6. Korobeinikov, H.V., Dudnyk, O.K., Koniaieva, L.D ta in. (2008). Diahnostyka psykhofiziolohichnykh staniv sportsmeniv: metodychnyi posibnyk [Diagnosis of psychophysiological states of athletes: methodical manual]. Kyiv: DNDIFKS. 64 s. [in Ukrainian].

7. Pakulin, S.L., Ananchenko, K.V., Arkaniia, R.A. (2017). Vybir efektyvnykh trenuvalnykh zasobiv i osoblyvosti pidhotovky yunykh taekvondystiv [Choosing effective training tools and features of training young taekwondo players]. *Traektoryia nauky,* 3(1). S. 6.1-6.11. [in Ukrainian].

8. Palichuk, Yu.I. (2023). Fizychnyi rozvytok shkoliariv molodshykh klasiv za dopomohoiu spetsialnykh vprav [Physical development of primary school children through special exercises]. *Fizychne vykhovannia, sport ta zdorovia liudyny: dosvid, problemy, perspektyvy: materialy X Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi onlain-konferentsii, 15 hrudnia* 2023. Kyiv: Un-t imeni Borysa Hrinchenka. S.147-153 [in Ukrainian].

9. Tropin, Y., Romanenko, V., & Latyshev, M. (2021). Vzaiemozviazok rivnia proiavu sensomotornykh reaktsii z pokaznykamy fizychnoiu pidhotovlenistiu u yunykh taekvondystiv [Relationship between the level of manifestation of sensorimotor reactions with indicators of physical fitness in young taekwondo practitioners]. *Yedynoborstva,* 2 (20). S. 93–104. https://doi.org/10.15391/ed.2021-2.08 [in Ukrainian].

10. Khoroshukha, M.F., Khokhlov, A.V. (2020). Henderni osoblyvosti zmin funktsii pamiati u yunykh sportsmeniv v zalezhnosti vid spriamovanosti yikh trenuvalnoho protsesu [Gender characteristics of changes in memory function in young athletes depending on the focus of their training process]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova*. *Seriia 15. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport).* Vyp. 3 K (123) 20. S. 450–454. [in Ukrainian].

11. Yasko, L.V., Sova, V.M. (2024). Pokaznyky korotkochasnoi zorovoi ta operatyvnoi pamiati yunykh tkhekvondystiv v dynamitsi trenuvalnoho zaniattia [Indicators of short-term visual and working memory of young taekwondo players in the dynamics of a training session]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu im. Drahomanova. Seriia 15. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport).* Vyp. 7(180). S. 235-238. DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.7(180).46 [in Ukrainian].

12. Chernenko, N., Lyzohub, V., Korobeynikov, G., Potop, V., Syvash, I., Korobeynikova, L., Kostuchenko, V. (2020). Relation between typological characteristics of nervous system and high sport achieving of wrestlers. *Journal of Physical Education and Sport,* 20(3). S.1621-1627 [in English].

13. Korobeynikov, G., Cynarski, W., Kokun, O., Sergienko, U. (2021). Link between neurodynamics and ognitive functions among athletespracticing different martial arts. *Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte,* 16(1). S. 8-10 [in English].

14. Lyzohub, V.S., Shpanyuk, V.V., Pustovalov, V.O., Kozhemyako, T.V., Suprunovich, V.O. (2021). Do the results of the sensomotor response reflect the typological properties of the central nervous system? *Cherkasy University Bulletin:Biological Sciences Series,* 1. S. 69-77. DOI: 10.31651/2076-5835-2018-1-2021-1-69-77

15. Mülhim, I.T., Akcan, F. (2022). Comparison of simple visual and audiotory reaction times of martial arts athletes. European Journal of Physical Education and Sport Science, 7(5). S.176-184. DOI: 10.46827/ejpe.v7i5.4097 [in English].

