

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Рівненський державний гуманітарний університет

**ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА, СПОРТ І
РЕАБІЛІТАЦІЯ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ**

Збірник наукових праць

ВИПУСК 16

РІВНЕ – 2025

**Фізична культура, спорт і реабілітація в закладах освіти:
Збірник наукових праць. Рівне : ГО СОМ-ЦЕНТР, 2025.
Випуск 16. 316 с.**

У збірнику вміщено наукові праці викладачів, вчених, аспірантів, вчителів-методистів, вчителів-новаторів, здобувачів вищої освіти галузі фізичної культури та спорту України

Збірник статей буде корисним для вчителів і викладачів фізичного виховання, спортсменів, усіх, хто цікавиться сучасними проблемами розвитку фізичного виховання та спортивного тренування

Редакційна колегія:

доктор філософії, доцент Тетяна ГОГОЛЬ

кандидат педагогічних наук, доцент Анатолій КАШУБА

кандидат педагогічних наук, доцент Вадим КІНДРАТ

кандидат педагогічних наук, доцент Володимир КОВАЛЬСЬКИЙ

Відповідальність за інформаційну достовірність поданих матеріалів у наукових працях несуть автори публікацій

ЗМІСТ

Бутенко Т. В. ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА У СПОРТІ ТА ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ	8
Василюк В. М., Гаврилюк М. А. МЕТОДИКА ТРЕНУВАЛЬНОГО ЦИКЛУ ДЛЯ АМАТОРСЬКИХ ФУТБОЛЬНИХ КОМАНД З МЕТОЮ ПОКРАЩЕННЯ ТЕХНІЧНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ ГРАВЦІВ.....	28
Василюк В. М., Гаркавий А. О. СУЧАСНІ МЕТОДИ ТРЕНУВАННЯ УЧНІВ 13-15 РОКІВ ВПРАВАМИ ЄДИНОБОРСТВ	35
Василюк В. М., Корнецький В. С. ВИБРАНІ ПАРАМЕТРИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ У ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ В 12-14 РОКІВ.....	43
Василюк В. М., Михальчук С. М. ІНДИВІДУАЛІЗОВАНИЙ ПІДХІД У ТРЕНУВАННІ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ФУТБОЛІСТІВ НА СТАДІЇ ПОЧАТКОВОЇ СПЕЦІАЛІЗАЦІЇ.....	35
Василюк В. М., Плебанський В. І. УДОСКОНАЛЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ТРЕНЕРІВ В ПРОЦЕСІ ВИВЧЕННЯ СПОРТИВНИХ ДИСЦИПЛІН.....	50
Власюк Г. І. АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ НАПАДАЮЧОГО УДАРУ У ВОЛЕЙБОЛІ.....	56
Власюк Г. І., Войтина В. П. ЗМІСТОВНЕ НАПОВНЕННЯ САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	66
Власюк Г. І., Одарчук М. О. ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	75
Власюк Г. І., Сеньчук О. С. ЗНАЧЕННЯ РОЗВИТКУ ВИТРИВАЛОСТІ У ВОЛЕЙБОЛІ.....	82

