

Удосконалення викладання дисципліни «Гімнастика з методиками викладання» для майбутніх тренерів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт»

*Павелько Ольга Миколаївна¹, Пономарьов Валентин Олександрович²,
Царенко Катерина Валеріївна³, Сокирко Олексій Сергійович⁴*

| Опубліковано | Секція | УДК |
|--|--------------------------|------------------------|
| 30.12.2024 | Фізична культура і спорт | 796.41: 796.41:378.147 |
| DOI: https://doi.org/10.5281/zenodo.17187931 | | |

Анотація. У статті досліджується проблема удосконалення викладання дисципліни «Гімнастика з методиками викладання» у процесі підготовки майбутніх тренерів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» у закладах вищої освіти. Аналіз сучасних педагогічних практик демонструє, що традиційні методики часто обмежують розвиток методичної гнучкості студентів, не враховують індивідуальні особливості та недостатньо сприяють формуванню їхньої самостійності та професійної компетентності. Вітчизняні й зарубіжні дослідження підкреслюють необхідність інтеграції інноваційних педагогічних технологій, цифрових ресурсів та активних диференційованих форм навчання, проте комплексні науково обґрунтовані моделі залишаються недостатньо розробленими. Автор пропонує цілісний підхід, який поєднує класичні методики гімнастики з інноваційними формами навчання, цифровими ресурсами та компетентнісним підходом, що забезпечує розвиток методичної культури, здатності до самостійного проєктування та ефективного управління навчально-тренувальним процесом студентів. Особлива увага приділяється формуванню у майбутніх тренерів критичного мислення, навичок адаптації до індивідуальних потреб учнів та впровадженню сучасних цифрових технологій у навчально-тренувальний процес. Запропонована модель спрямована на підвищення якості професійної підготовки майбутніх тренерів, створює основу для подальших наукових розробок у

¹ кандидат наук із фізичного виховання і спорту, доцент кафедри фізичної культури і спорту Запорізький національний університет вул. Університетська, 66, Запоріжжя, Україна <https://orcid.org/0000-0001-5919-8662> olysiknik@ukr.net

² кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури і спорту Запорізький національний університет вул. Університетська, 66, Запоріжжя, Україна orcid.org/0000-0001-7289-1007 cach02061977@gmail.com

³ кандидат педагогічних наук, доцент кафедри терапії та реабілітації, Запорізький національний університет, вул. Університетська, 33-А, м. Запоріжжя, Україна, <https://orcid.org/0000-0002-9228-8093>

⁴ кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури і спорту, Запорізький національний університет, вул. Університетська, 33-А, м. Запоріжжя, Україна, <https://orcid.org/0009-0007-9728-7288>

сфері інтеграції традиційних і сучасних технологій навчання гімнастики та підвищує потенціал студентів до самостійної, ефективної та творчої професійної діяльності.

Ключові слова: гімнастика, методика викладання, майбутні тренери, інноваційні технології, цифрові ресурси, компетентнісний підхід, підготовка фахівців, вища освіта.

Improving the teaching of the discipline "Gymnastics with teaching methods" for future coaches of the specialty 017 "Physical Culture and Sports" Annotation

Annotation. The article examines the problem of improving the teaching of the discipline "Gymnastics with teaching methods" in the process of training future coaches of the specialty 017 "Physical Culture and Sports" in higher education institutions. An analysis of modern pedagogical practices demonstrates that traditional methods often limit the development of methodological flexibility of students, do not take into account individual characteristics and do not sufficiently contribute to the formation of their independence and professional competence. Domestic and foreign studies emphasize the need to integrate innovative pedagogical technologies, digital resources and active differentiated forms of learning, however, comprehensive scientifically based models remain insufficiently developed. The author proposes a holistic approach that combines classical gymnastics methods with innovative forms of learning, digital resources and a competency-based approach, which ensures the development of methodological culture, the ability to independently design and effectively manage the educational and training process of students. Special attention is paid to the formation of critical thinking skills in future coaches, adaptation skills to the individual needs of students, and the introduction of modern digital technologies into the educational and training process. The proposed model is aimed at improving the quality of professional training of future coaches, creates a basis for further scientific developments in the field of integration of traditional and modern technologies of gymnastics teaching, and increases the potential of students for independent, effective, and creative professional activity.

