

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ
І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ**
ГУМАНІТАРНО-ПЕДАГОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ
КАФЕДРА УПРАВЛІННЯ ТА ОСВІТНІХ ТЕХНОЛОГІЙ

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
ЩОДО ПІДГОТОВКИ ТРЕНЕРІВ-ВИКЛАДАЧІВ
СПЕЦІАЛІЗОВАНИХ ЗАКЛАДІВ ОСВІТИ
ДО ЗАСТОСУВАННЯ ІННОВАЦІЙНИХ ОСВІТНІХ
ТЕХНОЛОГІЙ
У НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ

(для викладачів, тренерів-викладачів, здобувачів освіти та науково-педагогічних працівників)

Київ-2026

У методичних рекомендаціях розкривається сутність та специфіка застосування інноваційних освітніх технологій у процесі підготовки тренерів-викладачів спеціалізованих закладів освіти, зокрема дитячо-юнацьких спортивних шкіл. Обґрунтовано методичні підходи до формування професійної готовності тренерів-викладачів до використання сучасних педагогічних, цифрових та інтерактивних технологій у навчально-тренувальній діяльності.

Особливу увагу приділено застосуванню інформаційно-комунікаційних технологій змішаного та дистанційного навчання, використанню цифрових платформ, відеоаналізу та інноваційних методів організації тренувального процесу. Запропоновані методичні рекомендації спрямовані на формування професійної компетентності тренерів-викладачів, розвиток їхньої цифрової грамотності, здатності до проєктування навчально-тренувального процесу та підвищення ефективності підготовки спортсменів.

Матеріали рекомендацій сприяють розвитку педагогічної майстерності тренерів-викладачів, формуванню інноваційного стилю професійної діяльності, вдосконаленню методики організації навчально-тренувального процесу в умовах цифровізації освіти та сучасних соціальних викликів.

До кожного розділу подано практичні рекомендації, приклади використання інноваційних технологій, а також орієнтовні завдання для самостійної та практичної роботи.

Для викладачів закладів вищої освіти, тренерів-викладачів дитячо-юнацьких спортивних шкіл, здобувачів освіти, аспірантів та науково-педагогічних працівників.

*Рекомендовано до друку Вченою радою гуманітарно-педагогічного факультету
Національного університету біоресурсів і природокористування України
«___» _____ 2026 року. Протокол № ___*

Рецензенти:

Каленський А.А., доктор педагогічних наук, професор, провідний науковий співробітник відділу змісту і технологій професійної освіти Інституту професійної освіти НАПН України.

Сопівник І.В., доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри соціальної роботи та реабілітації Національного університету біоресурсів і природокористування України.

Методичні рекомендації щодо підготовки тренерів-викладачів спеціалізованих закладів освіти до застосування інноваційних освітніх технологій у навчально-тренувальному процесі / Укл.: Гончар С.М., Кубіцький С.О. К.: НУБіП України, 2026. 66 с.

© Національний університет біоресурсів
і природокористування України

© Гончар С.М., Кубіцький С.О. 2026

ЗМІСТ

ВСТУП	3
ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА	6
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ПІДГОТОВКИ ТРЕНЕРІВ-ВИКЛАДАЧІВ ДО ЗАСТОСУВАННЯ ІННОВАЦІЙНИХ ОСВІТНІХ ТЕХНОЛОГІЙ	8
1.1. Сутність та структура підготовки тренерів-викладачів у сучасних умовах	9
1.2. Інноваційні освітні технології у підготовці тренерів-викладачів спеціалізованих закладів освіти	12
1.3. Цифрова компетентність тренера-викладача як складова професійної діяльності	22
Висновки до першого розділу	25
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ВПРОВАДЖЕННЯ ІННОВАЦІЙНИХ ОСВІТНІХ ТЕХНОЛОГІЙ У НАВЧАЛЬНО- ТРЕНУВАЛЬНИЙ ПРОЦЕС	27
2.1. Організаційно-педагогічні умови застосування інноваційних освітніх технологій	28
2.2. Форми, методи та засоби реалізації інноваційних технологій у діяльності тренера-викладача	30
2.3. Використання цифрових платформ і ресурсів у навчально-тренувальному процесі	36
Висновки до другого розділу	41
РОЗДІЛ 3. МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ЗАСТОСУВАННЯ ІННОВАЦІЙНИХ ОСВІТНІХ ТЕХНОЛОГІЙ ТРЕНЕРАМИ- ВИКЛАДАЧАМИ СПЕЦІАЛІЗОВАНИХ ЗАКЛАДІВ ОСВІТИ	43
3.1. Методика проєктування навчально-тренувального процесу з використанням інноваційних освітніх технологій	43
3.2. Рекомендації щодо застосування інтерактивних, дистанційних та змішаних освітніх технологій у навчально-тренувальному процесі	47
3.3. Оцінювання ефективності застосування інноваційних освітніх технологій у діяльності тренера	50
Висновки до третього розділу	52
ВИСНОВКИ	54
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	56
ДОДАТКИ	60

ВСТУП

Сучасний етап розвитку освіти та спорту в Україні характеризується активними трансформаційними процесами, зумовленими цифровізацією суспільства, інтеграцією до європейського освітнього простору та впливом соціально-економічних викликів, пов'язаних із воєнним станом. У цих умовах особливої актуальності набуває проблема підготовки тренерів-викладачів спеціалізованих закладів освіти, зокрема дитячо-юнацьких спортивних шкіл, до ефективного застосування інноваційних освітніх технологій у навчально-тренувальному процесі.

Тренер-викладач у сучасному освітньому середовищі являється не лише носієм спеціальних знань і практичних умінь, а й організатором освітньо-тренувальної діяльності, фасилітатором розвитку особистості вихованця, провідником інноваційних змін. Його професійна діяльність потребує здатності інтегрувати педагогічні, психологічні та цифрові підходи, використовувати сучасні інформаційно-комунікаційні технології, здійснювати індивідуалізацію навчально-тренувального процесу та забезпечувати формування мотивації до систематичних занять фізичною культурою і спортом [1].

Актуальність розроблення методичних рекомендацій зумовлена необхідністю подолання існуючих суперечностей між потребою у впровадженні інноваційних освітніх технологій у діяльність тренерів-викладачів та недостатнім рівнем їхньої методичної підготовки до використання сучасних цифрових і педагогічних інструментів; між зростаючими вимогами до якості підготовки спортсменів і обмеженими можливостями традиційних форм організації навчально-тренувального

процесу; між потребою індивідуалізації освітньої діяльності та відсутністю достатнього методичного забезпечення її реалізації [22].

Методичні рекомендації розроблено на основі результатів дисертаційного дослідження, присвяченого підготовці тренерів-викладачів спеціалізованих закладів освіти до застосування інноваційних освітніх технологій. У їх змісті відображено теоретичні положення, обґрунтовані в ході наукового пошуку, а також практичні напрацювання, отримані в процесі експериментальної роботи.

Метою методичних рекомендацій є надання науково обґрунтованих та практично орієнтованих підходів до підготовки тренерів-викладачів спеціалізованих закладів освіти до застосування інноваційних освітніх технологій у навчально-тренувальному процесі.

Досягнення поставленої мети передбачає **вирішення таких завдань:**

- 1) розкрити сутність і зміст професійної підготовки тренерів-викладачів у контексті інноваційної педагогічної діяльності;
- 2) охарактеризувати сучасні інноваційні освітні технології та можливості їх використання у навчально-тренувальному процесі;
- 3) визначити методичні підходи до їх впровадження;
- 4) обґрунтувати практичні рекомендації щодо підвищення ефективності професійної діяльності тренерів-викладачів.

Методичні рекомендації адресовані викладачам закладів вищої освіти, тренерам-викладачам дитячо-юнацьких спортивних шкіл, здобувачам освіти за спеціальністю 015 «Професійна освіта (за спеціалізаціями)», а також науково-педагогічним працівникам, які здійснюють підготовку фахівців у галузі фізичної культури і спорту.

Запропоновані матеріали можуть бути використані у процесі професійної підготовки майбутніх тренерів-викладачів, підвищення кваліфікації педагогічних працівників, розроблення навчально-методичного забезпечення, а також у практичній діяльності спеціалізованих закладів освіти.

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Методичні рекомендації розроблено з метою науково-методичного супроводу підготовки тренерів-викладачів спеціалізованих закладів освіти до застосування інноваційних освітніх технологій у навчально-тренувальному процесі. Необхідність їх створення зумовлена сучасними тенденціями розвитку освіти та спорту, що характеризуються цифровізацією освітнього середовища, оновленням змісту професійної підготовки фахівців та впровадженням інноваційних підходів до організації освітньої діяльності.

У сучасних умовах діяльність тренера-викладача виходить за межі традиційного тренувального процесу та передбачає інтеграцію педагогічних, психологічних і цифрових компонентів. Застосування інноваційних освітніх технологій сприяє підвищенню ефективності навчально-тренувальної діяльності, забезпечує індивідуалізацію підготовки спортсменів, формування їх мотивації та розвиток ключових компетентностей.

Зміст методичних рекомендацій побудовано відповідно до логіки дисертаційного дослідження та відображає його теоретичні положення, методичні підходи й практичні результати. У рекомендаціях висвітлено сучасні підходи до підготовки тренерів-викладачів, розкрито особливості застосування інноваційних освітніх технологій,

обґрунтовано організаційно-педагогічні умови їх ефективного впровадження, а також запропоновано практичні інструменти для використання у професійній діяльності.

Методичні рекомендації структуровано за розділами, що охоплюють теоретичні засади підготовки тренерів-викладачів, методику впровадження інноваційних технологій у навчально-тренувальний процес, практичні рекомендації щодо їх застосування, а також організаційно-методичне забезпечення професійної діяльності тренера.

Особливістю рекомендацій є їх практична спрямованість, що виявляється у поєднанні теоретичних положень із конкретними методичними порадами, прикладами використання інноваційних технологій, орієнтовними завданнями та рекомендаціями щодо організації навчально-тренувального процесу. Це створює умови для підвищення якості професійної підготовки тренерів-викладачів та ефективності їхньої діяльності.

Матеріали рекомендацій можуть бути використані у процесі професійної підготовки майбутніх тренерів-викладачів у закладах вищої освіти, підвищення кваліфікації педагогічних працівників, а також у практичній діяльності дитячо-юнацьких спортивних шкіл.

Методичні рекомендації адресовано викладачам закладів вищої освіти, тренерам-викладачам спеціалізованих закладів освіти, здобувачам освіти, аспірантам та науково-педагогічним працівникам, які здійснюють підготовку фахівців у галузі фізичної культури і спорту.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ПІДГОТОВКИ ТРЕНЕРІВ-ВИКЛАДАЧІВ ДО ЗАСТОСУВАННЯ ІННОВАЦІЙНИХ ОСВІТНІХ ТЕХНОЛОГІЙ

Сучасний розвиток освітньої галузі та сфери фізичної культури і спорту супроводжується активними процесами цифрової трансформації, оновленням змісту професійної підготовки фахівців та переосмисленням ролі тренера-викладача у навчально-тренувальному процесі. У цих умовах особливої значущості набуває теоретико-методичне обґрунтування підготовки тренерів-викладачів до застосування інноваційних освітніх технологій, що забезпечують підвищення ефективності освітньої діяльності та якості підготовки спортсменів [2].