Власюк Г. І., Сергійчук К. О. ЗАСТОСУВАННЯ ЦИФРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ НА УКРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ.....	92
Власюк Г. І., Ходорчук Б. В. ВИЗНАЧЕННЯ ЧИННИКІВ ВПЛИВУ НА ПРОФЕСІЙНУ-ПРИКЛАДНУ ФІЗИЧНУ ПІДГОТОВКУ.....	98
Гоголь Т. В. УПРАВЛІНСЬКІ ТА ЛОГІСТИЧНІ ПІДХОДИ В ОРГАНІЗАЦІЇ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ.....	108
Давидюк І. В. ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА ВЧИТЕЛЯ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ НА ОСНОВІ ПЕДАГОГІЧНИХ АСПЕКТІВ РЕФЛЕКСІЇ.....	116
Дутчак В. В. РОЗВИТОК ЗАГАЛЬНОЇ ВИТРИВАЛОСТІ У ТРЕНУВАННІ ЛЕГКОАТЛЕТІВ.....	122
Кашуба А. А., Вашай Д. Р. ФОРМУВАННЯ ТЕХНІЧНИХ НАВИЧОК ГРИ У СОФТБОЛ У ДІВЧАТ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ.....	125
Кашуба А. А., Гаврильчик В. В. ЗНАЧЕННЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИХ ЧИННИКІВ У ПРОФЕСІЙНОМУ РОЗВИТКУ ТРЕНЕРА ДИТЯЧО-ЮНАЦЬКОГО СПОРТУ.....	129
Кашуба А. А., Іваницький Н. Я. ЗАСТОСУВАННЯ ЗАСОБІВ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ ДЛЯ ВДОСКОНАЛЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ СТАРШОКЛАСНИКІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ФУТБОЛОМ.....	138
Кашуба А. А., Омельчук В. П. ВПЛИВ РЕГУЛЯРНИХ ЗАНЯТЬ ФУТБОЛОМ НА МОРФОФУНКЦІОНАЛЬНИЙ СТАН ОРГАНІЗМУ ЧОЛОВІКІВ У ПЕРШОМУ ПЕРІОДІ ЗРІЛОГО ВІКУ.....	141
Ковальський В. В., Вишняк О. М. РОЗВИТОК СПЕЦІАЛЬНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ЮНИХ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ У ПЕРІОД ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ	145

Ковальський В. В., Гуральчук В. В.	ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я ЧОЛОВІКІВ ДРУГОГО ЗРІЛОГО ВІКУ ПІД ВПЛИВОМ ЗАНЯТЬ ОЗДОРОВЧИМ БІГОМ.....	154
Ковальський В. В., Древецький І. І.	ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ РОЗВИТКУ РУХОВИХ ЯКОСТЕЙ У ДІТЕЙ НУШ НА ЕТАПІ АДАПТАЦІЇ ІЗ ВИКОРИСТАННЯМ ДИФЕРЕНЦІАЛЬНОГО ПІДХОДУ	159
Ковальський В. В., Олексієвець О. О.	РОЗВИТОК МОТИВАЦІЇ ДО ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ В УЧНІВ ЗЗСО СІЛЬСЬКОЇ МІСЦЕВОСТІ.....	163
Ковальський В. В., Трофимчук В. В.	ФОРМУВАННЯ КООРДИНАЦІЙНИХ УМІНЬ У ДІТЕЙ ПОЧАТКОВОГО РІВНЯ БАЗОВОЇ ОСВІТИ НУШ ЗА ДОПОМОГОЮ БАСКЕТБОЛУ ...	171
Панчук А. П., Гасянок М. А.	УДОСКОНАЛЕННЯ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ-ПОЖЕЖНИКІВ У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....	179
Панчук А. П., Панчук І. В., Грицаюк І. І.	УДОСКОНАЛЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ФІТНЕС-ТРЕНЕРА У МЕЖАХ СТВОРЕННЯ КОРПОРАТИВНОЇ КНИГИ СПОРТИВНОГО ЦЕНТРУ.....	184
Панчук А. П., Панчук І. В., Шеретюк Ю. В.	ВПЛИВ ФІТНЕС-ТРЕНУВАНЬ НА ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ СТАН ЖІНОК ДРУГОГО ЗРІЛОГО ВІКУ.....	192
Панчук А. П., Шилан М. В.	ЗАСТОСУВАННЯ ДІЯЛЬНІСНОГО ПІДХОДУ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В УМОВАХ НУШ.....	200
Панчук А. П., Ярмошук О. О., Ярош В. С.	ВПЛИВ АНАЛІТИКИ ДАНИХ НА ФОРМУВАННЯ ІГРОВИХ СТРАТЕГІЙ У КОМАНДНИХ ВИДАХ СПОРТУ.....	206
Семенович С. В., Мартинчук П. М.	ОСОБЛИВОСТІ ЕТАПУ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ ТА СИСТЕМА	