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.03(189).30
УДК 378.147:796.071.2-057.875

Тищенко В.О.
доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор,
професор кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту,
orcid.org/0000-0002-9540-9612
Іваненко С.В.
кандидат філологічних наук, доцент,
завідувач кафедри іноземних мов професійного спрямування
https://orcid.org/0000-0002-7861-1077
Харченко-Баранецька Л.Л.
кандидат наук з фізичного виховання та спорту,
доцент кафедри олімпійського та професійного спорту
orcid.org/0000-0001-7018-1853
Ковальчук Л.В.
кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту https://orcid.org/0000-0002-29738979
Комарова Т. В.
асистент кафедри реабілітаційної психології та фізичного виховання
orcid.org/0000-0003-1260-2570

ІННОВАЦІЙНІ МЕТОДИ ПІДГОТОВКИ БАКАЛАВРІВ І МАГІСТРІВ У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

Стаття присвячена дослідженню інноваційних методів підготовки бакалаврів і магістрів за спеціальністю «Фізична культура і спорт» в умовах сучасної освітньої парадигми. ***Мета дослідження*** *– дослідити сучасні інтерактивні методи дистанційного навчання, спрямовані на організацію та ефективне управління навчальною*

діяльністю для підвищення рівня підготовки бакалаврів і магістрів спеціальності 017 Фізична культура і спорт. У процесі вирішення завдань застосовувались теоретичні ***методи дослідження****: аналіз, систематизація, класифікація навчально-методичної літератури; метод аналізу педагогічної документації; педагогічного спостереження; контент-аналіз навчальних програм та методичне забезпечення.* ***Результати дослідження****. У роботі обґрунтовано значення впровадження інтерактивних технологій, цифрових платформ та дистанційного навчання для формування професійної компетентності студентів. Розглянуто ключові інструменти, такі як Moodle, Google Classroom, Zoom, Microsoft Teams та Mentimeter, які сприяють адаптивності освітнього процесу, розвитку критичного мислення, індивідуалізації навчання та інтерактивної взаємодії. Наголошується на важливості поєднання теоретичних знань із практичною підготовкою, зокрема через використання платформ для групової роботи, гейміфікації та автоматизованого тестування.* ***Висновки.*** *Здійснене дослідження підтверджує актуальність інтеграції інноваційних методів навчання у систему підготовки бакалаврів і магістрів за спеціальністю «Фізична культура і спорт». Результати дослідження свідчать про ефективність поєднання теоретичної підготовки з практичними аспектами навчання шляхом інтеграції сучасних ІТ-рішень, що створює передумови для формування висококваліфікованих, конкурентоспроможних фахівців, здатних адаптуватися до умов динамічного професійного середовища.*

Ключові слова: *фізична культура і спорт, студенти, інноваційні методи, дистанційне навчання, інтерактивні технології, професійна компетентність.*

Tyshchenko Valeria, Ivanenko Stanislav, Kharchenko-Baranetska Ludmyla, Kovalchuk Lidiia, Konarova Tetiana Innovative Methods of Training Bachelors and Masters in the Field of Physical Culture and Sports. *The article is dedicated to exploring innovative methods of training bachelors and masters in the specialty "Physical Culture and Sports" within the context of the modern educational paradigm.* ***The aim of the study*** *is to investigate contemporary interactive methods of distance learning aimed at organizing and effectively managing educational activities to enhance the training quality of bachelors and masters in the specialty 017 "Physical Culture and Sports." The research tasks were addressed using theoretical* ***research methods*** *such as analysis, systematization, classification of educational and methodological literature; analysis of pedagogical documentation; pedagogical observation; and content analysis of educational programs and methodological support.* ***Research Results.*** *The study substantiates the importance of implementing interactive technologies, digital platforms, and distance learning for developing students' professional competencies. Key tools such as Moodle, Google Classroom, Zoom, Microsoft Teams, and Mentimeter are examined, highlighting their role in ensuring the adaptability of the educational process, fostering critical thinking, individualizing learning, and enhancing interactive engagement. The importance of integrating theoretical knowledge with practical training is emphasized, particularly through the use of platforms for group work, gamification, and automated testing.* ***Conclusions.*** *The study confirms the relevance of integrating innovative teaching methods into the system of training bachelors and masters in the specialty "Physical Culture and Sports." The findings demonstrate the effectiveness of combining theoretical preparation with practical aspects of education through the integration of modern IT solutions. This approach creates prerequisites for developing highly qualified, competitive professionals capable of adapting to the conditions of a dynamic professional environment.*

Keywords: *physical culture and sports, students, innovative methods, distance learning, interactive technologies, professional competence.*

Постановка проблеми. В умовах сучасного суспільства, що характеризується швидкими соціально-економічними змінами, глобалізацією та технологічними інноваціями, виникає необхідність оновлення підходів до підготовки фахівців у сфері фізичної культури і спорту. Підвищення якості освіти, розвиток професійної компетентності та готовності бакалаврів до вирішення складних завдань в умовах динамічного освітнього та спортивного середовища є ключовими завданнями сучасної системи освіти.