Необхідність розгляду цієї проблематики зумовлена зростаючими вимогами до професійної компетентності тренера-викладача, який має володіти сучасними педагогічними підходами, цифровими інструментами, інноваційними методами навчання і тренування, а також здатністю до адаптації освітнього процесу до змінних соціальних умов. У цьому контексті підготовка тренерів-викладачів постає як складна багаторівнева система, що поєднує теоретичну, практичну, методичну та цифрову складові.

У межах даного розділу розкрито теоретичні засади професійної підготовки тренерів-викладачів, визначено її структуру, охарактеризовано сутність інноваційних освітніх технологій, а також окреслено значення цифрової компетентності як невід'ємної складової професійної діяльності сучасного фахівця у галузі фізичної культури і спорту.

1.1. Сутність та структура підготовки тренерів-викладачів у сучасних умовах

Професійна підготовка тренерів-викладачів у сучасних умовах є складним, багаторівневим і динамічним процесом, спрямованим на формування фахівця, здатного здійснювати навчально-тренувальну, виховну, організаційну та методичну діяльність на засадах сучасної педагогіки спорту. Її сутність полягає не лише у передачі спеціальних знань з теорії та методики фізичного виховання і спорту, а й у формуванні готовності до використання інноваційних освітніх технологій у професійній практиці [21]. Саме такий підхід відповідає сучасним вимогам до діяльності тренера-викладача, який має бути не лише носієм предметної компетентності, а й організатором інноваційного освітнього середовища.

У сучасному науково-педагогічному розумінні професійна підготовка тренерів-викладачів має інтегративний характер. Вона об'єднує теоретичну підготовку, методичну обізнаність, практичний досвід, цифрову грамотність та здатність до професійної рефлексії. Відповідно, її структура не може бути зведена лише до засвоєння змісту навчальних дисциплін [3]. Вона включає систему взаємопов'язаних компонентів, які забезпечують цілісне становлення особистості тренера-викладача.

З огляду на це доцільно розглядати професійну підготовку тренерів-викладачів як систему, в якій центральне місце займає готовність до застосування інноваційних освітніх технологій. Така готовність формується через мотиваційний компонент, що відображає професійну спрямованість і позитивне ставлення до інновацій; когнітивний компонент, пов'язаний із засвоєнням знань про сучасні

освітні, цифрові та тренувальні технології; діяльнісний компонент, який виявляється у здатності застосовувати ці технології у практиці; а також рефлексивний компонент, що забезпечує самоаналіз, самокорекцію та подальший професійний розвиток [20]. Саме така логіка структурної побудови простежується і в дисертаційному дослідженні, де ці компоненти покладено в основу характеристики професійної готовності тренерів-викладачів

Для більшої наочності структуру професійної підготовки тренерів-викладачів у сучасних умовах доцільно подати у вигляді схеми (рис.1.1).

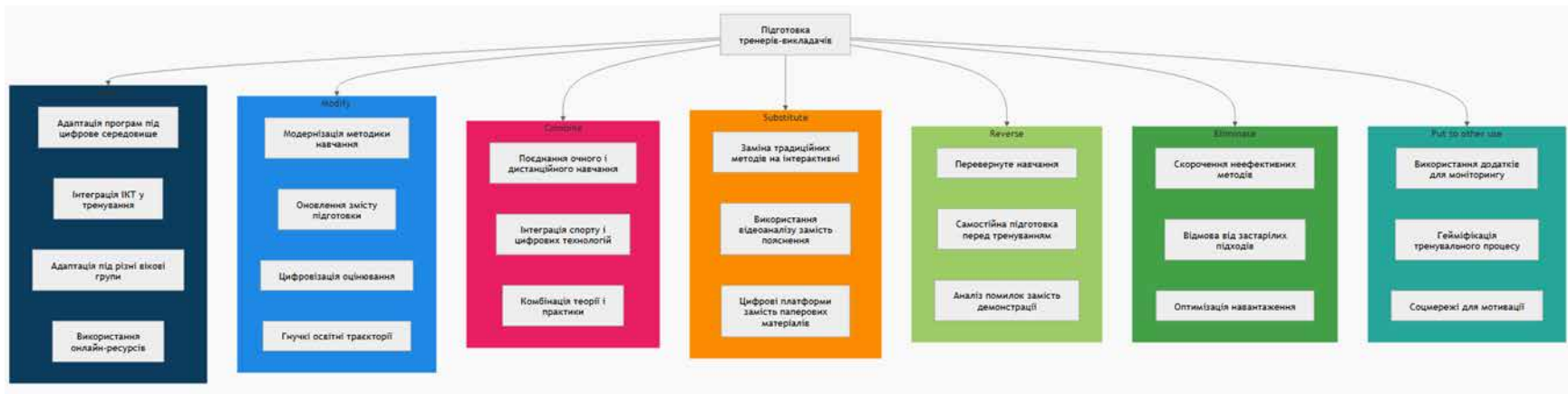


Рис. 1.1. Структура професійної підготовки тренерів-викладачів у сучасних умовах

Представлена на рис. 1.1 структура підготовки тренерів-викладачів у сучасних умовах дає підстави розглядати цей процес як цілісну багатокомпонентну систему, у межах якої окремі складники перебувають у функціональній взаємодії та забезпечують формування готовності до професійної діяльності.

Такий підхід дає змогу розглядати процес підготовки не як механічне поєднання окремих складових, а як інтегровану систему формування готовності тренерів-викладачів до здійснення професійної діяльності в умовах трансформації освітнього середовища.

Мотиваційний компонент характеризується сформованістю внутрішньої налаштованості тренерів-викладачів на професійне зростання, усвідомленням значущості педагогічної діяльності та позитивним сприйняттям інноваційних освітніх технологій як інструменту підвищення результативності навчально-тренувального процесу. Когнітивний компонент охоплює систему фахових, психолого-педагогічних, методичних і цифрових знань, які становлять теоретичне підґрунтя для обґрунтованого вибору сучасних освітніх рішень та їх адаптації до специфіки спортивної підготовки. Діяльнісний компонент виявляється у сформованості практичних умінь і професійних способів дії, необхідних для проектування, організації та реалізації навчально-тренувального процесу із застосуванням інтерактивних, дистанційних і змішаних освітніх технологій. Рефлексивний компонент пов'язаний зі здатністю до професійного самоаналізу, критичного осмислення власного педагогічного досвіду, оцінювання ефективності використаних методичних рішень і коригування подальшої професійної діяльності відповідно до актуальних освітніх викликів.

У такому розумінні структурна побудова підготовки тренерів-викладачів набуває ознак динамічної системи, орієнтованої на формування цілісної професійної готовності до застосування інноваційних освітніх технологій у навчально-тренувальному процесі.

У сучасних умовах цифровізації освіти ця структура набуває нового змістового наповнення. Якщо раніше підготовка тренера-викладача асоціювалася переважно з методикою спортивного тренування та педагогічною взаємодією у традиційному форматі, то наразі до неї додаються вміння працювати з цифровими платформами, використовувати відеоаналіз, інтерактивні засоби навчання, дистанційні та змішані форми організації занять [4]. Це означає, що професійна підготовка має враховувати не лише класичні вимоги до тренерської діяльності, а й сучасні виклики, зумовлені розвитком інформаційно-комунікаційного середовища.

Отже, сутність професійної підготовки тренерів-викладачів у сучасних умовах полягає у формуванні цілісної професійної готовності до здійснення навчально-тренувальної діяльності на інноваційних засадах. Її структура охоплює взаємопов'язані: мотиваційний, когнітивний, діяльнісний і рефлексивний компоненти, які у своїй єдності забезпечують підготовленість фахівця до використання інноваційних освітніх технологій у роботі зі здобувачами освіти.

1.2. Інноваційні освітні технології у підготовці тренерів-викладачів спеціалізованих закладів освіти

Інноваційні освітні технології у системі підготовки фахівців фізичної культури і спорту слід розглядати не як сукупність окремих нововведень, а як цілісну педагогічну систему оновлення змісту, форм,

методів, засобів і результатів професійної освіти [19]. Їх поява та активне впровадження зумовлені трансформацією сучасної освіти і спорту, розвитком цифрового середовища, необхідністю забезпечення гнучкості навчально-тренувального процесу, а також потребою підготовки фахівця, здатного ефективно діяти в умовах змінюваної професійної реальності. У матеріалах дисертації слушно підкреслено, що модернізація професійної підготовки тренера-викладача передбачає інтеграцію цифрових технологій, інноваційних методів навчання, інтерактивних форм організації освітнього процесу та сучасних тренувальних програм.

У теоретичному вимірі інноваційні освітні технології є результатом еволюції педагогічної думки від традиційної моделі передавання знань до моделі проєктування освітнього середовища, в якому здобувач освіти являється активним суб'єктом власного професійного становлення [5]. Для системи підготовки фахівців фізичної культури і спорту це має особливе значення, оскільки майбутній тренер або викладач працює не лише з інформацією, а з тілесним розвитком, психоемоційним станом, мотивацією, дисципліною, командною взаємодією та динамікою особистісного зростання вихованця. Саме тому інноваційні технології в цій галузі мають подвійний характер: з одного боку, вони модернізують освітній процес, а з іншого — змінюють саму логіку професійної діяльності фахівця.

У сучасній системі підготовки фахівців фізичної культури і спорту інноваційність найвиразніше виявляється в переході від репродуктивного навчання до діяльнісного, інтерактивного, контекстного і цифрового формату [18]. Такий підхід забезпечує не

лише засвоєння теоретичних знань про анатомо-фізіологічні, психолого-педагогічні й методичні основи тренувального процесу, а й вироблення здатності творчо застосовувати ці знання у реальних або змодельованих професійних ситуаціях. Зміст підготовки перестає бути статичним набором дисциплін і набуває рис відкритої динамічної системи, в якій поєднуються професійна теорія, цифрові інструменти, аналітика рухової діяльності, моделювання тренувальних сценаріїв і педагогічна рефлексія.

У науковому аспекті інноваційні освітні технології у сфері фізичної культури і спорту доцільно тлумачити як педагогічно спроектовані способи організації навчання, що забезпечують стаке досягнення запланованих результатів шляхом інтеграції нових методів, цифрових сервісів, інтерактивних форм взаємодії, індивідуалізованих освітніх маршрутів і механізмів постійного зворотного зв'язку [6]. У такому розумінні інновація стосується не лише технічного оновлення, а передусім зміни педагогічної логіки: замість домінування пояснювально-ілюстративної моделі формується середовище, де тренери-викладачі навчаються аналізувати, моделювати, порівнювати, оцінювати, ухвалювати професійні рішення та обґрунтовувати їх.

