчителів засвідчують, що формувальне оцінювання є важливим елементом мотиваційно-стимулювального підходу. Оцінювання, орієнтоване на індивідуальний прогрес, регулярність занять і активність участі, а не на досягнення нормативних показників, сприяє зниженню тривожності та підвищенню впевненості учнів у власних можливостях.

Таким чином, мотиваційно-стимулювальний підхід на онлайн-уроках фізичної культури в старших класах забезпечує підвищення залученості учнів до рухової активності, формування позитивного ставлення до фізичної культури та розвиток внутрішньої мотивації до здорового способу життя. Його реалізація створює умови для стійкого інтересу старшокласників до фізичної активності навіть за відсутності безпосереднього педагогічного контролю.

**Висновки.** У сучасних умовах трансформацій освітнього процесу, зумовлених воєнним станом та поширенням дистанційних і змішаних форм навчання, онлайн-уроки фізичної культури виступають необхідною й педагогічно доцільною формою забезпечення рухової активності учнів старших класів, ефективність яких визначається адаптацією змісту навчання до умов домашнього середовища, вікових особливостей старшокласників та комплексною реалізацією компетентнісного, особистісно орієнтованого та мотиваційно-стимулювального підходів.

Подальші дослідження можуть бути спрямовані на розроблення та впровадження моделей змішаного навчання та цифрових платформ моніторингу рухової активності учнів старших класів.

## References

1. Андреева О., Головач І., Хрипко І. Формування мотивації учнів молодшого шкільного віку до оздоровчої рекреаційної рухової активності. URL: <https://eprints.zu.edu.ua/22919/1/Андреева.pdf> (дата звернення: 21.12.2025).  
Andriieva, O., Holovach, I., & Khrypko, I. Formuvannia motyvatsii uchniv molodshoho shkilnoho viku do ozdorovchoi rekreatsiinoi rukhovoї aktyvnosti [Formation of Motivation of Primary School Pupils for Recreational Motor Activity]. Retrieved from <https://eprints.zu.edu.ua/22919/1/Андреева.pdf> [in Ukrainian].
2. Державний стандарт базової середньої освіти: Постанова Кабінету Міністрів України від 30 вересня 2020 року № 898. URL: <https://mon.gov.ua/osvita-2/zagalna-serednya-osvita/nova-ukrainska-shkola-2/derzhavnyi-standart-bazovoi-serednoi-osviti> (дата звернення: 20.12.2025).  
Derzhavnyi standart bazovoi serednoi osvity [State Standard of Basic Secondary Education]. Postanova Kabinetu Ministriv Ukrainy № 898 (2020). Retrieved from <https://mon.gov.ua/osvita-2/zagalna-serednya-osvita/nova-ukrainska-shkola-2/derzhavnyi-standart-bazovoi-serednoi-osviti> [in Ukrainian].
3. Криган С. Актуальні проблеми організації освітнього процесу закладів загальної середньої освіти в умовах дистанційного навчання. *Проблеми освіти*. 2022. Вип. 1. С. 87-102. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/pros\\_2022\\_1\\_8](http://nbuv.gov.ua/UJRN/pros_2022_1_8) (дата звернення: 20.12.2025).  
Kryhan, S. (2022). Aktualni problemy orhanizatsii osvitnoho protsesu zakladiv zahalnoi serednoi osvity v umovakh dystantsiinoho navchannia [Actual Problems of Organizing the Educational Process of Secondary Education Institutions in Distance Learning Conditions]. *Problemy osvity – Education Problems*, 1, 87–102. Retrieved from URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/pros\\_2022\\_1\\_8](http://nbuv.gov.ua/UJRN/pros_2022_1_8) [in Ukrainian].
4. Кукурудзяк А. М., Байдюк М. Ю. Урок фізичної культури в умовах онлайн навчання. *Педагогічні науки*. 2023. № 81. С. 18–21.  
Kukurudziak, A. M., & Baidiuk, M. Yu. (2023). Urok fizychnoi kultury v umovakh onlain navchannia [Physical Culture Lesson in Online Learning Conditions]. *Pedahohichni nauky – Pedagogical Sciences*, 81, 18–21. [in Ukrainian].
5. Мальований Ю. Дистанційне навчання: реалії і перспективи. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*. 2020. 2(1). С. 1–3. URL: <https://visnyk.naps.gov.ua/index.php/journal/article/view/72/101> (дата звернення: 19.12.2025).  
Malovanyi, Yu. (2020). Dystantsiine navchannia: realii i perspektyvy [Distance Learning: Realities and Prospects]. *Visnyk Natsionalnoi akademii pedahohichnykh nauk Ukrainy – Bulletin of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine*, 2(1), 1–3. Retrieved from <https://visnyk.naps.gov.ua/index.php/journal/article/view/72/101> [in Ukrainian].
6. Про затвердження методичних рекомендацій щодо окремих питань здобуття освіти в закладах загальної середньої освіти в умовах воєнного стану в Україні: Наказ МОН від 15.05.2023 № 563. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0563729-23#Text> (дата звернення: 22.12.2025).  
Pro zatverdzhennia metodychnykh rekomendatsii shchodo okremykh pytan zdobuttia osvity v zakladakh zahalnoi serednoi osvity v umovakh voiennoho stanu v Ukraini [On Approval of Methodological Recommendations on Certain Issues of Obtaining Education in General Secondary Education Institutions under Martial Law in Ukraine]. Nakaz MON № 563 (2023). Retrieved from <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0563729-23#Text> [in Ukrainian].
7. Про освіту: Закон України від 05.09.2017 р. № 2145-VIII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text> (дата звернення: 21.12.2025).  
Pro osvitu [On Education]: Zakon Ukrainy № 2145-VIII (2017). Retrieved from <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text> [in Ukrainian].
8. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студентів ВНЗ фіз. виховання і спорту: у 2 т. /за ред. Т. Ю. Круцевич. Київ: Олімпійська література, 2017. Т. 1: Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. Вид. 2-ге, перероб. та допов. 2017. 382 с.  
Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia: pidruchnyk dlia studentiv VNZ fiz. vykhovannia i sportu: u 2 t. /za red. T. Yu. Krutsevych. (2017). [Theory and Methods of Physical Education: a Textbook for Students of Universities of Physical Education and Sports] in 2 vol. (T. Yu. Krutsevych, Ed.). Kyiv: Olimpiiska literatura. Vol. 1: Zahalni osnovy teorii i metodyky fizychnoho vykhovannia – General Foundations of the Theory and Methodology of Physical Education. 2<sup>nd</sup> ed., revised and supplemented. 382. [in Ukrainian].
9. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2001. Ч. 1. 272 с.  
Shyian, B. M. (2001). Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia shkolariv [Theory and Methods of Physical Education of Schoolchildren]. Ternopil: Navchalna knyha – Bohdan. Ch. 1, 272. [in Ukrainian].

