

УДК 371.7:159.9:005.934

DOI <https://doi.org/10.32782/apv/2025.5.27>

Віта ДЕРЕНЬКО

кандидат педагогічних наук, викладач кафедри теорії і методики фізичного виховання, Національний університет фізичного виховання і спорту України, вул. Фізкультури, 1, м. Київ, Україна, 03150

ORCID: 0000-0001-8222-9279

Роман ДМИТРІВ

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, викладач кафедри оздоровчо-рекреаційної рухової активності, Національний університет фізичного виховання і спорту України, вул. Фізкультури, 1, м. Київ, Україна, 03150

ORCID: 0000-0002-2759-9362

Любомир ПАСІЧНЯК

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, викладач кафедри оздоровчо-рекреаційної рухової активності, Національний університет фізичного виховання і спорту України, вул. Фізкультури, 1, м. Київ, Україна, 03150

ORCID: 0000-0001-7296-8510

Бібліографічний опис статті: Деренько, В., Дмитрів, Р., Пасічняк Л. (2025). Психолого-педагогічні засади управління і контролю у процесі фізичного виховання. *Acta Paedagogica Volyniensis*, 5, 197–202, doi: <https://doi.org/10.32782/apv/2025.5.27>

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ЗАСАДИ УПРАВЛІННЯ І КОНТРОЛЮ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

У статті розкрито психолого-педагогічні засади управління та контролю у процесі фізичного виховання. Визначено сутність системи фізичного виховання як цілісного процесу, спрямованого на формування фізичних, морально-вольових і соціально значущих якостей особистості. Проаналізовано основні фактори, що впливають на ефективність управління у сфері фізичного виховання, зокрема професійну компетентність педагога, рівень мотивації учнів, умови освітнього середовища та застосування сучасних методів контролю. Уточнено зміст понять «управління» та «контроль» як взаємопов'язаних компонентів педагогічної системи, що забезпечують узгодженість дій учасників освітнього процесу та досягнення поставлених цілей. Основну увагу приділено ролі педагогічного контролю у забезпеченні результативності фізичного виховання, визначено його цілі, завдання, функції та види. Наголошено на важливості індивідуально-диференційованого підходу, який враховує психофізичні особливості учнів, рівень їхньої підготовленості та можливості саморегуляції. Розкрито значення мотиваційних чинників, рефлексії та самоконтролю у формуванні внутрішньої потреби до занять фізичними вправами, розвитку самодисципліни та відповідального ставлення до власного фізичного розвитку. Підкреслено, що психолого-педагогічна підтримка, заснована на принципах гуманізації, індивідуалізації та партнерської взаємодії, сприяє підвищенню ефективності управлінської діяльності педагога. Отримані результати можуть бути використані у практиці викладачів фізичної культури, тренерів і педагогів для вдосконалення системи контролю, управління та стимулювання пізнавальної і фізичної активності учнів у процесі фізичного виховання.

Ключові слова: фізичне виховання, управління, контроль, психолого-педагогічні засади, оздоровчі завдання, мотивація, учні.

Vita DERENKO

Candidate of Pedagogical Sciences Assistant at the Department of Theory and Methods of Physical Education, National University of Physical Education and Sport of Ukraine, Fizkultury str., 1, Kyiv, Ukraine, 03150
ORCID: 0000-0001-8222-9279

Roman DMYTRIV

Candidate of Sciences in Physical Education and Sports, Associate Professor, Lecturer at the Department of Health and Recreational Physical Activity, National University of Physical Education and Sport of Ukraine, Fizkultury str., 1, Kyiv, Ukraine, 03150
ORCID: 0000-0002-2759-9362

Lubomyr PASICHNIAK

Candidate of Sciences in Physical Education and Sports, Associate Professor, Lecturer at the Department of Health and Recreational Physical Activity, National University of Physical Education and Sport of Ukraine, Fizkultury str., 1, Kyiv, Ukraine, 03150
ORCID: 0000-0001-7296-8510