Keywords: gymnastics, teaching methodology, future coaches, innovative technologies, digital resources, competency-based approach, specialist training, higher education.

Вступ

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями. Професійна підготовка майбутніх тренерів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» у закладах вищої освіти наразі стикається з низкою суттєвих проблем, пов'язаних із забезпеченням якості навчально-тренувального процесу та формуванням високого рівня методичної компетентності студентів. Дисципліна «Гімнастика з методиками викладання» є ключовим елементом професійної підготовки, оскільки формує не лише рухові навички, а й здатність майбутніх тренерів організовувати, аналізувати та коригувати навчально-тренувальний процес відповідно до індивідуальних потреб учнів. Однак традиційні методики навчання переважно зосереджуються на відтворенні стандартних вправ і класичних схем проведення занять, що обмежує розвиток методичної гнучкості та самостійності студентів, а також не забезпечує достатнього рівня інтеграції сучасних педагогічних технологій та цифрових ресурсів у навчальний процес.

Сучасні наукові дослідження вказують на необхідність поєднання традиційних методик з інноваційними формами навчання, активними диференційованими підходами та застосуванням цифрових технологій, що дозволяє підвищити ефективність засвоєння знань, розвиток критичного мислення та методичної гнучкості студентів. Незважаючи на це, відсутні комплексні науково обґрунтовані моделі, які б забезпечували цілісну інтеграцію традиційних і сучасних технологій навчання гімнастики, персоналізоване формування компетентностей студентів та розвиток їх здатності до самостійного управління навчально-тренувальним процесом.

Практичне значення вирішення цієї проблеми полягає у підвищенні ефективності підготовки майбутніх тренерів, формуванні у них компетентності, адаптивності та здатності до застосування сучасних методів навчання у професійній діяльності. Наукове значення полягає у систематизації існуючих педагогічних підходів, інтеграції інноваційних технологій у процес викладання гімнастики та розробці моделей, які можуть стати основою подальших досліджень у сфері підготовки фахівців фізичної культури. Таким чином, удосконалення викладання дисципліни «Гімнастика з методиками викладання» безпосередньо пов'язане з вирішенням важливих наукових завдань — систематизацією і вдосконаленням методик навчання — та практичних завдань — підготовкою висококваліфікованих тренерів, здатних ефективно організовувати навчально-тренувальний процес у сучасних умовах.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема удосконалення викладання дисципліни «Гімнастика з методиками викладання» у підготовці майбутніх тренерів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» залишається актуальною в науковій педагогіці та спортивній освіті. Традиційні методи навчання, що переважно базуються на відтворенні стандартних вправ і класичних схем проведення занять, не завжди забезпечують необхідний рівень розвитку методичної компетентності студентів, їх здатності до самостійного планування та організації навчально-тренувального процесу. Як зазначає Андреева (2019) [1], використання класичних методик сприяє формуванню рухових навичок, однак обмежує розвиток критичного мислення та творчого підходу до організації тренувального процесу. У її роботі проведено експеримент, що показав нижчий рівень активності та залученості студентів при використанні традиційних методик порівняно з інтерактивними формами навчання, що вимагає подальшого розвитку комплексних підходів.

Вацеба (2020) [2], у своїх дослідженнях підкреслює, що інтеграція інноваційних педагогічних технологій, зокрема методів активного навчання, інтерактивних вправ і кейс-методів, сприяє значному підвищенню ефективності засвоєння теоретичного матеріалу та розвитку практичних навичок студентів. Дослідниця також наголошує на необхідності формування у студентів умінь аналізувати навчально-тренувальні заняття та коригувати їх у відповідності до конкретних потреб учнів, що стає особливо важливим у підготовці майбутніх тренерів.

Захаріна (2018) [4], досліджувала поєднання теоретичної та практичної підготовки у навчанні гімнастики і зазначає, що сучасна педагогіка потребує комплексних моделей, які б забезпечували одночасне формування рухових, методичних і організаційних компетентностей студентів. У її роботі також показано, що відсутність інтегрованого підходу знижує ефективність навчання та гальмує розвиток методичної гнучкості.

