

THEORETICAL AND METHODOLOGICAL FOUNDATIONS OF PROFESSIONAL TRAINING OF FUTURE PHYSICAL CULTURE AND SPORTS SPECIALISTS UNDER MODERN CHALLENGES**Kubatko A.***National University Zaporizhzhia Polytechnic*
<https://orcid.org/0000-0001-8542-8804>**Atamanyuk S.***National University Zaporizhzhia Polytechnic*
<https://orcid.org/0000-0002-4800-5965>**Kyrychenko O.***National University Zaporizhzhia Polytechnic*
<https://orcid.org/0000-0001-7136-0984>**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ В УМОВАХ СУЧАСНИХ ВИКЛИКІВ**

Кубатко А.

Національний університет “Запорізька політехніка”, Україна
<https://orcid.org/0000-0001-8542-8804>

Атаманюк С.

Національний університет “Запорізька політехніка”, Україна
<https://orcid.org/0000-0002-4800-5965>

Кириченко О.

Національний університет “Запорізька політехніка”, Україна
<https://orcid.org/0000-0001-7136-0984>
<https://doi.org/10.5281/zenodo.20691194>**Abstract**

The article provides a comprehensive analysis of the theoretical and methodological foundations of training future specialists in the field of physical culture and sports. It is determined that the foundation of training is a combination of the theory of physical education, sports physiology, and pedagogy. The relevance of the study is due to the global decline in physical activity among youth, which requires specialists to form new motivational attitudes. The key methods of professional development are considered: theoretical-fundamental, practice-oriented, and the method of individualization. Special attention is paid to the integration of innovative technologies, such as biomechanical monitoring and virtual reality, which increase the safety and efficiency of the training process. The list of professional competencies necessary for successful implementation in the modern digital educational environment is formulated. The prospects for further research in the context of using mobile applications for monitoring the state of students are outlined.

Анотація

У статті здійснено комплексний аналіз теоретичних та методичних засад підготовки майбутніх фахівців у галузі фізичної культури та спорту. Визначено, що фундаментом навчання є поєднання теорії фізичного виховання, спортивної фізіології та педагогіки. Актуальність дослідження зумовлена глобальним зниженням фізичної активності молоді, що потребує від спеціалістів формування нових мотиваційних установок. Розглянуто ключові методи фахового становлення: теоретико-фундаментальний, практико-орієнтований та метод індивідуалізації. Особливу увагу приділено інтеграції інноваційних технологій, таких як біомеханічний моніторинг та віртуальна реальність, які підвищують безпеку та ефективність тренувального процесу. Сформульовано перелік професійних компетентностей, необхідних для успішної реалізації в сучасному цифровому освітньому середовищі. Окреслено перспективи подальших розвідок у контексті використання мобільних додатків для моніторингу стану студентів.

Keywords: professional training; physical culture; sports; innovative technologies; professional competencies; physical activity.

Ключові слова: професійна підготовка; фізична культура; спорт; інноваційні технології; професійні компетентності; фізична активність.

Постановка проблеми. Глобальні тенденції, зафіксовані Всесвітньою організацією охорони здоров'я, вказують на критичну роль фізичної активності як ключового фактора у підтримці та зміцненні здоров'я населення. Водночас актуальна статистика свідчить про тривожну динаміку: рівень фізичної активності серед молоді невпинно зни-

жується. Зокрема, результати профільних досліджень демонструють, що лише 23% молодих людей у віці 18–24 років дотримуються рекомендованого рівня фізичних навантажень [8].

Такий стан речей створює додаткові стратегічні виклики у системі підготовки фахівців галузі фізичної культури та спорту. Сучасний

спеціаліст має не лише володіти технічними професійними навичками, а й бути здатним ефективно формувати мотиваційні установки до активного способу життя серед різних верств населення.

Аналіз останніх досліджень та публікацій.