To cite this article: Derenko, V., Dmytriv, R., Pasichniak, L. (2025). Psykholoho-pedahohichni zasady upravlinnia i kontroliu u protsesi fizychnoho vykhovannia [Psychological and pedagogical principles of management and control in the process of physical education]. *Acta Paedagogica Volynienses*, 5, 197–202, doi: <https://doi.org/10.32782/apv/2025.5.27>

PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL PRINCIPLES OF MANAGEMENT AND CONTROL IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION

The article reveals the psychological and pedagogical foundations of management and control in the process of physical education. The essence of the physical education system is defined as an integral process aimed at developing the physical, moral, volitional, and socially significant qualities of an individual. The main factors influencing the effectiveness of management in physical education are analyzed, including the professional competence of the teacher, students' motivation, the educational environment, and the application of modern control methods. The concepts of "management" and "control" are clarified as interrelated components of the pedagogical system that ensure coherence of actions among participants in the educational process and achievement of pedagogical objectives. Special attention is paid to the role of pedagogical control in ensuring the effectiveness of physical education, defining its goals, tasks, functions, and types. The importance of an individual-differentiated approach that considers students' psychophysical characteristics, levels of preparedness, and self-regulation abilities is emphasized. The article highlights the significance of motivation, reflection, and self-control in forming an internal need for physical activity, fostering self-discipline, and developing a responsible attitude toward personal physical development. It is substantiated that psychological and pedagogical support based on the principles of humanization, individualization, and partnership interaction contributes to improving the effectiveness of the teacher's managerial activity. The obtained results can be applied in the practice of physical education teachers, trainers, and educators to enhance the system of control, management, and stimulation of students' cognitive and physical activity within the educational process.

Key words: physical education, management, control, psychological and pedagogical principles, health tasks, motivation, students.

Актуальність проблеми. У сучасних умовах реформування освіти та зростання соціального запиту на формування здорового способу життя особливої значущості набуває фізичне виховання як засіб гармонійного розвитку особистості. Ефективність у більшій мірі залежить від організації управлінських і контрольних процесів, що повинні ґрунтуватися не лише на педагогічних, але й на психологічних закономірностях. Недостатня увага до психолого-педагогічних аспектів управління і контролю в освітньому

процесі може призводити до зниження мотивації учнів.

Метою статті є обґрунтування психолого-педагогічних засад ефективного управління і контролю у процесі фізичного виховання, визначення їхнього впливу на формування мотивації, саморегуляції та фізичної активності учнів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Існує значна кількість досліджень, які висвітлюють методичні, педагогічні та організаційні аспекти контролю у фізичному вихованні (Кос-

тюкевич, Круцевич, Авраменко). У статті Авраменка, Кащєєва, Колесника розкрито зміст і значення педагогічного контролю у фізичному вихованні, а також проаналізовано сучасні підходи до оцінювання успішності в освітньому процесі. І. Мичка і В. Грибук представили авторський погляд на систему управління фізичним вихованням. Застосований авторами методологічний підхід до проблеми дослідження дозволяє стверджувати про актуальність трансформаційних змін у підходах до управління сферою фізичного виховання на основі міждисциплінарної методології (Мичка, Грибук, 2023, С. 92-96). О. Сабіров визначив шляхи удосконалення фізичного виховання на основі розробки експрес-методів контролю як необхідної умови оперативного управління освітнім процесом з фізичного виховання студентів, задля підвищення ефективності цього процесу та покращення здоров'я студентів (Сабіров, 2022, С. 18-20).

Виклад основного матеріалу дослідження. Фізичне виховання є важливою складовою освітнього процесу, спрямованого не лише на розвиток фізичних якостей учнів, а й формування в них стійкої мотивації до здорового способу життя, самодисципліни та відповідального ставлення до власного здоров'я. Ефективність цього процесу значною мірою залежить від якості управління і системи контролю, що застосовується педагогом. Успішне управління передбачає не лише організацію фізичних вправ, а й глибоке розуміння психологічних особливостей вихованців, їх емоційного стану, рівня розвитку та потреб.