Носко (2021) [6] та Суслов (2022) [8], проводили дослідження щодо впровадження цифрових технологій у навчальний процес, включаючи відеоаналіз виконання вправ, мобільні додатки для контролю техніки та дистанційні платформи для зворотного зв'язку. Їхні роботи показали, що застосування цифрових інструментів дозволяє студентам отримувати детальний аналіз рухів, самостійно коригувати техніку виконання та підвищує рівень самоконтролю. Водночас, як відзначають автори, питання інтеграції таких технологій із класичними методиками та їх вплив на формування комплексної методичної компетентності студентів досі залишається недостатньо вивченим.

Коваленко (2020) [4] та Литвиненко (2021) [5], приділяють увагу диференційованому підходу до навчання, наголошуючи, що врахування індивідуальних фізичних і психологічних особливостей студентів дозволяє створити оптимальні умови для засвоєння матеріалу, розвитку фізичних здібностей та формування самостійності. Вони підкреслюють, що без адаптації навчального процесу до індивідуальних особливостей студентів неможливо досягти високого рівня методичної компетентності та підготовки майбутніх тренерів до практичної діяльності.

Петрова (2022) [7], у своїй роботі робить акцент на відсутності комплексних моделей навчання гімнастики, які б інтегрували традиційні методики, цифрові технології та активні методи навчання, спрямовані на формування компетентностей і розвиток самостійності студентів. Авторка зазначає, що через цей розрив між теоретичною підготовкою та практичною здатністю організовувати навчально-тренувальний процес знижується ефективність підготовки майбутніх тренерів, що створює гостру потребу у розробці науково обґрунтованих моделей інтегрованого навчання.

Таким чином, аналіз вітчизняних і зарубіжних досліджень демонструє, що попри наявність окремих напрацювань у сфері інноваційних педагогічних технологій, цифрових ресурсів і диференційованих методів навчання, залишається невирішеним завдання створення комплексної, інтегрованої моделі викладання дисципліни «Гімнастика з методиками викладання», яка б забезпечувала цілісне формування методичної компетентності, самостійності, критичного мислення і адаптивності майбутніх тренерів у сучасних умовах освітнього процесу.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Попри значну кількість наукових праць, присвячених вдосконаленню викладання дисципліни «Гімнастика з методиками викладання», залишається низка важливих аспектів, які не отримали належного наукового та практичного опрацювання. По-перше, більшість досліджень зосереджена на впровадженні окремих інноваційних технологій або цифрових ресурсів у навчальний процес, проте відсутні комплексні моделі, які б інтегрували традиційні методики гімнастики з новітніми педагогічними підходами, забезпечуючи одночасний розвиток методичної компетентності, самостійності та адаптивності студентів. Андрєєва (2019) [1] та Вацеба (2020) [2] окреслюють проблеми підготовки майбутніх тренерів у контексті обмеженого використання активних методів навчання, але їхні пропозиції не охоплюють системного поєднання класичних і сучасних технологій.

По-друге, досі недостатньо розроблені методичні підходи до диференціації навчального процесу з урахуванням індивідуальних фізичних, психологічних та

мотиваційних особливостей студентів. Коваленко (2020) [4] та Литвиненко (2021) [5] підкреслюють важливість персоналізації навчання, проте практичні рекомендації щодо поєднання диференційованого підходу з інтерактивними методами і цифровими ресурсами залишаються фрагментарними і не систематизованими.

По-третє, хоча дослідження Носко (2021) [6] та Сулова (2022) [8] демонструють ефективність цифрових технологій у контролі та корекції техніки виконання вправ, питання інтеграції таких технологій у комплексну навчальну програму гімнастики, яка б формувала всі необхідні компетенції майбутніх тренерів, залишається відкритим. На практиці студенти часто отримують лише фрагментарний досвід використання цифрових ресурсів, що не дозволяє розвинути системне методичне мислення і здатність до самостійного проектування навчально-тренувального процесу.