Особливість галузі фізичної культури і спорту полягає в тому, що інноваційні технології тут мають безпосередній вихід на практику. Якщо в багатьох інших освітніх напрямках цифровізація переважно стосується інформаційної взаємодії, то у спортивно-педагогічній підготовці вона пов'язана ще й з аналізом техніки рухів, моніторингом фізичної активності, візуалізацією тренувальних завдань, моделюванням тактичних ситуацій, використанням електронних щоденників, цифрових платформ оцінювання, програм біомеханічного

аналізу, засобів відеоспостереження та хмарних баз даних [17]. Тому інноваційні освітні технології в системі підготовки тренера-викладача мають міждисциплінарну природу й одночасно спираються на педагогіку, спортивну науку, психологію, цифрову дидактику та комунікаційні практики.

У структурі сучасної підготовки тренерів-викладачів застосування інноваційних освітніх технологій розглядається як важливий складник оновлення змістово-методичних, організаційних і комунікативних засад освітнього процесу. Їх використання в освітній практиці сприяє актуалізації змісту підготовки шляхом включення сучасних наукових підходів, цифрових ресурсів і практико-орієнтованих форм професійної діяльності, наближених до реальних умов навчально-тренувального процесу. Організація підготовки на основі інтерактивних, дистанційних, змішаних, адаптивних і модульних освітніх технологій розширює можливості для індивідуалізації освітньої траєкторії тренерів-викладачів, диференціації навчально-методичного забезпечення та гнучкого поєднання теоретичної і практичної складових професійного розвитку. Водночас систематичне використання таких технологічних рішень у процесі підготовки пов'язане з розвитком професійного мислення тренерів-викладачів, поглибленням рефлексивного аналізу власної діяльності, зміцненням автономності у прийнятті педагогічних рішень та розширенням здатності до творчого застосування сучасних освітніх підходів. Важливого значення також набуває організація постійної педагогічної взаємодії між учасниками освітнього процесу, здійснення оперативного зворотного зв'язку, аналіз результативності підготовки та

оцінювання динаміки професійного розвитку тренерів-викладачів на основі відповідного аналітичного інструментарію [7].

Узагальнення теоретичних положень щодо застосування інноваційних освітніх технологій у підготовці тренерів-викладачів доцільно здійснювати крізь призму їх структурно-змістових характеристик, які окреслюють провідні напрями вдосконалення змісту підготовки, організації освітнього процесу та методичного супроводу професійного розвитку тренерів-викладачів.

Таблиця 1.1

Структурно-змістова характеристика інноваційних освітніх технологій у системі підготовки фахівців фізичної культури і спорту

Вимір реалізації	Змістове наповнення	Характер впливу на підготовку фахівця
Змістовий	Оновлення змісту професійної підготовки; інтеграція педагогіки, психології, спорту та ІКТ; контекстуалізація навчального матеріалу	Формування сучасного науково-практичного бачення професійної діяльності
Процесуальний	Інтерактивне навчання; проблемно-орієнтовані підходи; проектна діяльність; змішане і дистанційне навчання	Активізація пізнавальної діяльності, розвиток професійного мислення
Цифровий	Використання цифрових платформ; відеоаналіз; електронні ресурси; онлайн-комунікація	Розвиток цифрової компетентності та технологічної готовності
Результативний	Професійна компетентність; цифрова грамотність; готовність до інноваційної діяльності; підвищення ефективності підготовки	Забезпечення інтегрованого професійного результату

Представлена **структурно-змістова характеристика інноваційних освітніх технологій** дає змогу розглянути їх як системний чинник модернізації професійної підготовки, що охоплює змістовий, процесуальний, цифровий та результативний аспекти

освітньої діяльності. У межах підготовки фахівців фізичної культури і спорту це виявляється у поєднанні оновленого змісту навчання, активних методів педагогічної взаємодії, цифрових інструментів та орієнтації на формування інтегрованої професійної компетентності.

З позицій сучасної педагогічної науки до найбільш продуктивних інноваційних технологій у системі підготовки тренерів-викладачів належать інтерактивне навчання, проблемно-орієнтоване навчання, проєктна технологія, кейс-метод, контекстне навчання, технології змішаного і дистанційного навчання, технології цифрового моніторингу, а також технології індивідуалізації підготовки. Інтерактивне навчання забезпечує суб'єкт-суб'єктну взаємодію, в якій тренер-викладач спеціалізованих закладів освіти не пасивно сприймає інформацію, а залучається до спільного конструювання знання [16]. У підготовці фахівців фізичної культури і спорту це має особливу цінність, оскільки професійна діяльність тренера-викладача пов'язана з постійною комунікацією, керуванням груповою динамікою, мотивацією спортсменів і ухваленням педагогічних рішень у ситуаціях високої варіативності.

Важливим напрямом оновлення підготовки тренерів-викладачів є включення проблемно-орієнтованих підходів до організації освітнього процесу, що передбачає зміщення акценту з репродуктивного засвоєння методичних схем на аналітичне опрацювання професійно значущих ситуацій, наближених до реальних умов навчально-тренувальної діяльності. У межах такої організації підготовки тренери-викладачі залучаються до професійного аналізу причин зниження мотивації спортсменів, обґрунтування моделей індивідуалізації тренувального навантаження, визначення доцільних засобів

відновлення, оцінювання ефективності зміни тренувальної тактики, а також до вибору цифрових інструментів для аналізу технічних помилок і коригування тренувального процесу. Такий підхід орієнтований не лише на розширення системи фахових знань, а й на розвиток професійного мислення тренерів-викладачів, здатності до аргументованого прийняття педагогічних рішень, адаптації освітніх засобів до індивідуальних потреб спортсменів та підвищення загальної результативності професійної підготовки.

Важливим напрямом методичного вдосконалення діяльності тренерів-викладачів спеціалізованих закладів освіти є використання проєктного підходу в організації навчально-тренувального процесу, який відтворює логіку реальної професійної діяльності та орієнтує на розроблення власних педагогічних рішень. У межах проєктної діяльності тренери-викладачі не лише актуалізують наявні теоретико-методичні знання, а й здійснюють розроблення авторського навчально-методичного забезпечення, адаптованого до конкретних умов спортивної підготовки. Практичним результатом такої діяльності може бути проєктування моделі мікроциклу підготовки спортсменів, створення цифрового плану тренувального заняття, підготовка відеоінструкцій до відпрацювання технічних елементів, розроблення інтерактивних маршрутів тренувальної діяльності, формування інструментарію для оцінювання рівня фізичної підготовленості вихованців або укладання електронного портфоліо спортивного розвитку. Залучення тренерів-викладачів до такої діяльності сприяє оновленню методичного інструментарію, розвитку педагогічного проєктування, удосконаленню цифрової компетентності та

підвищенню результативності організації навчально-тренувального процесу.

Не менш вагомим є потенціал змішаного і дистанційного навчання. У дисертаційних матеріалах підкреслено, що цифрова компетентність тренера-викладача охоплює здатність ефективно використовувати цифрові технології, платформи, інструменти та ресурси для організації навчально-тренувального процесу, підтримання комунікації, моніторингу досягнень спортсменів, планування власної самоосвіти й професійного розвитку. Це означає, що цифрове середовище є не допоміжною площиною, а однією з базових умов професійної спроможності тренера-викладача. Змішане навчання дає змогу поєднувати аудиторну, практичну і самостійну роботу, забезпечуючи гнучкість, адаптивність і безперервність освітнього процесу. Для системи фізичної культури і спорту це важливо ще й тому, що значна частина освітніх завдань може бути винесена у цифрове середовище без втрати якості: аналіз відеозаписів, виконання тестів, участь у методичних обговореннях, складання індивідуальних програм, робота з електронними журналами спостереження.

Водночас цифровізація підготовки не повинна зводитися до формального використання платформ або презентацій. Її науково-педагогічна цінність проявляється тоді, коли цифрові інструменти інтегровані в освітню логіку дисципліни і підсилюють професійний зміст. Зокрема відеоаналіз дає змогу тренерам-викладачам бачити технічні помилки в динаміці, цифрові щоденники дають можливість фіксувати і порівнювати результати, онлайн-платформи підтримують колективне обговорення, а інтерактивні симулятори розширюють можливості моделювання тренувальних ситуацій [8]. У матеріалах

дисертації зазначено, що оволодіння цифровими інструментами уможлиблює використання відеоаналізу техніки виконання вправ, електронних баз даних спортивних результатів, цифрових щоденників тренувань і моніторингу фізичної активності спортсменів.

У системі підготовки тренерів-викладачів особливого значення набуває також контекстне навчання. Його сутність полягає в моделюванні освітніх ситуацій, максимально наближених до реальної професійної діяльності тренера-викладача, що забезпечує поєднання теоретичної підготовки з практичним досвідом, формує здатність до професійного аналізу, педагогічного прогнозування та обґрунтованого прийняття рішень.

З метою систематизації найбільш продуктивних інноваційних освітніх технологій, що використовуються у професійній діяльності тренерів-викладачів, раніше підготовлених у закладах вищої освіти, доцільно представити їх у вигляді структурованої моделі, яка відображає змістові характеристики цих технологій, їх прикладні можливості та функціональне призначення в організації сучасного навчально-тренувального процесу.



Рис. 1.2. Інноваційні освітні технології у системі підготовки фахівців фізичної культури і спорту

Представлені на рис. 1.2 інноваційні освітні технології відображають їх багатовимірний характер та функціональну спрямованість у підготовці тренерів-викладачів. Кожна із зазначених

технологій виконує окрему роль у забезпеченні ефективності навчально-тренувального процесу, водночас їх поєднання створює цілісне освітнє середовище, орієнтоване на розвиток професійних компетентностей тренера-викладача.

Інтерактивні, проблемно-орієнтовані та проєктні технології забезпечують активізацію пізнавальної діяльності та формування практичних умінь, тоді як технології змішаного навчання і цифрові інструменти розширюють можливості організації освітнього процесу, забезпечуючи його гнучкість, доступність та адаптивність [15]. Контекстне навчання, у свою чергу, сприяє наближенню освітніх завдань до реальних умов професійної діяльності тренера-викладача.

Узгоджене застосування зазначених технологій зумовлює необхідність формування у тренера-викладача відповідного рівня цифрової компетентності, здатності ефективно використовувати сучасні технологічні інструменти, інтегрувати їх у навчально-тренувальний процес та здійснювати аналіз його результатів. Саме тому цифрова компетентність являється однією з визначальних складових професійної діяльності сучасного тренера-викладача.