Психолого-педагогічний підхід є ключовим чинником ефективності управління і контролю у процесі фізичного виховання. Його сутність полягає у врахуванні індивідуальних психофізичних особливостей учнів, вікової психології, мотиваційної сфери, рівня розвитку пізнавальних процесів та емоційного стану. Такий процес дозволяє педагогу будувати навчально-виховний процес на основі розуміння внутрішнього світу дитини, що у свою чергу сприяє підвищенню якості засвоєння знань, формуванню позитивного ставлення до фізичної культури і спорту, а також зміцненню психоемоційного здоров'я учнів (Беляєва, 2019).

Управління, що ґрунтується на психолого-педагогічних засадах передбачає не лише директивне керування, а й створення умов для самореалізації і саморозвитку школярів. Важливо

не лише вказувати на помилки чи досягнення, але й розуміти причини поведінки дитини, підтримувати її прагнення до самовдосконалення. Застосування індивідуального підходу, адаптація завдань відповідно до рівня підготовленості та особистісних потреб учнів – усе це є проявами психолого-педагогічного управління. Контроль у фізичному вихованні набуває іншого змісту в межах цього підходу: він стає не лише засобом оцінки, а й способом зворотного зв'язку, формування самооцінки і внутрішньої мотивації учня. Таким чином, психолого-педагогічний підхід у фізичному вихованні сприяє не лише фізичному розвитку, а й гармонійному формуванню особистості, створює умови для ефективного педагогічного впливу заснованого на повазі, розумінні та підтримці.

Система фізичного виховання є складним організованим педагогічним процесом, який може бути дієвий у тому разі, якщо буде зводиться у вигляді керованої системи (Москаленко, Ковтун, Алфьоров, 2013, с. 137).

Фізична культура як навчальна дисципліна, а також, як один із суттєвих складників невідомого розвитку особистості дітей та молоді, входить в обов'язковий розділ програм освітніх установ.

Навчання має нескінченний потік інформації, велику активність процесу, критичні моменти. Необхідно збалансувати збільшення навантаження в розумовій діяльності з фізичною активністю, до того ж з позитивним емоційним настроєм.

Питання оптимізації фізичної підготовки в освітніх установах, особливістю яких є постійне бажання збільшення рухової активності дітей, сьогодні надто важливе. Зараз збільшується увага до індивідуального підходу навчання, вивчення мотивації до занять фізкультурою. Навчання має ураховувати стан здоров'я, рівень фізичного розвитку і підготовленості учнів, їх кваліфікаційного рівня у спорті.

Сучасна система фізичного виховання дітей та молоді не може вирішити існуючі проблеми зниження фізичного стану та низький рівень навчального процесу в сфері забезпечення здоров'я (Дегтяренко, Долгієр, 2018).

Проблем в системі освіти, пов'язаних з фізичним вихованням, безліч. З цим потрібно проводити роботу. У сучасних дітей значні навантаження на організм. Це і спосіб життя (часте

сидіння на місці), велике напруження зору, і підвищене розумове навантаження. Із-за цього з'являється втома. Без руху, без активного навантаження мало реально розслабитися, відпочити від навчання. І як результат: у молоді погіршується здоров'я.

Серед важливих психологічних чинників ефективного управління варто виділити такі:

- мотивацію до занять фізичною культурою;
- емоційну регуляцію (створення позитивної атмосфери на заняттях);
- психологічну підтримку учнів;
- формування морально-вольових якостей (самоконтроль, рішучість, наполегливість, цілеспрямованість та ін.).

Особистісно орієнтований підхід дозволяє створити умови для розкриття потенціалу кожного учня в індивідуальному темпі (Арутюнян, Тюрінов, 2005).