Проблематика професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури та спорту активно розробляється як вітчизняними, так і зарубіжними науковцями, що зумовлено трансформацією освітнього середовища, цифровізацією суспільства та зміною вимог до професійної компетентності спеціалістів галузі.

У сучасних українських дослідженнях значна увага приділяється модернізації змісту професійної освіти та пошуку ефективних моделей її оновлення. Так, Sohokon O., Donets O., Novik S., Fazan V. (2024) розглядають тенденції вдосконалення підготовки фахівців фізичної культури у закладах вищої освіти України, підкреслюючи необхідність використання інноваційних та інформаційно-комунікаційних технологій як важливого чинника підвищення якості навчання та реформування освітньої системи. У зарубіжній науковій літературі значний масив досліджень присвячено цифровій трансформації фізкультурної освіти. Зокрема, G. Martínez-Rico, M. Alberola-Albors, C. Pérez-Campos, R. González-García (2021) досліджують рівень цифрової компетентності викладачів фізичного виховання та підкреслюють необхідність постійного професійного оновлення у зв'язку зі швидким розвитком технологій.

Мета дослідження: теоретичне обґрунтування та узагальнення сучасних підходів до професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури та спорту в умовах актуальних суспільних і технологічних викликів, а також визначення напрямів удосконалення освітнього процесу з урахуванням інтеграції інноваційних технологій, компетентнісного підходу та практико-орієнтованого навчання.

Методи дослідження. Для реалізації дослідження було використано аналіз і узагальнення науково-методичної літератури, порівняльний аналіз моделей підготовки спеціалістів, з метою виокремлення основних напрямів модернізації професійної освіти, педагогічних умов і методичних засад підготовки майбутніх фахівців було застосовано систематизація та класифікація наукових положень.

Виклад основного матеріалу дослідження.

Фізична культура та спорт відіграють важливу роль у суспільному житті, сприяючи зміцненню здоров'я, формуванню здорового способу життя та професійній реалізації спеціалістів у цій сфері.

Сучасний етап розвитку вищої освіти в Україні характеризується глибокими трансформаційними процесами, зумовленими цифровізацією суспільства, євроінтеграцією, реформуванням системи вищої освіти та функціонуванням закладів вищої освіти в умовах воєнного стану. Відповідно до положень Закону України «Про вищу освіту» та Закону України «Про фізичну культуру і спорт» професійна підготовка майбутніх фахівців фізичної культури і спорту має забезпечувати формування

конкурентоспроможних спеціалістів, здатних до інноваційної діяльності.

Теоретичні основи підготовки фахівців у галузі фізичної культури та спорту є фундаментом для розробки навчальних програм, методик тренувань і освітніх стратегій. Вони охоплюють широкий спектр дисциплін, що включають фізіологію, анатомію, психологію, педагогіку, а також різні підходи до навчання і тренування [4].

Ключовими сучасними викликами професійної підготовки є цифровізація освітнього процесу, яка спрямована на використання інноваційних технологій, різних платформ, відеоаналізу техніки виконання рухів. Також дуже актуально при воєнному стані і дистанційному навчанні адаптувати практичну підготовку фахівців до змішаного формату. Зростання ролі фітнес-індустрії впливає на ринкові трансформації спортивної галузі і безумовно це Європейська інтеграція освіти.

Теорія фізичної культури розглядає фізичну культуру як важливий елемент культурного, соціального та особистісного розвитку людини. Вона є основою для створення ефективних методик фізичного виховання, тренувань і спортивної підготовки. Ключові аспекти теорії фізичної культури включають:

1. Педагогічний підхід до фізичного виховання, який спрямований на розвиток особистості студента через фізичні вправи та спортивну діяльність [1].

2. Фізіологічні основи фізичних вправ, які включають вивчення впливу фізичних навантажень на організм, принципи адаптації до фізичних навантажень [9].

3. Психологічні аспекти фізичної активності, що включають мотивацію, психологічну стійкість та розвиток особистості через спорт [6].