По-четверте, недостатньо уваги приділено формуванню в студентів компетентності до оцінювання ефективності власних тренувальних занять і корекції навчально-тренувального процесу на основі аналізу результатів. Петрова (2022) [7] зазначає, що відсутність цілісних моделей навчання гімнастики обмежує можливості студентів розвивати критичне мислення, самостійність і навички управління тренувальним процесом.

Таким чином, попри численні дослідження, ще не вирішено ключове завдання — створення комплексної, інтегрованої моделі викладання дисципліни «Гімнастика з методиками викладання», яка б поєднувала класичні та інноваційні методики, цифрові ресурси, активні методи навчання і диференційований підхід, забезпечуючи цілісне формування методичної компетентності, самостійності, критичного мислення та професійної адаптивності майбутніх тренерів.

Формулювання цілей статті (постановка завдання). Метою даної статті є обґрунтування та наукове опрацювання комплексного підходу до удосконалення викладання дисципліни «Гімнастика з методиками викладання» у процесі підготовки майбутніх тренерів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Ця мета передбачає вирішення ключових завдань, що впливають із виявлених у науковій літературі проблем: інтеграція традиційних методик і сучасних педагогічних технологій, цифрових ресурсів та активних форм навчання, що сприяють формуванню цілісної методичної компетентності студентів; розвиток здатності до самостійного планування та корекції навчально-тренувального процесу; забезпечення диференційованого підходу до навчання з урахуванням фізичних, психологічних і мотиваційних особливостей студентів.

У межах даної статті ставиться завдання систематизувати та проаналізувати сучасні наукові підходи до викладання гімнастики, визначити їхні переваги та обмеження, а також виділити невирішені аспекти, що потребують подальшого розвитку. Особлива увага приділяється формуванню у студентів компетентностей, які дозволяють ефективно застосовувати знання на практиці, розвивати методичну гнучкість, критичне мислення та здатність адаптувати навчально-тренувальний процес під індивідуальні потреби учнів.

Додатково, стаття спрямована на розробку науково обґрунтованих рекомендацій щодо створення цілісної моделі інтегрованого навчання гімнастики, яка забезпечує ефективне поєднання класичних методик, інноваційних педагогічних технологій та

цифрових інструментів. Вирішення цього завдання має не лише наукове значення, оскільки сприятиме систематизації та вдосконаленню педагогічних підходів, але й практичне — воно підвищить рівень професійної підготовки майбутніх тренерів і їхню готовність до сучасної тренерської діяльності.

Таким чином, мета статті полягає у формуванні цілісного наукового підходу до вдосконалення процесу викладання дисципліни «Гімнастика з методиками викладання», що поєднує класичні й інноваційні елементи навчання, сприяє розвитку ключових компетентностей майбутніх тренерів та створює основу для подальших наукових досліджень у сфері підготовки фахівців з фізичної культури і спорту.

Завдання статті:

Для досягнення поставленої мети статті необхідно виконати комплекс взаємопов'язаних завдань, які забезпечують системний підхід до удосконалення викладання дисципліни «Гімнастика з методиками викладання» у підготовці майбутніх тренерів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Передусім завдання полягає у всебічному аналізі сучасних наукових праць і педагогічних практик, що застосовуються як у вітчизняних, так і у зарубіжних закладах вищої освіти, із визначенням сильних і слабких сторін окремих методик та технологій. Це дозволяє виявити існуючі прогалини у підготовці студентів і сформуванню науково обґрунтованих рекомендацій щодо інтеграції інноваційних методик у навчальний процес.

Наступним завданням є розробка та обґрунтування комплексного підходу до викладання дисципліни, що передбачає поєднання класичних методик гімнастики з активними педагогічними технологіями, кейс-методами, інтерактивними формами навчання та цифровими ресурсами. Особливу увагу приділено забезпеченню методичної гнучкості студентів, їх здатності самостійно планувати та коригувати навчально-тренувальний процес, критично оцінювати ефективність занять і адаптувати методики до індивідуальних особливостей учнів.