1.3. Цифрова компетентність тренера-викладача як складова професійної діяльності

У сучасних умовах цифровізації освіти та спорту професійна діяльність тренера-викладача зазнає суттєвих трансформацій, пов'язаних із активним впровадженням інформаційно-комунікаційних технологій, цифрових платформ та інструментів аналізу тренувальної діяльності. Це зумовлює необхідність переосмислення ролі цифрової

компетентності як невід'ємної складової професійної діяльності тренера-викладача, який уже здобув відповідну освіту в закладах вищої освіти, але продовжує професійне становлення в умовах динамічних змін освітнього середовища.

Цифрова компетентність тренера-викладача розглядається як інтегрована характеристика особистості, що відображає здатність ефективно використовувати цифрові технології для організації, реалізації та аналізу навчально-тренувального процесу, здійснення професійної комунікації, забезпечення моніторингу результатів підготовки спортсменів та власного професійного розвитку [9]. Вона виходить за межі технічної обізнаності й охоплює методичний, аналітичний, комунікативний і рефлексивний аспекти діяльності.

У професійній діяльності тренера-викладача цифрова компетентність проявляється у здатності застосовувати цифрові інструменти на всіх етапах навчально-тренувального процесу. Це включає використання цифрових ресурсів для планування тренувань, застосування відеоаналізу для корекції техніки виконання вправ, використання електронних журналів для фіксації результатів, організацію онлайн-комунікації зі здобувачами освіти та батьками, а також аналіз даних щодо фізичної підготовленості вихованців. Таким чином, цифрова компетентність виступає не допоміжним, а функціонально визначальним компонентом сучасної професійної діяльності тренерів-викладачів.

З урахуванням специфіки професійної діяльності тренерів-викладачів доцільно виокремити структурні компоненти їхньої цифрової компетентності, які характеризують різні напрями використання цифрових технологій у навчально-тренувальному

процесі. Інформаційно-аналітичний компонент виявляється у здатності тренерів-викладачів здійснювати пошук, систематизацію, обробку, аналіз та інтерпретацію даних, пов'язаних з організацією й результативністю тренувального процесу, а також використовувати отриману інформацію для обґрунтування педагогічних рішень. Технологічний компонент характеризується рівнем володіння тренерами-викладачами цифровими інструментами, платформами, прикладним програмним забезпеченням і спеціалізованими електронними ресурсами, що застосовуються у професійній діяльності для планування, супроводу та моніторингу спортивної підготовки. Комунікативний компонент проявляється у здатності тренерів-викладачів організовувати цифрову взаємодію зі здобувачами освіти, колегами, батьками вихованців та іншими учасниками освітнього процесу, використовуючи сучасні електронні канали комунікації для координації спільної діяльності та оперативного обміну інформацією. Методичний компонент характеризує готовність тренерів-викладачів до педагогічно обґрунтованого включення цифрових технологій у зміст, форми, методи й засоби організації навчально-тренувальної діяльності відповідно до вікових, фізіологічних та індивідуальних особливостей вихованців. Рефлексивний компонент виявляється у здатності тренерів-викладачів здійснювати самоаналіз ефективності використання цифрових засобів, оцінювати доцільність обраних технологічних рішень і вносити відповідні зміни до власної професійної практики відповідно до поставлених педагогічних цілей.

Значення цифрової компетентності особливо зростає в умовах використання змішаного та дистанційного навчання, коли тренер-викладач змушений адаптувати традиційні методики до цифрового

середовища [14]. У цьому контексті важливим є не лише володіння тренерами-викладачами сучасними технологіями, а й здатність до їх педагогічно доцільного використання, що передбачає врахування вікових, психофізіологічних та мотиваційних особливостей здобувачів освіти.

З метою узагальнення структури цифрової компетентності тренера-викладача доцільно представити її у вигляді схеми структурних складових цифрової компетентності, що відображає основні компоненти та їх функціональне призначення у професійній діяльності.

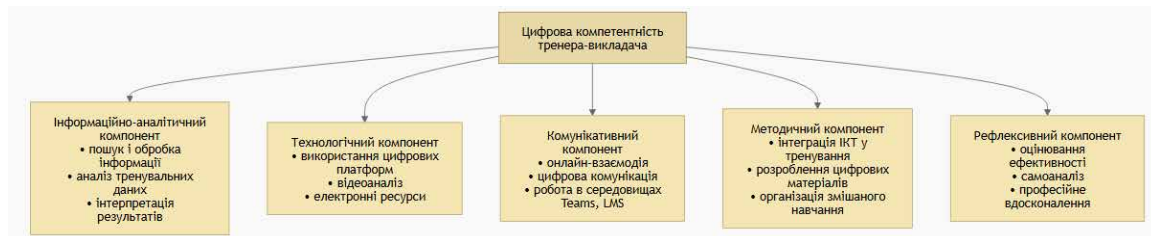


Рис. 1.3. Структура цифрової компетентності тренера-викладача

Запропонована структура відображає багатовимірний характер цифрової компетентності та її інтегративну роль у професійній діяльності тренера-викладача. Кожен з компонентів не функціонує ізольовано, а взаємодіє з іншими, забезпечуючи цілісність професійної діяльності тренера-викладача в умовах цифрового освітнього середовища.

Висновки до першого розділу

У розділі обґрунтовано теоретико-методичні засади підготовки тренерів-викладачів до застосування інноваційних освітніх технологій у навчально-тренувальному процесі в умовах цифровізації освіти.

З'ясовано, що професійна діяльність тренера-викладача має інтегрований характер і передбачає поєднання педагогічних, тренерських та організаційних функцій, що актуалізує потребу в постійному розвитку готовності до використання інноваційних технологій.

Установлено, що підготовка тренерів-викладачів, які вже здобули освіту в закладах вищої освіти, є динамічною системою, структура якої охоплює мотиваційний, когнітивний, діяльнісний і рефлексивний компоненти.

Визначено, що застосування інноваційних освітніх технологій розглядається як важливий чинник модернізації професійної діяльності тренерів-викладачів, що виявляється в оновленні методичних підходів до організації навчально-тренувального процесу, посиленні його практичної спрямованості та розширенні можливостей використання цифрових ресурсів у професійній практиці.

Розкрито зміст цифрової компетентності тренера-викладача як інтегрованої характеристики, що включає інформаційно-аналітичний, технологічний, комунікативний, методичний і рефлексивний компоненти та визначає ефективність його професійної діяльності в цифровому освітньому середовищі.

РОЗДІЛ 2. МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ВПРОВАДЖЕННЯ ІННОВАЦІЙНИХ ОСВІТНІХ ТЕХНОЛОГІЙ У НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНИЙ ПРОЦЕС

У сучасних умовах цифровізації освітнього середовища та динамічного розвитку сфери фізичної культури і спорту зростає потреба в практичному використанні інноваційних освітніх технологій у професійній діяльності тренерів-викладачів. За таких умов особливого значення набуває розроблення науково обґрунтованих методичних засад, орієнтованих на доцільне використання сучасних педагогічних підходів, цифрових інструментів та електронних освітніх ресурсів у навчально-тренувальному процесі.

На відміну від теоретичного обґрунтування, представленого у попередньому розділі, у цьому розділі увагу зосереджено на практичних аспектах застосування інноваційних освітніх технологій, зокрема визначенні організаційно-педагогічних умов, форм, методів і засобів їх реалізації у професійній діяльності тренера-викладача.

Особливу увагу приділено створенню освітнього середовища, яке сприяє ефективному використанню цифрових інструментів, інтерактивних методів навчання, а також забезпечує індивідуалізацію підготовки здобувачів освіти. Упровадження інноваційних технологій розглядається як цілеспрямований процес, що вимагає відповідного методичного супроводу, професійної готовності тренера та належного організаційного забезпечення.

2.1. Організаційно-педагогічні умови застосування інноваційних освітніх технологій

Ефективне застосування інноваційних освітніх технологій у навчально-тренувальному процесі значною мірою визначається

наявністю відповідних організаційно-педагогічних умов, які забезпечують цілісність, системність і результативність професійної діяльності тренерів-викладачів. У сучасних умовах ці умови набувають особливого значення, оскільки інноваційні технології являються не лише інструментом удосконалення освітнього процесу, а й чинником його трансформації.

Організаційно-педагогічні умови доцільно розглядати як сукупність взаємопов'язаних факторів, що створюють сприятливе середовище для впровадження інноваційних освітніх технологій у діяльність тренерів-викладачів, які вже мають базову професійну підготовку, але потребують подальшого розвитку готовності до інноваційної діяльності [10].

Однією з визначальних умов є сформованість професійної готовності тренера-викладача до використання інноваційних освітніх технологій. Йдеться не лише про володіння окремими цифровими інструментами, а про здатність інтегрувати їх у логіку навчально-тренувального процесу, обирати адекватні методи і форми навчання, а також адаптувати інновації до конкретних умов діяльності та індивідуальних особливостей здобувачів освіти.

Важливою умовою є також створення відповідного освітнього середовища, яке забезпечує доступ до цифрових ресурсів, платформ, засобів комунікації та інструментів аналізу результатів тренувальної діяльності. Таке середовище має бути відкритим, гнучким і технологічно оснащеним, що дає можливість тренеру-викладачеві ефективно використовувати інноваційні технології у щоденній практиці.

Не менш суттєвою є методична підтримка процесу впровадження інноваційних освітніх технологій, яка передбачає наявність рекомендацій, алгоритмів, моделей організації навчально-тренувального процесу, а також можливостей для обміну досвідом між тренерами-викладачами. Це сприяє підвищенню рівня професійної компетентності та формуванню інноваційного стилю діяльності.

Суттєву роль відіграє також організація безперервного професійного розвитку тренерів-викладачів, що включає підвищення кваліфікації, участь у тренінгах, вебінарах, професійних спільнотах та самоосвітню діяльність. У цьому контексті інноваційні технології виступають як засіб і як об'єкт навчання, забезпечуючи постійне оновлення професійних знань і навичок.

Окремої уваги потребує забезпечення мотиваційної готовності тренерів-викладачів до використання інноваційних технологій, що передбачає формування позитивного ставлення до педагогічних новацій, усвідомлення їх значущості для підвищення ефективності професійної діяльності та прагнення до саморозвитку [13].

Для узагальнення зазначених положень доцільно представити організаційно-педагогічні умови застосування інноваційних освітніх технологій у вигляді структурної моделі.



Рис. 2.1. Організаційно-педагогічні умови застосування інноваційних освітніх технологій

Запропоновані організаційно-педагогічні умови утворюють цілісну систему, в межах якої забезпечується ефективне впровадження інноваційних освітніх технологій у навчально-тренувальний процес. Їх взаємодія сприяє підвищенню якості професійної діяльності тренера-викладача та створює передумови для подальшого розвитку його цифрової та методичної компетентності.