Теорія спортивного тренування розглядає організацію та проведення тренувальних процесів у різних видах спорту. Вона базується на наукових даних про фізіологічні, біомеханічні та психологічні аспекти тренувального процесу [8]. Основні компоненти цієї теорії:

1. Принципи тренувального процесу: індивідуалізація, системність, поступовість, різноманітність і оптимальне навантаження.

2. Фазова структура тренувального процесу: підготовчий, змагальний, відновлювальний періоди, кожен з яких має свої специфічні завдання та методи впливу на спортсмена.

3. Види тренувальних навантажень: аеробні, анаеробні, силові тренування та їх поєднання для досягнення оптимальних результатів.

Для підготовки фахівців у галузі фізичної культури та спорту важливо застосовувати принципи педагогіки, які забезпечують правильну організацію навчального процесу та взаємодію викладача і студента [1, 3]. Теоретичні основи педагогіки вимагають знання і застосування таких принципів:

- індивідуальний підхід до студентів з урахуванням їх фізичних та психологічних можливостей;

- диференційований підхід до навчання, коли програма адаптується до різних рівнів підготовленості студентів;

- виховна функція фізичної культури — розвиток у студентів таких якостей, як самодисципліна, відповідальність, командний дух та інші соціальні та моральні якості.

Усвідомлення важливості наукових досліджень у галузі фізичної культури та спорту дозволяє викладачам і тренерам застосовувати сучасні досягнення науки у навчальному процесі. Вивчення таких дисциплін, як фізіологія, біомеханіка, спортивна медицина, спортивна психологія, сприяє розвитку глибоких теоретичних знань, необхідних для підготовки висококваліфікованих фахівців [7]. Наукові дослідження допомагають:

- підвищити ефективність тренувального процесу через застосування нових методик і технологій;

- розробити нові підходи до спортивної реабілітації та відновлення;

- вивчити та адаптувати інноваційні методи навчання для студентів і спортсменів.

Теоретичні основи підготовки фахівців не повинні бути відірвані від практичного застосування. Це означає, що знання, які отримують студенти, повинні бути застосовані у реальних умовах — під час тренувань, змагань і спортивних заходів [2,4]. Інтеграція теорії і практики є запорукою того, що фахівець буде здатен адаптувати свої знання до конкретних умов, що часто змінюються.

Ефективність професійного становлення майбутніх спеціалістів забезпечується через реалізацію низки фундаментальних методів:

1. Теоретико-фундаментальний метод. Ключовим інструментом підготовки виступає систематичне вивчення наукового доробку та профільної літератури, що передбачає глибокий аналіз концептуальних засад і базових принципів фізичної культури [1]. Застосування цього методу сприяє формуванню у здобувачів освіти чіткого розуміння стратегічних векторів та актуальних тенденцій розвитку сучасної спортивної науки.
2. Практико-орієнтований метод. Органічним доповненням до теоретичної бази є метод практичної підготовки, що полягає в апробації та імплементації отриманих знань безпосередньо в умовах тренувального процесу та спортивної діяльності [7,9]. Це дає можливість студентам здобути автентичний досвід взаємодії з різними цільовими аудиторіями та групами населення.
3. Метод індивідуалізації. Вагоме місце в освітній траєкторії займає індивідуальний підхід, що ґрунтується на врахуванні специфічних потреб, фізіологічних особливостей та потенційних можливостей кожного

студента [1,5]. Такий підхід дозволяє максимально розкрити професійний потенціал майбутнього фахівця.

4. Метод цілісного (комплексного) розвитку. Стратегія підготовки також передбачає використання методу комплексного впливу, який синтезує фізичний, психологічний та соціальний аспекти виховання [2]. Реалізація цього методу спрямована на формування гармонійно розвиненої особистості, здатної до ефективної професійної самореалізації.