Інноваційні методи підготовки дозволяють створити гнучку, адаптивну модель навчання, яка відповідає викликам сьогодення. Впровадження таких методів, як інтерактивні технології, гейміфікація, модульне навчання, використання цифрових платформ та елементів доповненої реальності, сприяє формуванню у студентів критичного мислення, самостійності та здатності до прийняття рішень у нестандартних ситуаціях. Крім того, зміни в парадигмі освіти, зокрема перехід до компетентнісного підходу та інтеграція теоретичних знань із практичною підготовкою, акцентують увагу на необхідності оновлення традиційних методів навчання, що особливо важливо для майбутніх бакалаврів фізичної культури і спорту, які мають бути готовими до роботи з різними віковими категоріями, впровадження сучасних оздоровчих технологій, організації масових спортивних заходів і застосування інноваційних рішень у професійній діяльності.

У статті Літвинової В.В. і Колот Н.М. обговорюються особливості викладання медико-біологічних дисциплін для студентів спеціальності «Фізична культура і спорт» [4]. Підкреслено важливість використання інтерактивних форм навчання та комп'ютерних технологій для полегшення розуміння складних біологічних процесів, що сприяє підвищенню якості освіти.

Дослідники аналізують інноваційні методи викладання фізичної культури у закладах вищої освіти [2], та наголошують на важливості мотиваційного механізму та пропонують використання здоров'язбережувальних, особистісно-орієнтованих та інформаційно-комунікативних технологій для підвищення інтересу студентів до занять фізичною культурою.

Низка вчених наголосила, що недостатня рухова активність студентів є серйозною проблемою, адже підготовка бакалаврів з фізичної культури повинна включати ефективні способи формування мотивації у студентів через інноваційні методи навчання [3].

Аналітиками Н. Бишевець, Н. Гончарової та М. Родіоненка розглядаються впровадження оптимізаційних завдань у підготовку студентів [1]. Автори зазначають, що використання комп'ютерного моделювання та інформаційних технологій сприяє підвищенню ІТ-компетентності майбутніх фахівців, що є важливим аспектом сучасної освіти. Таким чином,

дослідження інноваційних методів підготовки бакалаврів у сфері фізичної культури і спорту є актуальним і спрямоване на вдосконалення освітнього процесу, формування конкурентоспроможних фахівців, здатних ефективно працювати в умовах сучасного ринку праці [5, 6].

Мета дослідження – дослідити сучасні інтерактивні методи дистанційного навчання, спрямовані на організацію та ефективне управління навчальною діяльністю для підвищення рівня підготовки бакалаврів і магістрів спеціальності 017 Фізична культура і спорт.

У процесі вирішення завдань застосовувались теоретичні **методи дослідження**: аналіз, систематизація, класифікація навчально-методичної літератури; метод аналізу педагогічної документації; педагогічного спостереження; контент-аналіз навчальних програм та методичне забезпечення навчального процесу.

Виклад основного матеріалу дослідження. У контексті сучасних освітніх підходів, орієнтованих на інтерактивність, персоналізацію та адаптивність навчального процесу, платформа Quizizz займає ключове місце як інструмент для проведення тестування й забезпечення самоперевірки знань. Її функціональні можливості не лише підвищують мотивацію студентів, але й створюють умови для глибшого засвоєння навчального матеріалу за рахунок інтерактивної взаємодії.

Quizizz дозволяє створювати тестові завдання у вигляді гейміфікованого контенту, де кожен елемент, включаючи зворотний зв'язок, подається у динамічному, залучаючому форматі. Такий підхід є особливо ефективним для студентів спеціальності «Фізична культура і спорт», оскільки дозволяє інтегрувати в завдання візуальні та аудіоматеріали, наприклад, відеоаналіз техніки виконання вправ чи графічні моделі тренувань.