Прогрес постійно йде вперед. Сконцентрованості та уваги потрібно дуже багато, навантаження на організм зростає, збільшується тиск, з'являється запаморочення, виникає сколіоз, та навіть психічні розлади.

Взагалі, підростаюче покоління добре відноситься до занять фізичною культурою, спортом. Але у більшості з них фізкультурно-спортивні інтереси досить слабкі, вони не відчувають потреби в рухах. Тому не з'являються необхідні психологічні передумови для ліпшого засвоєння навчальної програми з предмету, що має негативний вплив на фізичну підготовленість і здоров'я дітей. Фахівцями був зроблений акцент на тому, що в багатьох освітніх установах заняття фізичною культурою спрямовані на досягнення певних норм для отримання заліку, а не на якісне формування у дітей навичок і умінь в області здоров'язбереження, привернення уваги до практики здорового способу життя, а також на систематичний захист і зміцнення рівня свого фізичного здоров'я (Круцевич, Воробйов, Безверхня, 2011).

Моніторинг у фізичному вихованні є важливою складовою професійної діяльності фахівця і невід'ємною частиною ефективної організації навчального процесу й виховання учнів, керування його результативністю.

Фіксація досягнутих результатів – умова цілеспрямованості будь-якого педагогічного процесу. Контроль та аналіз дають змогу зрозуміти ступінь фізичної активності, ступінь сфор-

мованості конкретних фізичних якостей і розвиненості рухових навичок. Аналітичний розгляд отриманих результатів надає фахівцям точні відомості, що дозволяють оперативно коригувати використання різноманітних ресурсів і методів для ефективного управління процесом фізичного виховання.

Контроль у фізичному вихованні полягає в оцінці результатів педагогічного впливу для визначення його ефективності, тобто зіставлення мети та досягнутого результату. Постійне корегування плану та процес його здійснення у разі наявності невідповідності й включає існування «принципу безперервного планування та контролю».

Отже, проблема управління в процесі фізичного виховання вирішується за допомогою апарату управління, яким є педагогічний контроль.

Управління передбачає переведення дитини з одного (вихідного) стану в інше, що дозволяє підводити у кожному конкретному випадку до запланованого результату. Володіючи навичками управління педагог може здійснювати індивідуальну підготовку кожної дитини, ефективно вирішуючи при цьому як етапні завдання, так і досягаючи фінальної мети за найменших витрат.

Управління фізичним вихованням в освітній установі пропонує комплексне використання наступних факторів системи: цілей, завдань, закономірностей, принципів, форм, засобів, методів, планування, контролю, обліку та ін.

З одного боку, це визначає високу складність управління фізичним вихованням, з іншого – його більшу ефективність у разі прийняття оптимальних рішень (Гончар, Затуливітер, Власенко, 2023).

Основними сторонами управління фізичним вихованням можна назвати такі:

- підпорядкування дидактичним принципам фізичного виховання (усвідомленості та активності, доступності та персоналізації, організованості, стійкості, візуалізації);
- визначення більш чітких цілей навчання та виховання (підвищення результатів виконання однієї чи кількох контрольних вправ з програмного матеріалу, визначення оздоровчих, освітніх, виховних завдань на фізкультурне заняття, серію занять тощо);
- оцінка індивідуальних характеристик та можливостей тих, хто займається (оцінка стану здоров'я, наявність допуску до фізкультурних

занять, антропометричне обстеження, функціональна діагностика, контрольно-педагогічні випробування (тести, темпи приросту основних показників);

- вибір інструментів, способів та обсяг навантажень, у тому числі зміна величини навантажень залежно від поставлених завдань;

- корекція процесу фізичного виховання дітей (внесення змін виходячи з результатів педагогічного, медико-біологічного контролю, що представляє собою систему заходів, які здійснюють перевірку визначених результатів фізичного виховання для оцінювання застосовуваних технік, методів і навантажень) (Москаленко, Ковтун, Алфьоров, 2013).