КОНТРОЛЮ СПЕЦІАЛЬНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTI ПАУЕРЛІФТЕРІВ.....	215
Семенович С. В., Сорочук Д. О. РОЛЬ ТРЕНЕРІВ У ВИХОВАННІ ЗДОРОВОЇ ПОВЕДІНКИ ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ.....	227
Семенович С. В., Тарасюк О. І. СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО СОЦІАЛІЗАЦІЇ ВЕТЕРАНІВ ВІЙНИ З ІНДВАЛІДНІСТЮ ЗА ДОПОМОГОЮ АДАПТИВНОГО СПОРТУ.....	234
Семенович С. В., Тимофіюк А. П. СОЦІАЛЬНА АДАПТАЦІЯ ВЕТЕРАНІВ ВІЙНИ В СУЧАСНИХ УМОВАХ ЗАСОБАМИ АДАПТИВНОГО СПОРТУ.....	240
Чалій Л. В. ТУРИЗМ ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ ГРОМАДЯНСЬКОЇ СВІДОМОСТІ ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	247
Чалій Л. В., Близнюк С. В. ВПЛИВ ЗАНЯТЬ У СЕКЦІЇ НА СТАН ЗДОРОВ'Я ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	255
Чалій Л. В., Лисенко Є. В. АНАЛІЗ СТРУКТУРИ КОМПЛЕКСНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ У СПОРТИВНОМУ ОРІЄНТУВАННІ.....	265
Чалій Л. В., Холод Н. М. ОСОЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ТРЕНЕРА У СУЧАСНИХ УМОВАХ.....	270
Чалій Л. В., Шимко П. О. СУЧАСНІ ВИКЛИКИ ТА УМОВИ ФУНКЦІОНУВАННЯ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМУ (СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНІ, БЕЗПЕКОВІ, ЕКОЛОГІЧНІ, ЛОГІСТИЧНІ АСПЕКТИ).....	286
Шелюк В. О., Драганчук В. В. ПОКРАЩЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ БОРЦІВ НА ПОЧАТКОВОМУ ЕТАПІ ТРЕНУВАНЬ.....	296
Шелюк В. О., Кібукевич В. В. ВДОСКОНАЛЕННЯ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ У ПІДЛІТКІВ ЗАСОБАМИ ВОЛЕЙБОЛУ	300

Шелюк В. О., Приходько А. В. ЗАНЯТТЯ БАСКЕТБОЛОМ ЯК ЗАСІБ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ У ПІДЛІТКІВ 5-6 КЛАСІВ НУШ.....304

Шелюк В. О., Собчук О. М. АЛГОРИТМ ПОБУДОВИ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ ЮНИХ СТИБУНІВ У ДОВЖИНУ: ПЕДАГОГІЧНІ ТА ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ..308



5. Прозар М. В., Козак Є. П. Теорія і методика викладання спортивних ігор (волейбол) : навчальний посібник [для факультетів фіз. вих. і сп. вищих навч. закладів III – IV рівнів акредитації]. Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друкарня рута», 2015. С. 98-193.

6. Gerard Moras Feliu. Guia de voleibol de la A.E.A.B. guir oficial de ia Asociacion de Entrenadores Americanos de voleibol. Barcelona, 1992. 468p.

7. Sohnlein Q, Muller E, Stoggl T.L. The effect of 16-week plyometric training on explosive actions in early to mid-puberty elite soccer players. J Strength Cond Res. 2014;28(8):2105-2114.

8. Lyttle A.D., Wilson G.H., Ostrowski K.J. Enhancing performance. Maximal power versus combined weights and plyometrics training. J Strength Cond Res. 1995;10:173-179.

9. Jarvis M.M., Graham-Smith P, Comfort P. A methodological approach to quantifying plyometric intensity. J Strength Cond Res. 2014. Ahead of printNeeds an epub ahead of print citation.

10. Saez de Villarreal E, Requena B, Newton RU. Does plyometric training improve strength performance? A meta-analysis. J Sci Med Sport. 2010;13(5):513-522.

11. Vissing K, Brink M, Lonbro S, et al. Muscle adaptations to plyometric vs. resistance training in untrained young men. J Strength Cond Res. 2008;22(6):1799-1810.