**Doroshenko Dmytro**

<https://orcid.org/0000-0002-3094-1798>

Post-graduate student,  
T.H. Shevchenko National University «Chernihiv Colehium»,  
(Chernihiv, Ukraine) E-mail: doroshdvo1987@gmail.com

## PEDAGOGICAL APPROACHES TO ORGANIZING PHYSICAL CULTURE LESSONS IN SENIOR FORMS IN DISTANCE LEARNING CONDITIONS

*The article determines the actuality of using online physical education formats under martial law as an alternative form of education and a necessary condition for ensuring the continuity of the development of senior school pupils' motor activity; analyzes the organizational and methodological peculiarities of conducting Physical Culture lessons in senior school in distance learning conditions; grounds the expediency of complex implementation of personally oriented, competency-based, and motivational and stimulating approaches.*

**The purpose of the article** is to define and theoretically substantiate the pedagogical approaches to organizing Physical Culture lessons in senior school in distance learning conditions.

**Methodology.** To achieve the goal of the study, the following methods were used: comparative and logical analysis of pedagogical approaches to organizing online Physical Culture lessons; observation of the educational process and generalization of the pedagogical experience of Physical Culture teachers; systematization and interpretation of the results in order to formulate the conclusions.

**The scientific novelty** is to clarify the organizational and methodological peculiarities of conducting distance Physical Culture lessons in senior school; ground the expediency of comprehensive implementation of personally oriented, competency-based and motivational and stimulating approaches as a pedagogical condition for the effectiveness of online Physical Culture lessons and ensuring motor activity, motivation and safety of senior school pupils in distance learning conditions.

**Conclusions.** In modern conditions of transformations of the educational process, caused by martial law and the spread of distance and blended forms of learning, online Physical Culture lessons are a necessary and pedagogically appropriate form of ensuring senior pupils' motor activity, the effectiveness of which is determined by the adaptation of the content of education to the conditions of the home environment, the age characteristics of senior pupils and the complex implementation of competency-based, personally oriented and motivational and stimulating approaches.

Further research can be aimed at the development and implementation of blended learning models and digital platforms for monitoring the motor activity of senior pupils.

**Keywords:** distance learning, motor activity, pedagogical approaches, Physical Culture lessons, senior school pupils.

Стаття надійшла до редакції 8.12.2025

Рецензент: доктор педагогічних наук, професор **Носко М.О.**