Одна із головних цілей педагогічного контролю – це встановлення взаємного впливу між рушійними силами (інструменти, зусилля, підходи) і тими змінами, які спостерігаються у тих, хто займається (стан здоров'я, рівень фізичного розвитку, тощо) (Дегтяренко, Долгієр, 2018).

Контроль фізичної підготовленості є обов'язковою складовою процесу фізичного виховання та основою для ухвалення управлінських і педагогічних рішень. Необхідним є проведення контрольних випробувань декілька разів на рік, як це прийнято у дошкільних освітніх закладах.

Лише систематично (кожні два-три місяці) контрольні процедури, що здійснюються, дають змогу будувати педагогічний процес відповідно до вимог принципів доступності та індивідуалізації, що є основоположними при розвитку фізичних якостей.

Потреба в індивідуальному підході до розвитку фізичних якостей дітей за умов фізкультурного заняття викликано, насамперед, зменшенням результативності їхньої фізичної підготовленості, яка веде в кінцевому підсумку до погіршення їх стану здоров'я та фізичного розвитку.

Поліпшення процесу фізичного виховання полягає у підтриманні та зміцненні здоров'я дітей з огляду на їх індивідуальні можливості і дотриманні принципу диференціації при розвитку фізичних якостей. Головна ціль – розвивати фізичні здібності дитини, виявляти та компенсувати слабкі сторони її фізичної підготовленості, створюючи позитивний емоційний фон і стимулюючи особисту, добровільну та усвідомлену активність.

Такий підхід відповідає основним вимогам до організації фізичного виховання (Круцевич, Воробйов, Безверхня, 2011).

- врахування вікових особливостей дітей та сприятливого періоду для розвитку фізичних якостей;

- використання доступних, простих у виконанні вправ, які дозволяють кожній дитині відчувати успіх на кожному занятті;

- створення умов у групі, що передбачають індивідуальне, найбільш допустиме фізичне навантаження, яке оптимізує розвивальну функцію занять і сприяє результативному фізичному зростанню дітей.

Задля цього використовується метод індивідуально дозованих фізичних навантажень. Фізичне навантаження є найбільш керованим фактором зовнішнього середовища, вплив якого в межах оптимальних величин може справити цілеспрямований вплив на оздоровлення та функціональне удосконалення дитини.

Педагогічний медичний контроль в системі спорту – це комплекс заходів, спрямованих на оцінку та контроль за станом здоров'я і морального розвитку людей, що займаються спортом і фізичною культурою.

Його завданням є забезпечення безпечних та ефективних занять фізичною культурою і спортом для всіх учасників. Він дозволяє стежити за фізичним розвитком спортсменів, контролювати здоров'я, готувати план тренувань та вибір вправ, аби виключити небажані наслідки для здоров'я.

Функціональний вплив фізичного навантаження на організм тих, хто займається, може контролюватися за допомогою пульсометрії.

Індивідуалізація – процес активний. Вона передбачає не лише врахування особливостей дитини, але й удосконалення в процесі навчання її форм і функцій (Москаленко, Ковтун, Алфьоров, 2013).

Набуті особливості, ступінь зміни яких встановлювався в процесі аналізу результатів, отриманих в ході здійснення певних форм контролю, природно потребують внесення поправок в характер індивідуалізації подальшого навчання.

Виходячи з рекомендацій авторів (Гончар, Затуливітер, Власенко, Круцевич) котрі пропонують застосовувати з метою розвитку фізичних якостей дітей короткі (протягом двох місяців)

тренуючі програми, величина індивідуального навантаження кожної дитини після закінчення цього часу коригується.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Отже, психолого-педагогічні засади управління і контролю у фізичному вихованні формують основу для ефективного освітнього процесу. Вони мають ґрунтуватися на принципах гуманізму, індивідуалізації та самоконтролю учнів. Компетентний педагог уміє не лише правильно організувати заняття, а й керувати емо-