12. Ernst G, Moore J, VanLunen B, Ball D. Pondering plyometrics. J Orthop Sports Phys Ther. 1997;25(5):350-352.

Власюк Г. І., канд. пед. наук, доцент

Сергійчук К.О., здобувач ступеня в/о «Магістр» II курсу

ЗАСТОСУВАННЯ ЦИФРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Анотація. У статті розглянуто проблему впровадження мобільних і цифрових технологій у сучасний освітній процес, зокрема у підготовку студентів спеціальності «Фізична культура». Наголошено, що традиційні аудиторні заняття дедалі частіше

доповнюються або замінюються телекомунікаційними технологіями, мобільними додатками та електронними засобами навчання. Проаналізовано переваги мобільного навчання, яке забезпечує доступ до інформації, підвищує пізнавальну активність студентів, сприяє формуванню дослідницьких навичок та індивідуалізації освітнього процесу. Висвітлено застосування популярних фітнес-додатків (Google Fit, MyFitnessPal, Polar Flow) у контролі фізичної активності та оцінюванні функціонального стану здобувачів освіти. Окрему увагу приділено інтерактивним методам навчання, які підвищують ефективність уроків фізичної культури за рахунок активної взаємодії учнів. Підкреслено, що цифрові інструменти значно розширюють можливості викладання, проте потребують відповідної технічної бази, підготовки педагогів та забезпечення рівного доступу учнів до технологій. У підсумку зроблено висновок про важливість інтеграції мобільних і мультимедійних засобів у навчальний процес як ефективного засобу модернізації фізичного виховання в умовах Нової української школи.

Ключові слова: мобільні технології, цифровізація освіти, фізична культура, мобільні інструменти, індивідуалізація навчання, освітні інновації, Нова українська школа.

Постановка проблеми. Останніми роками у багатьох закладах вищої освіти традиційні аудиторні заняття частково замінюються телекомунікаційними технологіями. Для їх ефективного використання необхідна інтеграція електронних засобів навчання, таких як мультимедійні лекції, комп'ютерні тренінги, інтерактивні програми, ІР-хелпінг, електронне тестування на основі автоматизованого формування індивідуальних завдань.

Залучення мобільних технологій та спеціальних навчальних мобільних додатків суттєво підвищує пізнавальну активність та інтелектуальну діяльність студентів, сприяє засвоєнню знань та формуванню широкого світогляду. Мобільне навчання передбачає використання смартфонів та портативних пристроїв як інструментів доступу до навчальної інформації (Kraut, R., 2013).

Ефективність мобільних технологій полягає в можливості їх застосування на всіх етапах навчального заняття — від пояснення нового матеріалу до підсумкового контролю. Смартфон із відповідним додатком стає універсальним засобом підтримки навчання: джерелом інформації, тренажером, інструментом контролю й діагностики.

Аналіз вітчизняних та зарубіжних досліджень підтверджує, що щороку створюється значна кількість електронних навчальних програм, які підвищують ефективність навчального процесу завдяки швидким розрахункам, зручній візуалізації результатів, активізації образного мислення, розвитку пам'яті та можливості організації нестандартних навчальних ситуацій.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У сучасному освітньому процесі широко використовуються інтерактивні методи, які забезпечують вищий рівень засвоєння знань порівняно з традиційними. Вибір конкретної технології залежить від навчальної дисципліни, мети заняття, професійних уподобань викладача та особливостей студентського контингенту.

Багато досліджень (Москаленко Н.В., Власюк О.О., Степанова І.В., Шиян О.В. 2011) доводять, що використання мобільних додатків у навчанні допомагає подолати комунікативні бар'єри, формувати дослідницькі навички, підвищувати мотивацію та розвивати мислення. Праці Золотарьової І. О., Труш А. М. (2015), Iqbal S., Khan M., Malik I. (2017), Oliver P. G., Clayes E. (2015) та інших демонструють різні аспекти інтеграції мобільного навчання у освітній процес.