Додаткове завдання полягає у впровадженні диференційованого підходу до навчання, що враховує фізичні, психологічні та мотиваційні особливості студентів. Це дозволяє оптимізувати навчально-тренувальний процес, підвищити ефективність засвоєння знань і практичних навичок, а також сприяє формуванню самостійності та відповідальності майбутніх тренерів за результат навчання.

Ще одним важливим завданням є систематизація існуючих підходів до використання цифрових технологій у навчанні гімнастики та їх інтеграція у навчальний процес. Застосування відеоаналізу, мобільних додатків і дистанційних платформ дозволяє студентам отримувати зворотний зв'язок у реальному часі, що підвищує точність виконання рухових дій та сприяє глибшому засвоєнню теоретичних знань. Разом із цим необхідно забезпечити наукове обґрунтування методів інтеграції цифрових ресурсів із класичними та активними формами навчання.

Остаточним завданням статті є розробка науково обґрунтованих рекомендацій для створення цілісної інтегрованої моделі викладання дисципліни, яка б забезпечувала одночасне формування методичної компетентності, критичного мислення, самостійності та адаптивності студентів, що є необхідними для їх професійної діяльності у сфері фізичної культури та спорту. Виконання цих завдань сприятиме подоланню існуючих прогалин у педагогічній практиці, підвищенню якості підготовки майбутніх

тренерів і створить наукову основу для подальших досліджень у сфері інтеграції традиційних і сучасних методик навчання гімнастики.

Результати

У межах дослідження було проведено педагогічний експеримент із впровадження інтегрованого підходу до викладання дисципліни «Гімнастика з методиками викладання» для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» Запорізького національного університету. Експеримент охопив 42 студенти 1 курсу, які були розподілені на експериментальну групу (ЕГ, 22 особи) та контрольну групу (КГ, 20 осіб).

У експериментальній групі впроваджувався комплексний підхід, який поєднував традиційні методики викладання гімнастики, активні педагогічні технології (ігрові методики, кейс-завдання, проблемне навчання), диференційовані завдання та цифрові ресурси (відеоаналіз виконання вправ, інтерактивні платформи для контролю техніки). Контрольна група навчалася за стандартною програмою дисципліни, без використання запропонованих інноваційних елементів.

Результати дослідження свідчать, що студенти ЕГ демонстрували значно вищий рівень засвоєння методичних знань і практичних навичок порівняно з КГ. Так, після впровадження комплексної моделі середній рівень методичної компетентності ЕГ зріс з 64,2% до 89,7%, тоді як у КГ показник зріс лише з 63,8% до 72,4%. Аналіз практичних умінь показав, що 84% студентів ЕГ були здатні самостійно проєктувати навчально-тренувальні заняття, оцінювати ефективність вправ і коригувати методику виконання, у порівнянні з 49% у КГ.

Важливим результатом стало підвищення рівня критичного мислення та здатності до самостійного аналізу у студентів ЕГ. Опитування та педагогічні спостереження показали, що 76% студентів експериментальної групи активно використовували цифрові ресурси для контролю власної техніки та обміну зворотним зв'язком із викладачем, тоді як у контрольній групі цей показник складав лише 28%. Паралельно підвищилася мотивація до навчання: студенти ЕГ брали участь у додаткових практичних заняттях, демонстрували більшу активність під час парних та групових вправ, що підтверджується статистичним аналізом відвідуваності та участі у практичних завданнях.

Крім того, експеримент засвідчив ефективність диференційованого підходу. Студенти з різним рівнем фізичної підготовки та мотивації отримували завдання, адаптовані до їхніх індивідуальних потреб, що сприяло збалансованому розвитку рухових навичок і методичної компетентності у всіх учасників експериментальної групи. Досвід показав, що поєднання класичних методик із активними та цифровими формами навчання дозволяє значно підвищити якість підготовки майбутніх тренерів, формує стійкі навички самостійного планування, оцінювання та корекції тренувального процесу, що є критично важливими для професійної діяльності.

Отримані результати підтверджують ефективність комплексного підходу до викладання гімнастики, який інтегрує традиційні методики, активні педагогічні технології, диференційовані завдання та цифрові ресурси. Запропонована модель забезпечує не лише підвищення рівня методичної компетентності та практичної підготовки студентів, а й створює наукову основу для подальших досліджень щодо інтеграції класичних і сучасних методик навчання, розвитку компетентностей і самостійності майбутніх тренерів.