ційним кліматом, будувати діалог і мотивувати до рухової активності. Саме такі підходи забезпечують гармонійний фізичний, психологічний і соціальний розвиток особистості. Контроль і управління у фізичному вихованні – це не лише перевірка рівня фізичної підготовки, але й глибокий педагогічний процес, що вимагає знань у галузі психології, педагогіки і фізіології. Правильна організація контролю дозволяє досягти не лише високих спортивних результатів, а й сприяти гармонійному розвитку особистості.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Арутюнян Р.А., Тюрінов А.І. Психологія фізичного виховання і спорту. К.: Олімпійська література, 2005.
2. Беляєва Г.І. Психолого-педагогічні умови ефективності фізичного виховання школярів // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2019.
3. Москаленко Н.В., Ковтун А.О., Алфьоров О.А. та ін. Загальні основи адаптивного фізичного виховання: навчальний посібник/ Дніпропетровськ : ДДІФК, 2013. 137 с.
4. Гончар Г., Затулівітер А., Власенко С. Контроль та самоконтроль студентів у процесі занять фізичною культурою. Збірник наукових праць Уманського державного педагогічного університету. 2023. № 2. С. 124–130.
5. Дегтяренко Т.В., Долгієв Є.В. Медико-педагогічний контроль у фізичному вихованні та спорті: підручник для студентів вищих навчальних закладів. Одеса: Атлант ВОІ СОІУ, 2018. 282 с.
6. Круцевич Т.Ю., Воробйов М.І., Безверхня Г.В. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків та молоді. Київ : Олімпійська література, 2011. 246 с.
7. Мичка, І., & Грибук, В. (2023). Управління фізичним вихованням: аналіз стратегій, політики та практики. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*, (9(169), 92-96. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.9\(169\).19](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.9(169).19)
8. Сабіров, О. (2022). Особливості педагогічного контролю у системі фізичного виховання студентів. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*, (11(157), 18-20. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.11\(157\).04](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.11(157).04)

REFERENCES:

1. Arutyunyan, R. A., & Tyurinov, A. I. (2005). Psychology of physical education and sport. Olympic Literature. (in Ukrainian).
2. Bieliava, H. I. (2019). Psychological and pedagogical conditions for the effectiveness of physical education of schoolchildren. Pedagogy, Psychology and Medico-Biological Problems of Physical Education and Sport. (in Ukrainian).
3. Honchar, H., Zatuliviter, A., & Vlasenko, S. (2023). Control and self-control of students in the process of physical culture classes. Collection of Scientific Works of Uman State Pedagogical University, (2), 124–130. (in Ukrainian).
4. Dehtiarenko, T. V., & Dolhiier, Ye. V. (2018). Medical and pedagogical control in physical education and sport: A textbook for higher education students. Atlant VOI SOIU. (in Ukrainian).
5. Krutsevych, T. Yu., Vorobiov, M. I., & Bezverkhnia, H. V. (2011). Control in physical education of children, adolescents and youth. Olympic Literature. (in Ukrainian).
6. Mychka, I., & Hrybuk, V. (2023). Management of physical education: Analysis of strategies, policies and practices. Scientific Journal of the Ukrainian State University named after Mykhailo Drahomanov. Series 15,9(169), 92-96. [https://doi.org/10.31392/NPnc.series15.2023.9\(169\).19](https://doi.org/10.31392/NPnc.series15.2023.9(169).19). (in Ukrainian).
7. Moskalenko, N. V., Kovtun, A. O., Alforov, O. A., et al. (2013). General foundations of adaptive physical education: A textbook. DDIFK. (in Ukrainian).
8. Sabirov, O. (2022). Features of pedagogical control in the system of students' physical education. Scientific Journal of the Ukrainian State University named after Mykhailo Drahomanov. Series 15, 11(157), 18–20. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.11\(157\).04](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.11(157).04). (in Ukrainian).

Дата першого надходження рукопису до видання: 18.10.2025
 Дата прийнятого до друку рукопису після рецензування: 14.11.2025
 Дата публікації: 19.12.2025