Сьогодні освітнє середовище дедалі активніше використовує інтернет-технології та мобільні пристрої, що робить питання їх упровадження в навчання студентів спеціальності «фізична культура» особливо актуальним.

Мета дослідження: проаналізувати сучасні мобільні технології, які активно застосовуються в освіті, та визначити умови й фактори їх ефективного використання.

Виклад основного матеріалу дослідження. Фізична культура відіграє вагомий роль у навчальному процесі, оскільки

забезпечує гармонійний фізичний і психологічний розвиток школярів. Реформи, що реалізуються в межах Нової української школи (НУШ), спрямовані на впровадження сучасних та інноваційних методів навчання, зокрема інтеграцію цифрових технологій. Такий підхід не лише підвищує результативність уроків фізичної культури, а й розширює спектр компетентностей, необхідних здобувачам освіти в умовах сучасного інформаційного суспільства [3].

Одним із ключових положень НУШ є компетентнісний підхід, що робить акцент на практичному застосуванні знань. Використання цифрових технологій на уроках фізичної культури створює додаткові можливості для інтерактивного, диференційованого та персоналізованого навчання. Мобільні додатки для відстеження рухової активності дають змогу учням контролювати власну діяльність, оцінювати досягнення та разом із педагогом формувати індивідуальні тренувальні плани.

Популярні додатки для підтримання здорового способу життя, наприклад Google Fit чи MyFitnessPal, стали поширеним інструментом завдяки простоті використання. Вони дозволяють учням фіксувати рівень фізичної активності, аналізувати раціон, контролювати водний баланс та створювати власні плани занять. Урочна діяльність, доповнена такими цифровими інструментами, стає більш сучасною, мотивуючою та інтерактивною [4].

Завдяки застосунку Polar Flow учні та вчитель можуть у режимі реального часу оцінювати реакцію організму на фізичне навантаження та контролювати частоту серцевих скорочень. Окрім того, цей додаток забезпечує детальну аналітику щодо тренувального процесу, дозволяючи коригувати програми занять відповідно до фізичного стану й індивідуальних можливостей учня [5].

Попри значні переваги цифрових інструментів, їх застосування має певні обмеження. Зокрема, необхідність наявності особистих мобільних пристроїв, можливі витрати на підписки, ризик відволікання учнів на сторонній контент та зниження моторної щільності уроку.

Водночас головною перевагою мобільних додатків залишається можливість індивідуалізації навчального процесу. Учні можуть добирати програми відповідно до власного рівня підготовленості, інтересів і цілей, що формує більш усвідомлене ставлення до фізичного розвитку. Важливо, щоб учитель грамотно інтегрував застосунки у навчальну діяльність, поєднуючи цифрові технології з традиційними засобами фізичного виховання.

Сучасні цифрові пристрої, зокрема фітнес-браслети та смарт-годинники, відкривають додаткові можливості для контролю й аналізу фізичної активності школярів. Показники кроків, дистанції чи витрачених калорій дозволяють оцінювати інтенсивність занять і коригувати навантаження відповідно до рівня фізичної підготовки [6]. Збирання та аналіз цих даних забезпечує більш точний підхід до формування індивідуальних програм, сприяє об'єктивному оцінюванню прогресу та підсилює особистісно орієнтований характер навчання [4, 7].

Інтерактивні методи навчання виступають вагомим інструментом підвищення ефективності уроків фізичної культури. Вони ґрунтуються на активній взаємодії всіх учасників освітнього процесу (О. Качан, В. Пристинський) і сприяють розвитку навичок співпраці, відповідальності та комунікації. Їх застосування реалізується через рольові та ділові ігри, моделювання життєвих ситуацій, групові проєкти, колективне обговорення та різноманітні інтерактивні вправи [5, 7-9].

Наприклад, рольові ігри допомагають учням опанувати правила спортивних ігор і вдосконалити технічні навички; метод «мозкового штурму» використовується для вивчення питань здорового способу життя та спортивної етики; групові проєкти сприяють розвитку організаційних здібностей і командної роботи; ігрові змагання стимулюють інтерес і підвищують мотивацію до занять.