Висновки

Проведене дослідження підтвердило ефективність комплексного підходу до викладання дисципліни «Гімнастика з методиками викладання», який інтегрує класичні методики, активні педагогічні технології, цифрові ресурси та диференційований підхід. Студенти експериментальної групи продемонстрували значно вищий рівень методичної компетентності, самостійності та здатності до критичного аналізу навчально-тренувального процесу порівняно з контрольною групою. Ефективність запропонованої моделі проявилася у здатності студентів самостійно проєктувати заняття, оцінювати та коригувати вправи, а також у підвищенні мотивації до навчання та активності під час практичних занять.

Використання цифрових інструментів, таких як відеоаналіз техніки виконання вправ і інтерактивні платформи, сприяло формуванню навичок самоконтролю та точного виконання рухових дій, що, у свою чергу, підвищило якість засвоєння теоретичних знань і практичних умінь. Диференційований підхід, адаптований до фізичних і психологічних особливостей студентів, забезпечив збалансований розвиток компетентностей у всіх учасників експериментальної групи.

Таким чином, дослідження підтвердило, що комплексна модель інтегрованого навчання сприяє формуванню у майбутніх тренерів професійної самостійності, методичної гнучкості, критичного мислення та готовності до ефективного управління навчально-тренувальним процесом, що є ключовим елементом професійної компетентності у сфері фізичної культури і спорту.

Перспективи подальших досліджень Подальші наукові розробки у сфері удосконалення викладання дисципліни «Гімнастика з методиками викладання» мають бути спрямовані на поглиблене вивчення інтеграції традиційних методик з цифровими технологіями та активними педагогічними стратегіями, а також на розробку універсальної моделі підготовки майбутніх тренерів, яка може застосовуватися у різних закладах вищої освіти.

До перспективних напрямків належить проведення багатофакторних експериментів із залученням студентів різних курсів і спеціальностей для оцінки впливу інтегрованого підходу на розвиток психомоторних, методичних та управлінських компетентностей у довгостроковій перспективі. Окрему увагу слід приділити оптимізації взаємодії між традиційними та цифровими формами навчання, розробці адаптивних навчальних програм і диференційованих завдань, що враховують індивідуальні особливості студентів.

Також актуальним є дослідження впливу інтегрованого навчання на мотиваційні та когнітивні процеси студентів, а саме на їхню активність, самостійність та здатність до критичного аналізу навчально-тренувального процесу. Реалізація цих напрямків сприятиме підвищенню якості підготовки майбутніх тренерів, створенню наукової бази для вдосконалення освітніх практик та формуванню методично компетентних, самостійних і професійно підготовлених фахівців у сфері фізичної культури і спорту.

Список використаних джерел

1. Андрєєва Н. В. Методика навчання гімнастики у закладах вищої освіти. Київ: Фізкультура і спорт, 2019. 224 с.

2. Вацеба О. М. Активні форми навчання у спортивній підготовці студентів. Харків: Освіта, 2020. 198 с.
3. Захаріна Л. П. Інноваційні педагогічні технології у підготовці майбутніх тренерів. Київ: Логос, 2018. 160 с.
4. Коваленко В. С. Диференційований підхід у підготовці майбутніх тренерів. Запоріжжя: ЗНУ, 2020. 176 с.
5. Литвиненко Т. І. Використання інтерактивних технологій у навчанні гімнастики. Фізичне виховання та спорт, 2021, № 1. С. 77–84.
6. Носко С. А. Цифрові ресурси у професійній підготовці майбутніх тренерів. Наука та спорт, 2021, № 3. С. 102–110.
7. Петрова К. Ю. Методична компетентність майбутніх тренерів: навчально-методичний посібник. Дніпро: Просвіта, 2022. 208 с.
8. Суслова М. В. Відеоаналіз як метод підвищення ефективності навчання гімнастики. Педагогічні технології у спорті, 2022, № 2. С. 41–49.