Процес підготовки майбутніх фахівців у галузі фізичної культури та спорту є предметом активного наукового осмислення, що зумовлено необхідністю підвищення якості професійної освіти відповідно до сучасних суспільних і технологічних викликів. У наукових дослідженнях значна увага приділяється застосуванню активних методів навчання, які забезпечують залучення студентів до освітнього процесу на основі інтерактивної взаємодії, формування внутрішньої мотивації та розвитку професійно значущих компетентностей. Окремий напрям становить упровадження новітніх тренінгових технологій, що сприяють підвищенню ефективності навчально-тренувальної діяльності та оптимізації засвоєння практичних навичок [5, 9].

У сучасній системі підготовки дедалі ширше використовуються інтегровані технології навчання, які передбачають поєднання традиційних педагогічних підходів із мультимедійними засобами, віртуальними тренажерами та інтернет-ресурсами, що розширює можливості освітнього середовища та забезпечує його гнучкість і наочність. Перспективним інструментом удосконалення практичної підготовки є біомеханічний моніторинг, який дає змогу здійснювати об'єктивний аналіз рухових дій студентів у процесі тренувань, своєчасно коригувати техніку виконання вправ і підвищувати рівень безпеки занять завдяки використанню сенсорних та цифрових вимірювальних систем [11]. Важливу роль також відіграють технології віртуальної реальності (VR), що забезпечують моделювання реалістичних тренувальних умов і сприяють формуванню професійних умінь у контрольованому та безпечному середовищі [1].

Фахова підготовка майбутніх спеціалістів сфери фізичної культури та спорту характеризується наявністю низки викликів і водночас відкриває значні перспективи для подальшого розвитку системи професійної освіти. До основних викликів належить необхідність інтеграції новітніх технологій у навчальний процес, що потребує відповідного матеріально-технічного забезпечення, підвищення кваліфікації викладацького складу та адаптації традиційних педагогічних підходів до цифрового освітнього середовища [9]. Важливим завданням є також оновлення змісту навчальних програм відповідно до актуальних вимог ринку праці, що передбачає узгодження професійних умінь і навичок здобувачів освіти з реальними потребами сучасної індустрії фізичної культури та спорту [5]. Окремої уваги потребує психологічна

підготовка майбутніх фахівців, спрямована на розвиток стресостійкості, мотивації до професійної діяльності та здатності до ефективної комунікації [4].

Водночас сучасні трансформаційні процеси створюють нові перспективи вдосконалення професійної підготовки. Серед них — активне впровадження цифрових технологій, зокрема розвиток віртуальних тренажерів і спеціалізованих програм, що підвищують якість практичної підготовки та забезпечують моделювання професійних ситуацій [9]. Значний потенціал мають міжнародні програми академічного обміну та науково-освітньої співпраці, які сприяють інтеграції світового досвіду та впровадженню інноваційних методик навчання. Перспективним напрямом є також індивідуалізація підготовки, що передбачає розроблення персоналізованих освітніх траєкторій і навчальних планів з урахуванням професійних інтересів і можливостей здобувачів освіти [10].

Ефективність професійної діяльності майбутнього фахівця зумовлюється сформованістю комплексу професійних компетентностей, серед яких ключове місце займають компетентність у сфері фізичного виховання і тренувальної діяльності [1], педагогічна компетентність як основа організації освітнього процесу [3], знання психології спорту для забезпечення результативної взаємодії зі здобувачами та спортсменами [6], а також здатність до аналізу, контролю та моніторингу фізичної активності з використанням сучасних технологій [9]. Важливого значення набувають крос-функціональні компетентності, що охоплюють комунікативні, організаційні, аналітичні вміння, а також дотримання принципів професійної етики, необхідних для успішної діяльності в умовах міждисциплінарної взаємодії.