2.2. Форми, методи та засоби реалізації інноваційних технологій у діяльності тренера-викладача

Практична реалізація інноваційних освітніх технологій у діяльності тренерів-викладачів передбачає використання відповідних форм, методів і засобів організації навчально-тренувального процесу, які забезпечують інтеграцію теоретичних знань, цифрових інструментів та практичної діяльності [11]. Особливість цього процесу полягає в тому, що тренери-викладачі, які вже мають базову професійну підготовку, застосовують інноваційні технології як інструмент удосконалення власної професійної діяльності та підвищення ефективності підготовки спортсменів.

У цьому контексті форми організації навчально-тренувального процесу набувають більшої гнучкості та варіативності. Поряд із традиційними тренувальними заняттями активно використовуються змішані форми, онлайн-консультації, інтерактивні тренування, цифрові сесії аналізу результатів та індивідуальні освітні траєкторії.

Методи реалізації інноваційних освітніх технологій орієнтовані на активізацію пізнавальної та практичної діяльності, розвиток професійного мислення, формування навичок самостійної роботи та здатності до ухвалення рішень у професійних ситуаціях. Засоби, у свою

чергу, забезпечують технологічну підтримку освітнього процесу та включають цифрові платформи, мобільні додатки, відеоаналіз, електронні щоденники, сенсорні системи моніторингу.

Для систематизації зазначених підходів доцільно подати їх у вигляді узагальненої таблиці.

Таблиця 2.1

Форми, методи та засоби реалізації інноваційних освітніх технологій

Компонент	Характеристика	Приклади застосування
Форми	Організаційні способи побудови навчально-тренувального процесу	Змішані тренування, онлайн-консультації, індивідуальні заняття, групові інтерактивні сесії
Методи	Способи активізації діяльності та формування компетентностей	Проблемне навчання, кейс-метод, проєктна діяльність, аналіз відео, ситуаційне моделювання
Засоби	Інструментальне забезпечення процесу	Платформи Teams, Google Classroom, відеоаналіз, мобільні додатки, електронні журнали

Використання зазначених компонентів дозволяє забезпечити комплексний підхід до організації навчально-тренувального процесу, орієнтований на інтеграцію інноваційних технологій у професійну діяльність тренера-викладача.

З метою конкретизації практичного застосування інноваційних освітніх технологій доцільно розглянути приклади організації навчально-тренувальних занять.

Таблиця 2.2

Приклад організації навчально-тренувального заняття з використанням інноваційних технологій

Етап заняття	Зміст діяльності	Інноваційні технології
Підготовчий	Ознайомлення з метою	Відеоматеріали, презентації,

	заняття, мотивація	онлайн-платформи
Основний	Виконання вправ, відпрацювання техніки	Відеоаналіз, мобільні додатки, сенсорні системи
Аналітичний	Аналіз результатів, корекція помилок	Цифрові платформи, запис і перегляд відео
Підсумковий	Оцінювання, зворотний зв'язок	Онлайн-опитування, електронні журнали

Наведений приклад демонструє, що інноваційні технології інтегруються в усі етапи заняття, забезпечуючи його цілісність, інформативність і результативність.

Важливим аспектом є також розроблення індивідуалізованих програм підготовки спортсменів із використанням цифрових інструментів, що дозволяє враховувати рівень підготовленості, фізичні можливості та особливості розвитку кожного здобувача освіти.

Таблиця 2.3

Приклад використання індивідуалізації підготовки

Напрямок	Зміст	Засоби
Діагностика	Оцінювання фізичного стану	Фітнес-трекери, тести, цифрові платформи
Планування	Розробка індивідуальної програми	Програмне забезпечення, мобільні додатки
Контроль	Моніторинг результатів	Електронні журнали, відеоаналіз
Корекція	Адаптація навантаження	Аналітичні інструменти

Практичне впровадження інноваційних освітніх технологій у діяльність тренера-викладача забезпечує підвищення ефективності навчально-тренувального процесу, сприяє розвитку професійної компетентності та створює умови для індивідуалізації підготовки спортсменів.

З метою поглиблення практичного спрямування застосування інноваційних освітніх технологій доцільно розглянути конкретний

сценарій навчально-тренувального заняття, який відображає їх інтеграцію у професійну діяльність тренера-викладача.

Кейс 1. Сценарій навчально-тренувального заняття з використанням інноваційних освітніх технологій

Вид спорту: боротьба

Мета заняття: удосконалення техніки кидка через стегно та розвиток координаційних здібностей

Цільова група: здобувачі освіти 14-16 років

Етап 1. Мотиваційно-орієнтаційний (10 хв.)

Тренер демонструє відеофрагмент виконання техніки кидка спортсменами високого рівня. Обговорюються особливості техніки, типові помилки та ключові елементи руху.

Інструменти: відеоаналіз (YouTube, Coach's Eye), інтерактивне обговорення

Етап 2. Практичний (25 хв.)

Відпрацювання техніки кидка у парах із поетапним ускладненням. Використовується мобільний додаток для фіксації виконання вправ.

Інструменти: мобільні додатки для відеозапису, сенсорні пристрої (за наявності)

Етап 3. Аналітико-корекційний (15 хв.)

Перегляд відеозаписів виконання вправ, аналіз помилок, порівняння з еталонним виконанням. Тренер надає індивідуальні рекомендації.

Інструменти: відеоаналіз, уповільнений перегляд, коментарі

Етап 4. Підсумковий (10 хв.)

Оцінювання виконання, обговорення результатів, заповнення короткої онлайн-анкети щодо самовідчуття та розуміння техніки.

Інструменти: Google Forms / Microsoft Forms, електронний журнал

Запропонований сценарій демонструє, що інноваційні технології інтегруються у всі етапи заняття, забезпечуючи підвищення його ефективності, індивідуалізацію підготовки та активізацію діяльності здобувачів освіти.

З метою оцінювання результативності впровадження інноваційних освітніх технологій доцільно використовувати систему показників, що відображають як процесуальні, так і результативні аспекти навчально-тренувального процесу.

Таблиця 2.4

Показники оцінювання ефективності застосування інноваційних освітніх технологій

Критерій	Показник	Характеристика	Інструменти оцінювання
Мотиваційний	Рівень залученості	Активність участі у занятті, інтерес	Спостереження, опитування
Когнітивний	Розуміння техніки	Засвоєння теоретичних і практичних аспектів	Тести, усне опитування
Діяльнісний	Якість виконання вправ	Точність, координація, динаміка рухів	Відеоаналіз, експертна оцінка
Цифровий	Використання технологій	Уміння працювати з цифровими інструментами	Аналіз роботи з платформами
Рефлексивний	Самооцінка діяльності	Здатність до аналізу власних результатів	Анкетування, самоаналіз

Застосування наведеної системи показників дозволяє здійснювати комплексне оцінювання ефективності навчально-

тренувального процесу, виявляти рівень сформованості професійних і цифрових компетентностей, а також коригувати методiku використання інноваційних освітніх технологій у діяльності тренера-викладача.

З метою поглиблення оцінювання ефективності застосування інноваційних освітніх технологій у навчально-тренувальному процесі доцільно використовувати рівневу шкалу, яка дає змогу визначити ступінь сформованості відповідних показників та здійснювати їх кількісно-якісну інтерпретацію.

Таблиця 2.5

Рівні сформованості ефективності застосування інноваційних освітніх технологій

Критерій	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
Мотиваційний	Висока зацікавленість, активна участь у всіх етапах заняття, прояв ініціативи	Часткова активність, інтерес нестійкий	Пасивність, відсутність зацікавленості
Когнітивний	Глибоке розуміння техніки, здатність пояснювати та аналізувати	Часткове розуміння, допускає помилки в поясненні	Фрагментарні знання, відсутність розуміння
Діяльнісний	Точне та впевнене виконання вправ, стабільний результат	Виконання з помилками, нестійкий результат	Низька якість виконання, значні помилки
Цифровий	Впевнене використання цифрових інструментів, самостійна робота	Використання з допомогою тренера	Відсутність навичок використання
Рефлексивний	Здатність до глибокого самоаналізу та корекції діяльності	Частковий самоаналіз, потребує допомоги	Відсутність рефлексії

Запропонована шкала рівнів дає змогу диференційовано оцінювати результати застосування інноваційних освітніх технологій у діяльності тренера-викладача та визначати динаміку розвитку здобувачів освіти. Її використання створює підґрунтя для обґрунтованого ухвалення педагогічних рішень, корекції навчально-тренувального процесу та підвищення його результативності.

2.3. Використання цифрових платформ і ресурсів у навчально-тренувальному процесі

У сучасних умовах цифрової трансформації освіти та спорту застосування цифрових платформ й інноваційних цифрових інструментів стає невід'ємною складовою професійної діяльності тренерів-викладачів. Для фахівців, які вже здобули професійну підготовку в закладах вищої освіти, такі технології являються не лише засобом підвищення ефективності навчально-тренувального процесу, а й інструментом професійного розвитку, комунікації та аналітики [12].

Цифрові платформи забезпечують інтеграцію різних видів діяльності — навчальної, тренувальної, комунікативної та аналітичної — в єдиному цифровому середовищі. Це дає змогу організувати безперервний навчально-тренувальний процес, який поєднує очні та дистанційні форми взаємодії, забезпечує доступ до навчальних матеріалів, підтримує зворотний зв'язок і створює умови для індивідуалізації підготовки спортсменів.

Особливого значення в діяльності тренера-викладача набувають такі цифрові рішення, як системи управління навчанням (LMS), комунікаційні платформи, інструменти відеоаналізу та технології штучного інтелекту. Їх використання дозволяє не тільки оптимізувати

організацію навчально-тренувального процесу, а й забезпечити значно глибший аналіз результатів, персоналізацію підготовки та підвищення якості зворотного зв'язку.

Таблиця 2.6

Цифрові платформи та інструменти у діяльності тренера-викладача

Категорія	Інструменти	Можливості використання
Комунікаційні платформи	Microsoft Teams, Zoom	Проведення онлайн-занять, консультацій, обговорень
LMS (системи управління навчанням)	Moodle, Google Classroom	Організація навчальних матеріалів, тестування, контроль
Відеоаналіз	Coach's Eye, Hudl	Аналіз техніки виконання вправ, корекція помилок
Мобільні додатки	Strava, MyFitnessPal	Моніторинг фізичної активності, контроль навантаження
AI-інструменти	аналітичні платформи, AI-відеоаналіз	Прогнозування результатів, аналіз ефективності тренувань

Використання цифрових платформ у навчально-тренувальному процесі дозволяє тренеру-викладачу ефективно організовувати взаємодію зі здобувачами освіти, здійснювати контроль результатів та забезпечувати індивідуальний підхід до кожного спортсмена. Зокрема платформа Microsoft Teams дає можливість організовувати онлайн-заняття, створювати навчальні групи, обмінюватися матеріалами та забезпечувати постійний зворотний зв'язок. Системи типу Moodle або Google Classroom використовуються для структурування навчального контенту, проведення тестування та оцінювання результатів.