Завдяки функції асинхронного проходження тестів, студенти можуть виконувати завдання у зручний для них час, що сприяє розвитку навичок самоконтролю та самостійності, необхідних для майбутніх фахівців, які будуть працювати в умовах автономного прийняття рішень. Платформа дозволяє викладачеві налаштовувати завдання відповідно до рівня підготовки студентів, наприклад, створюючи окремі тести для бакалаврів і магістрів. Такий підхід забезпечує диференційоване навчання та сприяє більш ефективному засвоєнню знань.

Quizizz надає миттєву інформацію про правильність відповідей, що дозволяє студентам одразу ідентифікувати прогалини у своїх знаннях. Викладач також отримує аналітику результатів, яка дозволяє оцінити загальний рівень підготовки групи та адаптувати подальший навчальний процес. Використання елементів гри, таких як рейтинги, аватари та змагальні таблиці, значно підвищує зацікавленість студентів. Змагання між студентами стимулює їх до кращого засвоєння матеріалу, зберігаючи при цьому елемент здорової конкуренції.

Quizizz легко інтегрується з популярними інструментами управління навчальним процесом, такими як Google Classroom і Moodle, що дозволяє організувати комплексний підхід до тестування та моніторингу результатів. Платформа підтримує створення різних типів запитань, включаючи множинний вибір, відповідність, відкриті відповіді та зображення, що робить її універсальним інструментом для перевірки як теоретичних знань (наприклад, основ фізіології та анатомії), так і практичних навичок (наприклад, аналіз тренувальних програм).

Quizizz дозволяє оцінювати знання студентів не лише у традиційних дисциплінах, але й у спеціалізованих курсах, таких як теорія та методика тренувань, основи спортивної медицини чи організація спортивних заходів. Використання платформи сприяє формуванню критичного мислення, швидкого прийняття рішень та глибокого розуміння ключових аспектів професійної діяльності. Таким чином, Quizizz є не лише інструментом для тестування, а й важливим компонентом формування інтерактивного навчального середовища, яке сприяє підвищенню ефективності освітнього процесу та підготовці висококваліфікованих фахівців у галузі фізичної культури і спорту.

Kahoot також є однією з найпопулярніших цифрових платформ для інтерактивного навчання, яка поєднує гейміфікацію, адаптивність і миттєвий зворотний зв'язок. Використання цієї платформи в освітньому процесі бакалаврів і магістрів за спеціальністю «Фізична культура і спорт» відкриває нові можливості для підвищення зацікавленості студентів, глибшого засвоєння матеріалу та формування практичних компетентностей.

Kahoot дозволяє створювати інтерактивні вікторини, що включають елементи змагання. Наприклад, під час вивчення анатомії студенти можуть змагатися за швидкість і точність у визначенні назв м'язів чи кісток, отримуючи бали за кожну правильну відповідь. Такий формат стимулює залучення та підвищує інтерес до вивчення складних тем.

Використовуючи різні типи завдань (тести, опитування, відкриті запитання), Kahoot сприяє не лише перевірці знань, але й інтерактивному обговоренню. Наприклад, викладач може створити опитування для аналізу сучасних трендів у фізичній культурі, стимулюючи студентів до дискусії.

Kahoot дозволяє викладачеві адаптувати завдання під рівень підготовки студентів. Наприклад, для студентів можна створювати вікторини, що включають кейс-завдання з розробки тренувальних програм або аналізу їхньої фізичної активності. У вікторині можуть бути представлені завдання, пов'язані з визначенням розташування м'язів, функцій органів чи фізіологічних процесів під час тренувань.

Використання Kahoot для створення завдань із кількома правильними відповідями сприяє розвитку аналітичних навичок. Наприклад, студентам може бути запропоновано обрати найбільш ефективні методи відновлення після тренування з кількох можливих варіантів. Також доступними є завдання на визначення найефективніших методів підготовки для досягнення конкретних спортивних результатів; створення інтерактивних вікторин з історичних аспектів розвитку олімпійських ігор або національних спортивних традицій; аналіз кейсів із розробки логістики та управління спортивними подіями через опитування чи тестові завдання.

Платформа Mentimeter є одним із найсучасніших цифрових інструментів для забезпечення інтерактивності в освітньому процесі. Її функціонал орієнтований на створення інтерактивних презентацій, опитувань та миттєвий зворотний зв'язок між викладачами та студентами, що робить її надзвичайно ефективною у навчанні студентів за спеціальністю «Фізична культура і спорт».