Висновки і перспективи подальших досліджень. У результаті проведеного дослідження здійснено комплексний аналіз системи підготовки майбутніх фахівців галузі фізичної культури та спорту, що дало змогу визначити її концептуальні засади, які ґрунтуються на міждисциплінарному поєднанні теорії фізичного виховання, спортивної фізіології та педагогіки. З'ясовано, що одним із ключових викликів сучасності є стійка тенденція до зниження рівня фізичної активності молоді, що актуалізує необхідність формування у майбутніх фахівців не лише професійно-технічних умінь, а й розвинених мотиваційних, комунікативних і просвітницьких компетентностей, спрямованих на популяризацію активного способу життя.

Систематизація наукових підходів дозволила виокремити провідні методи фахового становлення майбутніх спеціалістів, серед яких визначальними є теоретико-фундаментальний, практико-орієнтований та індивідуалізований підходи. Доведено, що саме органічне поєднання ґрунтовної теоретичної підготовки з її практичною апробацією у процесі навчально-тренувальної діяльності забезпечує формування цілісного професійного досвіду, здатності до адаптації в реальних умовах професійної діяльності та готовності до розв'язання комплексних завдань галузі.

Важливим результатом дослідження стало обґрунтування ролі інноваційних технологій як необхідного складника сучасної системи підготовки фахівців. Використання засобів біомеханічного моніторингу, цифрових аналітичних систем і технологій віртуальної реальності сприяє підвищенню ефективності освітнього процесу, забезпечує можливість моделювання професійних ситуацій, здійснення об'єктивного контролю рухових дій і підвищення безпеки навчально-тренувальної діяльності.

Таким чином, професійна підготовка майбутніх фахівців фізичної культури і спорту повинна розглядатися як динамічна система, яка здатна оперативнореагувати на цифрові, соціальні та безпекові виклики. Її ефективність визначається інтеграцією теоретичних завдань, практичної підготовки, інноваційних технологій та формуванням стійкої професійної мотивації.

Перспективи подальших досліджень полягають в моделюванні цифрового освітнього середовища, у розробці інноваційних моделей підготовки тренерів нового покоління, які поєднують традиційні методи навчання та цифрові, вміють впроваджувати дуальну і змішану форму освіти, оцінювати компетентності у контексті воєнного та кризового стану. Актуальним є готувати майбутніх фахівців до професійної діяльності в умовах соціальної, економічної та безпекової нестабільності. Необхідно вивчати можливості адаптації українських програм підготовки фахівців фізичної культури до європейських стандартів, а також досліджувати механізми підвищення стресостійкості майбутніх тренерів у кризових умовах.

Список використаних джерел:

1. Атаманюк С.І. Інноваційні види рухової активності та підготовка майбутніх фахівців фізичної культури і спорту до їх використання: монографія / С.І. Атаманюк - Суми: ФОП Цьома, 2020. - 404с.
2. Гулько Т., Рибалко Л. Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичної культури та спорту в умовах воєнного стану в Україні / Психолого-педагогічні проблеми сучасної школи. — 2023. — Вип.2(10). — С. 87-94. DOI:10.31499/2706-6258.2(10).2023.290564.
3. Гребенюк, А. С. Педагогічні засади фізичного виховання студентів у системі вищої освіти: монографія / А. С. Гребенюк. — Львів: ЛНУ імені Івана Франка, 2016. — 180 с.
4. Конох А.П., Товстопятко Ф.Ф. та ін. Особливості професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту до фізкультурно-оздоровчої діяльності в ринкових умовах // Фізичне виховання і спорт. — 2025. — №1. — С.45-53. DOI: 10.26661/2663-5925-2025-1-12.
5. Кравченко, Т. С. Підготовка фахівців з фізичної культури та спорту: теоретичні і практичні аспекти / Т. С. Кравченко, О. В. Мороз. — Чернівці: Чернівецький національний університет, 2019. — 160 с.
6. Олійник Н.А., Войтенко С.М. Психологічні особливості спортивної діяльності: монографія — 2020. — 240 с.