Відеоаналіз є одним із найефективніших інструментів у підготовці спортсменів, оскільки дозволяє здійснювати детальний розбір техніки виконання вправ. Завдяки використанню

спеціалізованих програм тренер має можливість фіксувати рухи, аналізувати їх у динаміці, порівнювати з еталонними зразками та надавати обґрунтовані рекомендації щодо їх удосконалення.

Технології штучного інтелекту відкривають нові можливості для аналізу та прогнозування результатів тренувальної діяльності. Вони дозволяють обробляти великі обсяги даних, виявляти закономірності в розвитку фізичних показників, прогнозувати ефективність тренувальних програм та адаптувати їх відповідно до індивідуальних особливостей спортсменів.

Для узагальнення ролі цифрових інструментів у навчально-тренувальному процесі доцільно подати їх у вигляді структурної схеми.



Рис. 2.2. Цифрові інструменти в діяльності тренера-викладача

Інтеграція цифрових платформ й інноваційних інструментів у професійну діяльність тренера-викладача створює умови для підвищення ефективності навчально-тренувального процесу, забезпечує його адаптивність та індивідуалізацію, а також сприяє розвитку цифрової компетентності як невід'ємної складової сучасної професійної діяльності.

З метою чіткішого розуміння переваг використання цифрових інструментів у діяльності тренера-викладача доцільно здійснити порівняльний аналіз традиційного та цифрово орієнтованого навчально-тренувального процесу.

Таблиця 2.7

**Порівняльна характеристика традиційного та цифрового
навчально-тренувального процесу**

Критерій	Традиційне тренування	Цифрово орієнтоване тренування
Організація процесу	Очна форма, обмежена часом і місцем	Змішана або дистанційна форма, гнучкість
Джерела інформації	Усні пояснення, демонстрація	Відео, цифрові платформи, онлайн-ресурси
Аналіз техніки	Візуальне спостереження тренера	Відеоаналіз, уповільнений перегляд, AI
Контроль результатів	Суб'єктивна оцінка	Дані, цифрові журнали, аналітика
Індивідуалізація	Обмежена	Персоналізовані програми
Зворотний зв'язок	Усний, епізодичний	Постійний, цифровий, інтерактивний
Мотивація	Зовнішня (контроль тренера)	Комбінована (гейміфікація, самоконтроль)

Наведене порівняння свідчить про суттєве розширення можливостей організації навчально-тренувального процесу за рахунок інтеграції цифрових технологій, що дозволяє підвищити його гнучкість, об'єктивність та індивідуалізацію.

З метою конкретизації практичного використання цифрових платформ, відеоаналізу та технологій штучного інтелекту доцільно розглянути приклад комплексного застосування цих інструментів у діяльності тренера-викладача.

Кейс 2. Комплексне використання цифрових технологій у навчально-тренувальному процесі

Вид спорту: боротьба

Мета: удосконалення техніки виконання прийомів та підвищення ефективності індивідуальної підготовки

Етап 1. Організація взаємодії

Тренер створює навчальну групу в середовищі Microsoft Teams, де розміщує навчальні матеріали, відеоінструкції та план тренувань. Здобувачі освіти отримують доступ до матеріалів і виконують підготовчі завдання.

Етап 2. Практичне виконання

Під час тренування здійснюється відеозапис виконання вправ за допомогою мобільних пристроїв. Отримані дані використовуються для подальшого аналізу.

Етап 3. Аналітика та відео аналіз

Застосовуються програми відеоаналізу, які дозволяють:

- уповільнювати рухи;
- порівнювати виконання з еталонними зразками;
- визначати помилки в техніці.

Етап 4. Використання AI-технологій

Застосування аналітичних AI-інструментів дозволяє:

- оцінювати динаміку результатів;
- прогнозувати ефективність тренувальних навантажень;
- формувати індивідуальні рекомендації.

Етап 5. Зворотний зв'язок і корекція

Тренер надає індивідуальні рекомендації через цифрову платформу, використовує коментарі до відео та організовує онлайн-обговорення результатів.

Запропонований кейс демонструє інтеграцію комунікаційних платформ, відеоаналізу та технологій штучного інтелекту в єдину систему професійної діяльності тренера-викладача, що забезпечує

підвищення ефективності навчально-тренувального процесу, об'єктивність оцінювання та індивідуалізацію підготовки спортсменів.

Висновки до розділу 2

У розділі обґрунтовано методичні засади впровадження інноваційних освітніх технологій у навчально-тренувальний процес з урахуванням специфіки професійної діяльності тренерів-викладачів, підготовлених у закладах вищої освіти.

Визначено, що ефективність застосування інноваційних освітніх технологій забезпечується сукупністю організаційно-педагогічних умов, серед яких провідне значення мають професійна готовність тренера-викладача, створення цифрово орієнтованого освітнього середовища, методичний супровід, безперервний професійний розвиток та сформованість мотивації до інноваційної діяльності.

З'ясовано, що практична реалізація інноваційних освітніх технологій відбувається через інтеграцію сучасних форм, методів і засобів організації навчально-тренувального процесу, які забезпечують активізацію діяльності здобувачів освіти, індивідуалізацію підготовки та підвищення якості засвоєння навчального матеріалу. Розроблені приклади занять і кейси підтверджують доцільність поєднання інтерактивних методів, цифрових інструментів й аналітичних підходів.

Установлено, що використання цифрових платформ, систем управління навчанням, інструментів відеоаналізу та технологій штучного інтелекту сприяє оптимізації навчально-тренувального процесу, забезпечує об'єктивність оцінювання, розширює можливості зворотного зв'язку та створює умови для персоналізації підготовки спортсменів.

Практичне значення одержаних результатів полягає в розробленні структурованих методичних рекомендацій, таблиць, моделей і кейсів, які можуть бути використані тренерами-викладачами для вдосконалення власної професійної діяльності, підвищення ефективності навчально-тренувального процесу та розвитку цифрової компетентності.

РОЗДІЛ 3. МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ЗАСТОСУВАННЯ ІННОВАЦІЙНИХ ОСВІТНІХ ТЕХНОЛОГІЙ ТРЕНЕРАМИ-ВИКЛАДАЧАМИ СПЕЦІАЛІЗОВАНИХ ЗАКЛАДІВ ОСВІТИ

У сучасних умовах розвитку системи фізичної культури і спорту особливого значення набуває практична реалізація інноваційних освітніх технологій у діяльності тренерів-викладачів, які вже мають базову професійну підготовку та здійснюють навчально-тренувальну діяльність у спеціалізованих закладах освіти. Саме на цьому етапі відбувається трансформація теоретичних положень і методичних засад у конкретні професійні дії, спрямовані на підвищення ефективності підготовки спортсменів.

На відміну від попередніх розділів, у яких було обґрунтовано теоретичні та методичні основи застосування інноваційних освітніх технологій, у даному розділі акцент зроблено на їх практичному впровадженні. Особливу увагу приділено розробленню методичних рекомендацій, що відображають алгоритми, інструменти та приклади організації навчально-тренувального процесу з використанням сучасних цифрових і педагогічних технологій.

Практичні напрацювання, представлені в розділі, орієнтовані на вдосконалення професійної діяльності тренера-викладача, розвиток його цифрової та методичної компетентності, а також забезпечення індивідуалізації підготовки здобувачів освіти. Запропоновані підходи враховують сучасні вимоги до організації освітнього процесу, зокрема інтеграцію цифрових платформ, аналітичних інструментів, інтерактивних методів і технологій змішаного навчання.

3.1. Методика проєктування навчально-тренувального процесу з використанням інноваційних технологій

Проектування навчально-тренувального процесу з використанням інноваційних освітніх технологій є цілеспрямованою діяльністю тренера-викладача, спрямованою на створення ефективної системи підготовки спортсменів із урахуванням сучасних педагогічних підходів, цифрових можливостей та індивідуальних особливостей здобувачів освіти. У цьому контексті проектування розглядається не лише як планування занять, а як комплексний процес визначення цілей, добору змісту, методів, засобів і форм організації навчально-тренувальної діяльності.

Методика проектування базується на принципах системності, адаптивності, індивідуалізації, цифрової інтеграції та практичної спрямованості. Вона передбачає послідовне виконання етапів, що забезпечують логічну побудову навчально-тренувального процесу та його відповідність сучасним вимогам.

З огляду на це доцільно виокремити основні етапи проектування навчально-тренувального процесу.

Таблиця 3.1

Етапи проектування навчально-тренувального процесу

Етап	Зміст діяльності тренера-викладача	Інноваційні інструменти
Аналітичний	Діагностика рівня підготовленості, визначення потреб	Тести, цифрові платформи, аналітика
Цільовий	Формулювання цілей і результатів	SMART-цілі, цифрові планери
Проектувальний	Розробка структури занять і програм	LMS, шаблони планування
Технологічний	Добір методів, форм і засобів	Відеоаналіз, мобільні додатки
Реалізаційний	Проведення занять	Інтерактивні технології, цифрові ресурси
Рефлексивний	Оцінювання результатів і корекція	Онлайн-опитування, аналітика

У межах зазначеної методики особливу роль відіграє аналітичний етап, на якому тренер-викладач визначає вихідний рівень підготовленості

спортсменів, їх індивідуальні особливості, рівень мотивації та фізичного розвитку. Використання цифрових інструментів на цьому етапі дозволяє отримати об'єктивні дані та сформувати індивідуальні освітні траєкторії.

Цільовий етап передбачає формулювання чітких, вимірюваних результатів навчально-тренувального процесу. Використання підходу SMART сприяє конкретизації цілей і підвищує ефективність їх досягнення.

Проектувальний етап полягає у створенні структури занять, визначенні їх послідовності, доборі змісту та інтеграції інноваційних технологій. На цьому етапі тренер-викладач виступає як проектувальник освітнього середовища.

Технологічний етап передбачає вибір конкретних інструментів реалізації навчально-тренувального процесу, серед яких особливе місце займають цифрові платформи, відеоаналіз, мобільні додатки та інтерактивні методи навчання.

Реалізаційний етап включає безпосереднє проведення занять із використанням інноваційних освітніх технологій, що забезпечує активізацію діяльності здобувачів освіти та підвищення ефективності навчання.

Рефлексивний етап спрямований на оцінювання результатів, аналіз ефективності застосованих технологій та корекцію навчально-тренувального процесу.

Для узагальнення методики проектування доцільно подати її у вигляді структурної моделі.



Рис. 3.1. Методика проектування навчально-тренувального процесу

Застосування запропонованої методики дає можливість тренеру-викладачеві системно організувати навчально-тренувальний процес, забезпечити інтеграцію інноваційних технологій та підвищити його результативність. Вона сприяє переходу від традиційного планування занять до проєктування цілісної освітньо-тренувальної системи, орієнтованої на розвиток компетентного та конкурентоспроможного спортсмена.

З метою забезпечення практичного застосування методики проєктування навчально-тренувального процесу доцільно запропонувати універсальні інструменти, які можуть бути безпосередньо використані у професійній діяльності тренера-викладача.