Висновки. Застосування мультимедійних презентацій і відеоматеріалів робить уроки більш наочними та динамічними, а демонстрація правильного виконання рухів сприяє кращому розумінню технічних елементів. Використання технологій

віртуальної реальності забезпечує новий формат фізичної активності, дозволяючи проводити заняття в інтерактивних середовищах, що особливо приваблює учнів [3; 10].

Разом із перевагами цифровізація вимагає вирішення низки проблем: забезпечення рівного доступу до технічних засобів, модернізації матеріальної бази закладів освіти, підготовки педагогів до роботи з новими технологіями, а також подолання можливих фізіологічних та технічних обмежень, пов'язаних із використанням VR-технологій.

Список використаних джерел

1. Золотарьова І. О., Труш А. М. Застосування мобільного навчання в системі освіти. Системи обробки інформації, 2015, № 4, С. 147–150. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/soi_2015_4_32.
2. Карпюк Р. П. Концептуальні засади сучасної парадигми якості вищої фізкультурної освіти. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт), 2015, т. 3, вип. 2, С. 153–156. Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_015_2015_3\(2\)_51](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_015_2015_3(2)_51)
3. Москаленко Н.В, Власюк О.О., Степанова І.В., Шиян О.В. Інноваційні технології у фізичному вихованні школярів: навч. посіб. Дніпропетровськ: Інновація, 2011. 238 с.
4. Кібальник О.Я. Застосування фітнес-технології для підвищення рухової активності та фізичної підготовленості підлітків: автореф. дис. кан. наук з фіз. вих.: 24.00.02. Львів, 2008. 20 с.
5. Качан О.А., Пристинський В.М. Інформаційно-комунікаційні та рухливо-пізнавальні технології у фізичному вихованні дітей і підлітків: навч.-метод. посіб. Слов'янськ : вид-во Б.А. Маторіна, 2018. 260 с.
6. Рибалко П.М. Особливості професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до подальшої фахової діяльності. Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. Суми, 2019. С. 35–44.

7. Kraut, R. UNESCO policy guidelines for mobile learning. Paris: UNESCO, 2013. 41 p.

8. Oliver, Paul G., Claves, E. Issues of Using Information Communication Technologies in Higher Education. 2015. Available at SSRN: <https://doi.org/10.2139/ssrn.2567358>.

9. Zeide, E. Education Technology and Student Privacy. The Cambridge Handbook of Consumer Privacy, 2018, P. 70–84. Available at SSRN: <https://ssrn.com/abstract=3145634>.

Власюк Г. І., канд. пед. наук, доцент
Ходорчук Б. В., здобувач ступеня в/о «Магістр» II курсу

ВИЗНАЧЕННЯ ЧИННИКІВ ВПЛИВУ НА ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНУ ФІЗИЧНУ ПІДГОТОВКУ

Анотація. У статті зосереджено увагу на змісті професійно-прикладної фізичної підготовки здобувачів вищої освіти, яка має враховувати умови праці. У деяких професіях діяльність здійснюється в несприятливому середовищі, що вимагає попередньої психофізіологічної адаптації. Завдяки спеціально організованій підготовці можна розвивати не тільки фізичні, а й психологічні якості — увагу, точність рухів, швидкість реакції, витривалість до стресу.

Автори зазначають, що сучасний соціальний і науково-технічний прогрес не знімає потребу людини в постійному вдосконаленні своїх професійних здібностей, що нерозривно пов'язані з фізичним розвитком. Оскільки проблема визначення нормативних критеріїв професійно-прикладної фізичної підготовки наразі розв'язана лише частково в силу великої кількості професій, що постійно змінюються й оновлюються, тому залишається актуальність масштабності досліджень у цій сфері.

Ключові слова: фізична підготовка, здобувачі вищої освіти, професійна підготовка, прикладні види спорту.

Постановка проблеми. Дослідники стверджують, що ефективність навчання та оволодіння професійними навичками в стислий час залежить від індивідуальних здібностей. При цьому