7. Рожко, А. М. Фізична культура і спорт: методичні підходи до підготовки фахівців / А. М. Рожко, Т. В. Дудченко. — Київ: Міжнародна академія управління персоналом, 2019. — 220 с.

8. Шиян, В. О. Спортивна педагогіка: теорія і практика підготовки тренерів / В. О. Шиян, І. В. Грекова. — Харків: ХНАУ, 2018. — 248 с.

9. Atamanyuk, S., Semenikhina, O., Shyshenko I. Pedagogical conditions of formation of readiness of future specialists of physical culture to use of innovative types of motor activity in professional activity/ Norwegian Journal of development of the International Science, 2021. №64 Pp 16-20.

10. W. Kenney, J. Wilmore, D. Costill, Physiology of Sport and Exercise/ 7th ed. Champaign, IL: Human Kinetics, 2021. — 648 p.

11. Martínez-Rico, M. Alberola-Albors, C. Pérez-Campos, R. González-García, Physical Education Teachers' Perceived Digital Competences: Are They Prepared for the Challenges of the New Digital Age? // Sustainability (MDPI), 2021. volume 14, issue 1, article No. 321.

12. Sohokon O., Donets O., Novik S., Fazan V. Trends in improving professional training of physical education specialists in he i in Ukraine//Pedagogical Sciences, 1(2024), Pp.39–45

References:

1. Atamanyuk S.I. Innovative types of motor activity and training of future specialists in physical culture and sports for their use: monograph / S.I. Atamanyuk - Sumy: FOP Tsoma, 2020.-404p.

2. Gulko T., Rybalko L. Professional training of future specialists in physical culture and sports in conditions of martial law in Ukraine / Psychological and pedagogical problems of modern school. – 2023. - Issue 2(10). – P. 87-94. DOI:10.31499/2706-6258.2(10).2023.290564.

3. Grebenyuk, A. S. Pedagogical principles of physical education of students in the higher education system: monograph / A. S. Grebenyuk. — Lviv: Ivan

Franko Lviv National University, 2016. — 180 p.

4. Konokh A.P., Tovstopyatko F.F. et al. Peculiarities of professional training of future specialists in physical culture and sports for physical culture and health activities in market conditions // Physical Education and Sports. – 2025. – No. 1. – P.45-53. DOI: 10.26661/2663-5925-2025-1-12.

5. Kravchenko, T. S. Training of specialists in physical culture and sports: theoretical and practical aspects / T. S. Kravchenko, O. V. Moroz. — Chernivtsi: Chernivtsi National University, 2019. — 160 p.

6. Oliynyk N.A., Voitenko S.M. Psychological features of sports activity: monograph – 2020. – 240 p.

7. Rozhko, A. M. Physical culture and sports: methodological approaches to the training of specialists / A. M. Rozhko, T. V. Dudchenko. — Kyiv: International Academy of Personnel Management, 2019. — 220 p.

8. Shiyany, V. O. Sports pedagogy: theory and practice of training coaches / V. O. Shiyany, I. V. Grekova. — Kharkiv: KhNAU, 2018. — 248 p.

9. Atamanyuk, S., Semenikhina, O., Shyshenko I. Pedagogical conditions of formation of readiness of future specialists of physical culture to use of innovative types of motor activity in professional activity/ Norwegian Journal of development of the International Science, 2021. №64 Pp 16-20.

10. W. Kenney, J. Wilmore, D. Costill, Physiology of Sport and Exercise/ 7th ed. Champaign, IL: Human Kinetics, 2021. — 648 p.

11. Martínez-Rico, M. Alberola-Albors, C. Pérez-Campos, R. González-García, Physical Education Teachers' Perceived Digital Competences: Are They Prepared for the Challenges of the New Digital Age? // Sustainability (MDPI), 2021. volume 14, issue 1, article No. 321.

12. Sohokon O., Donets O., Novik S., Fazan V. Trends in improving professional training of physical education specialists in he i in Ukraine//Pedagogical Sciences, 1(2024), Pp.39–45.