Таблиця 3.2

Шаблон плану навчально-тренувального заняття (з використанням інноваційних технологій)

Компонент	Зміст
Вид спорту	
Група (вік, рівень)	
Тема заняття	
Мета заняття	
Очікувані результати	
Обладнання	
Цифрові інструменти	(Teams, відеоаналіз, додатки тощо)

Структура заняття:

Етап	Зміст діяльності	Інноваційні технології	Час
Підготовчий	Мотивація, інструктаж	Відео, презентації	___ хв
Основний	Виконання вправ	Відеоаналіз, додатки	___ хв
Аналітичний	Аналіз помилок	Перегляд відео	___ хв
Підсумковий	Оцінювання, рефлексія	Онлайн-опитування	___ хв

Результати заняття | _____ |
 Рекомендації | _____ |

Запропонований шаблон дозволяє системно організувати навчально-тренувальний процес, інтегруючи інноваційні технології у всі

його етапи, та забезпечує зручність планування і аналізу діяльності тренера-викладача.

З метою підвищення ефективності підготовки до проведення занять доцільно використовувати чек-лист, який дає можливість швидко оцінити готовність до застосування інноваційних освітніх технологій.

Таблиця 3.3

Чек-лист готовності тренера-викладача до проведення заняття

№	Питання	Так	Ні
1	Чітко визначено мету та результати заняття	☐	☐
2	Підібрано відповідні методи навчання	☐	☐
3	Заплановано використання інноваційних технологій	☐	☐
4	Підготовлено цифрові матеріали (відео, презентації)	☐	☐
5	Перевірено роботу технічних засобів	☐	☐
6	Передбачено індивідуальний підхід	☐	☐
7	Заплановано зворотний зв'язок	☐	☐
8	Підготовлено інструменти оцінювання	☐	☐

Використання чек-листа сприяє підвищенню організованості діяльності тренера-викладача, дозволяє уникнути типових помилок під час підготовки до заняття та забезпечує системний підхід до застосування інноваційних освітніх технологій.

3.2. Рекомендації щодо застосування інтерактивних, дистанційних та змішаних освітніх технологій у навчально-тренувальному процесі

Сучасний навчально-тренувальний процес у спеціалізованих закладах освіти характеризується активним використанням інтерактивних та цифрових технологій, що сприяють підвищенню ефективності підготовки спортсменів, розвитку їх мотивації та

формуванню стійких практичних навичок. Для тренерів-викладачів, які вже мають базову професійну підготовку, застосування таких технологій виступає засобом удосконалення професійної діяльності та адаптації до сучасних вимог освітнього середовища.

Інтерактивні технології забезпечують активну взаємодію між тренером і здобувачами освіти, створюють умови для колективного обговорення, аналізу ситуацій і прийняття рішень. Вони сприяють формуванню комунікативних навичок, розвитку критичного мислення та здатності працювати в команді.

Цифрові технології, у свою чергу, розширюють можливості організації навчально-тренувального процесу за рахунок використання платформ дистанційного навчання, відеоаналізу, мобільних додатків, електронних журналів та аналітичних інструментів. Їх інтеграція дозволяє забезпечити безперервність навчання, індивідуалізацію підготовки та об'єктивність оцінювання результатів.

Таблиця 3.4

Інтерактивні та цифрові технології в діяльності тренера-викладача

Тип технології	Характеристика	Приклади використання
Інтерактивні	Взаємодія, активне навчання	Дискусії, робота в групах, рольові ситуації
Проблемні	Аналіз ситуацій	Розбір помилок, моделювання ситуацій
Проектні	Практична діяльність	Розробка програм тренування
Цифрові	Використання ІКТ	LMS, відеоаналіз, мобільні додатки
Аналітичні	Оцінювання результатів	Дані, статистика, моніторинг

Застосування зазначених технологій потребує від тренера-викладача не лише володіння інструментами, а й здатності інтегрувати їх у структуру заняття, забезпечуючи досягнення поставлених цілей.

З метою конкретизації практичного використання інтерактивних і цифрових технологій доцільно розглянути приклади їх застосування у навчально-тренувальному процесі.

Кейс 3. Використання інтерактивних технологій у тренувальному процесі

Ситуація: навчання нової техніки прийому.

Тренер організовує роботу в малих групах, де здобувачі освіти аналізують відео виконання вправи, визначають помилки та пропонують способи їх виправлення. Після цього відбувається практичне відпрацювання з подальшим обговоренням результатів.

Результат:

- підвищення активності здобувачів освіти;
- формування навичок аналізу;
- розвиток комунікації.

Кейс 4. Використання цифрових технологій у навчально-тренувальному процесі

Ситуація: контроль і корекція техніки

Тренер використовує Microsoft Teams для організації взаємодії, завантажує відео виконання вправ і надає коментарі. Додатково застосовується відеоаналіз для виявлення помилок.

Результат:

- об'єктивний аналіз техніки;
- індивідуальні рекомендації;
- підвищення якості підготовки.

Таблиця 3.5

Приклад інтеграції інтерактивних і цифрових технологій у занятті

Етап	Діяльність	Технології
Початок	Мотивація, постановка завдань	Відео, презентація
Основний	Виконання вправ	Інтерактивні методи
Аналіз	Розбір помилок	Відеоаналіз
Завершення	Оцінювання	Онлайн-інструменти

Використання інтерактивних та цифрових технологій у діяльності тренера-викладача дозволяє забезпечити активізацію навчально-тренувального процесу, підвищити його ефективність і створити умови для розвитку професійної та цифрової компетентності здобувачів освіти.

3.3. Оцінювання ефективності застосування інноваційних освітніх технологій у діяльності тренера

Оцінювання ефективності застосування інноваційних освітніх технологій у діяльності тренера-викладача є важливою складовою організації навчально-тренувального процесу, оскільки дозволяє визначити результативність використаних підходів, виявити динаміку розвитку здобувачів освіти та обґрунтувати доцільність подальшого впровадження цифрових і педагогічних інновацій.

У сучасних умовах оцінювання набуває комплексного характеру і охоплює не лише результати фізичної підготовки, а й рівень сформованості професійних, цифрових та особистісних характеристик здобувачів освіти. Такий підхід забезпечує більш об'єктивне визначення ефективності навчально-тренувального процесу.

Для оцінювання доцільно використовувати систему критеріїв і показників, що відображають різні аспекти діяльності.

Таблиця 3.6

Критерії та показники оцінювання ефективності

Критерій	Показники	Зміст оцінювання
Мотиваційний	Рівень зацікавленості, активність	Ставлення до занять, участь
Когнітивний	Розуміння матеріалу	Засвоєння техніки і теорії
Діяльнісний	Якість виконання	Точність, координація
Цифровий	Використання ІКТ	Робота з платформами
Рефлексивний	Самоаналіз	Оцінка власної діяльності

Застосування цих критеріїв дає змогу здійснювати системне оцінювання результатів та визначати рівень ефективності впровадження інноваційних технологій.

Для практичного використання результатів оцінювання доцільно застосовувати діагностичні інструменти.

Таблиця 3.7

Методи та інструменти діагностики

Метод	Інструменти	Призначення
Спостереження	Карти спостереження	Аналіз поведінки
Тестування	Онлайн-тести	Перевірка знань
Відеоаналіз	Запис тренувань	Оцінка техніки
Опитування	Google Forms, анкети	Визначення мотивації
Аналіз даних	Платформи, статистика	Оцінка результатів

Важливим елементом оцінювання є визначення рівнів сформованості результатів, що дає можливість диференціювати здобувачів освіти за ступенем досягнення поставлених цілей.

Таблиця 3.8

Рівні ефективності застосування інноваційних технологій

Рівень	Характеристика
Високий	Системне використання технологій, стабільні результати, самостійність
Середній	Часткове використання, нестійкі результати
Низький	Обмежене використання, низька результативність

Для узагальнення процесу оцінювання ефективності доцільно представити його у вигляді структурної моделі (рис.3.2).



Рис. 3.2. Модель оцінювання ефективності навчально-тренувального процесу

Запропонований підхід до оцінювання ефективності застосування інноваційних освітніх технологій дозволяє забезпечити об'єктивність, системність і практичну спрямованість навчально-тренувального процесу, а також створює умови для його постійного вдосконалення.

Висновки до третього розділу

У розділі розроблено та обґрунтовано практичні методичні рекомендації щодо застосування інноваційних освітніх технологій у діяльності тренерів-викладачів спеціалізованих закладів освіти.

Встановлено, що ефективне проєктування навчально-тренувального процесу базується на поетапній організації діяльності, яка включає аналітичний, цільовий, проєктувальний, технологічний, реалізаційний і рефлексивний етапи, що забезпечують системність і результативність підготовки спортсменів.

Обґрунтовано доцільність використання інтерактивних і цифрових технологій як засобу підвищення ефективності навчально-тренувального процесу, активізації діяльності здобувачів освіти, розвитку їх професійних і цифрових компетентностей, а також забезпечення індивідуалізації підготовки.

Показано, що інтеграція цифрових платформ, відеоаналізу, мобільних додатків і технологій штучного інтелекту сприяє підвищенню об'єктивності оцінювання, розширенню можливостей зворотного зв'язку та оптимізації навчально-тренувального процесу.

Розроблено систему оцінювання ефективності застосування інноваційних освітніх технологій, яка включає критерії, показники, методи діагностики та рівні сформованості результатів, що дає змогу здійснювати комплексний аналіз діяльності та корекцію освітнього процесу.

Практична значущість результатів полягає у створенні методичних інструментів (шаблонів, таблиць, кейсів, моделей), які можуть бути використані тренерами-викладачами для вдосконалення професійної діяльності та підвищення ефективності підготовки спортсменів.

ВИСНОВКИ

У результаті проведеного дослідження, присвяченого підготовці тренерів-викладачів спеціалізованих закладів освіти до застосування інноваційних освітніх технологій у навчально-тренувальному процесі, було досягнуто поставленої мети та вирішено основні завдання.

У ході теоретичного аналізу наукових джерел з'ясовано, що професійна діяльність тренера-викладача в сучасних умовах характеризується інтеграцією педагогічних, тренерських і цифрових функцій, що зумовлює необхідність формування готовності до використання інноваційних освітніх технологій як невід'ємної складової професійної компетентності.

Визначено сутність професійної підготовки тренерів-викладачів як динамічного процесу розвитку їхньої професійної готовності, структура якої охоплює мотиваційний, когнітивний, діяльнісний і рефлексивний компоненти. Обґрунтовано значення цифрової компетентності як інтегрованої характеристики, що забезпечує ефективність професійної діяльності в умовах цифрового освітнього середовища.

Установлено, що інноваційні освітні технології являються важливим чинником модернізації навчально-тренувального процесу та забезпечують перехід до інтерактивних, практико-орієнтованих і цифрово підтриманих форм навчання. Визначено найбільш продуктивні технології, серед яких інтерактивне, проблемно-орієнтоване, проєктне, контекстне навчання, кейс-метод, змішане навчання, технології цифрового моніторингу та індивідуалізації підготовки.