Платформа дозволяє проводити інтерактивні опитування, тести, обговорення та голосування під час лекцій або семінарів у режимі реального часу. Наприклад, під час лекції з біомеханіки студентам можуть бути запропоновані питання щодо оптимальних кутів руху в різних видах фізичних вправ. Їхні відповіді з'являються на екрані у вигляді графіків або діаграм, що візуалізує результати для всіх учасників. Завдяки можливості анонімної участі, студенти почуваються комфортніше під час відповіді на питання, особливо якщо мова йде про складні теми, наприклад, аналіз фізіологічних реакцій організму на різні тренувальні навантаження.

Визначені підходи орієнтовані на практичну спрямованість і враховують специфіку спеціальності 017 Фізична культура і спорт, забезпечуючи підготовку висококваліфікованих бакалаврів і магістрів.

Висновки. Проведене дослідження підтверджує актуальність впровадження інноваційних методів у підготовку бакалаврів і магістрів спеціальності 017 Фізична культура і спорт. У сучасних умовах цифровізації освіти та глобальних змін в освітній парадигмі використання інтерактивних технологій, дистанційних платформ і гейміфікованих підходів сприяє підвищенню якості навчання, формуванню професійної компетентності та адаптації студентів до викликів сучасного ринку праці.

Впровадження інноваційних підходів у підготовку фахівців з фізичної культури і спорту сприяє формуванню конкурентоспроможних фахівців, здатних відповідати вимогам сучасного суспільства. Подальші дослідження у цій галузі можуть бути спрямовані на вдосконалення методик використання цифрових платформ та їх інтеграцію у практичну діяльність майбутніх спеціалістів.

Література

1.Бишевець Н., Гончарова Н., Родіоненко М. (2020). Інноваційні підходи до удосконалення освітнього процесу майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. № 4. С.78-85.

2.Ваколюк А., Шелюк В., Симонович Н. (2021). Інноваційні технології у системі фізичного виховання здобувачів вищої освіти. Інноватика у вихованні. № 14. С. 128-134.

3.Захарова О.В., Мотузенко Т.Є., Махно В.В. (2022). Заняття з фізичного виховання у процесі розв'язання проблеми дефіциту рухової активності студентської молоді. Наукові записки. Серія: Педагогічні науки, 206. С.133-140

4.Літвинова В. В., Колот Н. М. (2018). Вивчення анатомії людини у світлі нових інформаційних технологій. Проблеми та перспективи // Міжнародний журнал експериментальної освіти. № 10. С. 173-175.

5.Тищенко Д. Г., Тищенко В. О., Іваненко С. В., Андронов В. М., & Апанасенко А. В. (2023). Інтерактивні технології дистанційного навчання. Фізичне виховання та спорт. № 3. С. 54-62.

6.Тищенко В.О., Соколова О.В. (2024). До питання вдосконалення викладання дисципліни «Методологія і організація наукових досліджень у фізичному вихованні і спорті». Фізичне виховання та спорт. № 1. С. 113-119.

References

1. Byshevets N., Goncharova N., Rodionenko M. (2020). Innovative approaches to improving the educational process of future specialists in physical culture and sports. Theory and methods of physical education and sports. No. 4. P.78-85.

2. Vakolyuk A., Shelyuk V., Symonovich N. (2021). Innovative technologies in the system of physical education of higher education students. Innovation in education. No. 14. P. 128-134.

3. Zakharova O.V., Motuzenko T.E., Makhno V.V. (2022). Physical education classes in the process of solving the problem of the deficit of motor activity of student youth. Scientific notes. Series: Pedagogical sciences, 206. P.133-140

4. Litvynova V.V., Kolot N.M. (2018). Studying human anatomy in the light of new information technologies. Problems and prospects // International Journal of Experimental Education. No. 10. P. 173-175.

5. Tyshchenko D. G., Tyshchenko V. O., Ivanenko S. V., Andronov V. M., & Apanasenko A. V. (2023). Interactive technologies of distance learning. Physical education and sports. No. 3. P. 54-62.

6. Tyshchenko V.O., Sokolova O.V. (2024). On the issue of improving the teaching of the discipline "Methodology and organization of scientific research in physical education and sports". Physical education and sports. No. 1. P. 113-119.