Обґрунтовано методичні засади впровадження інноваційних освітніх технологій у діяльність тренерів-викладачів, які передбачають

створення відповідних організаційно-педагогічних умов, використання сучасних форм, методів і засобів навчання, а також інтеграцію цифрових платформ, відеоаналізу та технологій штучного інтелекту в навчально-тренувальний процес.

Розроблено методичні рекомендації, що включають алгоритм проектування навчально-тренувального процесу, шаблони занять, чек-листи підготовки, приклади кейсів і систему оцінювання ефективності застосування інноваційних освітніх технологій. Запропоновані інструменти забезпечують підвищення результативності професійної діяльності тренера-викладача, сприяють індивідуалізації підготовки спортсменів та розвитку їхніх компетентностей.

Визначено критерії, показники та рівні оцінювання ефективності застосування інноваційних освітніх технологій, що дозволяють здійснювати комплексну діагностику результатів навчально-тренувального процесу та корекцію професійної діяльності.

Практичне значення одержаних результатів полягає у можливості використання розроблених методичних рекомендацій в діяльності тренерів-викладачів спеціалізованих закладів освіти, в системі підвищення кваліфікації педагогічних працівників, а також у процесі підготовки майбутніх фахівців у закладах вищої освіти.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бойко Ю. С., Соколенко Л. С., Танасійчук Ю. М. Інтеграція новітніх методик викладання фізичного виховання в закладах вищої освіти України з використанням технологій для дистанційного навчання // *Академічні візії*. 2023. № 20. DOI: <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.8011003>. (дата звернення: 14.03.2026).
2. Гузій, Н. В. (2020). *Професійна компетентність педагога: теоретичні засади формування*. Київ: Київський університет імені Бориса Грінченка.
3. Дубасенюк, О. А. (2014). *Професійно-педагогічна підготовка фахівців у контексті євроінтеграційних процесів*. Житомир: Вид-во ЖДУ.
4. Дущенко О. Сучасний стан цифрової трансформації освіти / О. Дущенко // *Фізико-математична освіта*. – 2021. – № 2 (28). – С. 40–45. DOI: 10.31110/2413-1571-2021-028-2-007. – Режим доступу: https://www.researchgate.net/publication/351136337_SUCASNIJ_STAN_CIFROVOI_TRANSFORMACII_OSVITI
5. Карамушка, Л. М. (2018). *Психологія професійного розвитку педагогів*. Київ: Університетське видавництво «Пульсари».
6. Корольова Н. Ю. Педагогічні проблеми навчання студентів дисципліні «Фізичне виховання» в сучасних умовах // *Науковий вісник Львівської академії. Серія: Педагогічні науки*. Зб. наук. праць / Гол. ред. Т. С. Плачинда. Кропивницький: ЛА НАУ, 2019. Вип. 5. С. 150–154.

7. Кошелева О. О., Скрипченко І. Т. *Інноваційні технології в системі фізичного виховання студентів ЗВО: методичні рекомендації*. Дніпро: Журфонд, 2021. 46 с. Режим доступу: <https://academy-vision.org/index.php/av/article/download/1390/1262/1281>.
8. Кошелева, О., & Скрипченко, І. (2021). Інноваційні технології в системі фізичного виховання: виклики та перспективи. *Бібліотека Інформаційного центру НАСОО*. [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://libraryinform.uni-sport.edu.ua/інноваційні-технології-в-системі-фіз>
9. Курлянд, З. Н. *Модульне навчання: сутність, структура, реалізація*. // Педагогіка і психологія. — 2004. — № 2. — С. 43–50.
10. Лівак, П. Є., Коновал, Ю. М., & Максим'як, Я. О. (2024). Роль фізичної освіти у формуванні активного способу життя серед української молоді: виклики та перспективи. *Академічні візії*, 31, 1–13. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.11219431>.
11. Лівак, П., Коновал, Ю., & Максим'як, Я. (2023). Матеріально-технічне забезпечення фізичного виховання у молодіжному середовищі. *Academy Vision*, (2), 45–50. [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://academy-vision.org/index.php/av/article/download/1390/1262/1281>
12. Лопатюк О., Захарова О. Інновації на заняттях з фізичного виховання у закладах вищої освіти. *Вісник КрНУ імені Михайла Остроградського. Професійна освіта*, 2023, 1 (138). DOI: <https://doi.org/10.32782/1995-0519.2023.1.22>. (дата звернення: 20.03.2026)

13. Медіапсихологічні ресурси подолання травми війни. 2-ге вид., випр. та доп.: практичний посібник / Н. І. Череповська, Н. Ф. Умеренкова.. — Київ: Вид. «КНТ», 2023. — 222 с.
14. Морзе Н. В., Базелюк О. В., Воротникова І. П. та ін. *Опис цифрової компетентності педагогічного працівника (проект)*. Київ, 2019.
URL:
<https://elibrary.kubg.edu.ua/27905/1/digital%20comp%20teacher%20Morze.pdf>
15. Морзе, Н. В., Барна, О. В., Вембер, В. П., Гладун, М. А., Кочарян, А. Б., & Нанаєва, Т. В. (2019). *Опис цифрової компетентності педагогічного працівника (проект)*. Київ: Міністерство освіти і науки України. URL:
<https://elibrary.kubg.edu.ua/27905/1/digital%20comp%20teacher%20Morze.pdf>
16. Морзе, Н. В., Варченко-Троценко, Л. О., Буйніцка, О. П., & Стрюк, А. М. (2020). *Digital competence of a modern teacher of the New Ukrainian School: guidelines*. Київ: ТОВ «КампPrint». Режим доступу: <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/27905/>
17. Нестеренко, О. М., Шпітун, І. І., & Бабич, Т. М. (2024). Інноваційні підходи до викладання фізичної культури в закладах вищої освіти: підвищення ефективності навчання та розвитку фізичних якостей студентів. *Академічні візії*, 35. DOI:
<https://doi.org/10.5281/zenodo.13912423>
18. Оксьом, П., Азаренков, В., & Бережна, Л. (2020). Сучасний стан та проблеми забезпечення викладання навчальної дисципліни «Фізичне виховання» у закладах вищої освіти України. *ХДАФК*.

Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення, 1, 119–131. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.10903816>

19. Опис цифрової компетентності педагогічного працівника (2019). Затверджено наказом МОН України № 38 від 15.01.2019. Режим доступу:

<https://mon.gov.ua/storage/app/media/robota-mon/pedagogichna-diyalnist/Osvitni%20tekhnologiyi/2021/11/12/kompetyentnist-19.11.2021.pdf>

20. Стрельніков, В. Ю. (2016). *Використання теорій інтенсивного навчання у професійній підготовці майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту*. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15 «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)», Вип. 3К2 (71), 316–319.

21. Череповська О. А., Хрипач А. Г., Світлик В. В., Куспиш О. В. Оптимізація фізичної підготовленості студентів з використанням розробленого методичного забезпечення у фізичному вихованні закладів вищої освіти. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури. Фізична культура і спорт*, 2(108), 2019, с. 170–174.

22. Шавель Х. Є., Бойко Ю. С., Соколенко Л. С. Інноваційні моделі підготовки здобувачів вищої освіти в галузі фізичного виховання та спорту. *Академічні візії*, 2023, № 17. DOI: <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.7724404>. (дата звернення: 14.03.2026).

ДОДАТКИ

Додаток А

Шаблон плану навчально-тренувального заняття з використанням
інноваційних освітніх технологій

Вид спорту: _____

Група (вік, рівень): _____

Тема заняття: _____

Мета заняття: _____

Очікувані результати: _____

Обладнання: _____

Цифрові інструменти: _____

Структура заняття

Етап	Зміст діяльності	Інноваційні технології	Час
Підготовчий	Мотивація, інструктаж	Відео, презентація	_____
Основний	Виконання вправ	Відеоаналіз, додатки	_____
Аналітичний	Аналіз помилок	Перегляд відео	_____
Підсумковий	Оцінювання, рефлексія	Онлайн-опитування	_____

Результати заняття: _____

Рекомендації: _____

Додаток Б

Чек-лист готовності тренера-викладача до проведення заняття

№	Питання	Так	Ні
1	Визначено мету заняття	☐	☐
2	Сформульовано результати	☐	☐
3	Обрано методи навчання	☐	☐
4	Підготовлено цифрові матеріали	☐	☐
5	Перевірено технічні засоби	☐	☐
6	Передбачено індивідуальний підхід	☐	☐
7	Заплановано зворотний зв'язок	☐	☐
8	Підготовлено інструменти оцінювання	☐	☐

Додаток В

Анкета для оцінювання ефективності навчально-тренувального процесу

1. Чи було вам цікаво на занятті?
☐ Так ☐ Частково ☐ Ні
2. Чи допомогли цифрові інструменти краще зрозуміти матеріал?
☐ Так ☐ Частково ☐ Ні
3. Чи зрозуміли ви техніку виконання вправ?
☐ Повністю ☐ Частково ☐ Ні
4. Чи отримали ви індивідуальні рекомендації?
☐ Так ☐ Ні
5. Оцініть власну активність:
☐ Висока ☐ Середня ☐ Низька

Приклад організації навчального середовища на цифровій платформі

Структура курсу:

- Тема 1: Техніка виконання вправ
- Тема 2: Аналіз помилок
- Тема 3: Самостійна робота

Матеріали:

- Відеоінструкції
- Презентації
- Тестові завдання

Функції:

- Онлайн-комунікація
- Завантаження матеріалів
- Оцінювання

Приклад відеоаналізу техніки виконання вправ

Об'єкт аналізу: виконання кидка

Етапи аналізу:

1. Запис відео
2. Уповільнений перегляд
3. Визначення помилок
4. Порівняння з еталоном
5. Рекомендації

Інструменти:

- Відеоплеєр
- Аналітичні програми

Розширена таблиця оцінювання ефективності

Критерій	Показник	Рівень
Мотиваційний	Активність	Високий / Середній / Низький
Когнітивний	Розуміння	Високий / Середній / Низький
Діяльнісний	Виконання	Високий / Середній / Низький
Цифровий	Робота з ІКТ	Високий / Середній / Низький
Рефлексивний	Самоаналіз	Високий / Середній / Низький

Приклад індивідуальної програми підготовки спортсмена

Параметр	Значення
Рівень підготовки	Середній
Мета	Покращення техніки
Навантаження	Індивідуалізоване
Контроль	Відеоаналіз
Засоби	Мобільні додатки

Розгорнутий сценарій навчально-тренувального заняття

Тема: удосконалення техніки

Тривалість: 60 хв

Етапи:

- 10 хв — мотивація (відео)
- 30 хв — практика
- 10 хв — аналіз
- 10 хв — підсумок

Інструменти:

- відеоаналіз
- цифрові платформи
- онлайн-опитування