Věda a perspektivy № 12(31) 2023
ISSN 2695-1584 (Print)
ISSN 2695-1592 (Online)

https://doi.org/10.52058/2695-1592-2023-12(31)-131-142

Сергій Пензай

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
доцент кафедри теорії та методики спорту
Уманського державного педагогічного університету
імені Павла Тичини,
м. Умань, Україна,
https://orcid.org/0000-0003-3396-6728

ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ НЕФІЗКУЛЬТУРНОГО ПРОФІЛЮ

Анотація. У статті здійснено аналіз теоретико-методологічної бази професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх учителів нефізкультурного профілю в аспекті інноваційності.

Зважаючи на те, що професійно-прикладна фізична підготовка – це систематичний підхід до фізичної підготовки, орієнтований на розвиток конкретних фізичних та практичних навичок, які відповідають вимогам певної професії або діяльності, цей вид фізичної підготовки покликаний не лише підтримувати загальний рівень фізичної активності та здоров'я, а й готувати організм до специфічних вимог роботи чи професійної діяльності. В умовах воєнного стану це дуже важливо, причому для представників усіх професій загалом та для студентів закладів вищої освіти нефізкультурного профілю зокрема. Професійно-прикладна фізична підготовка повинна бути адаптована до індивідуальних потреб і мети кожної особи, враховуючи стан її здоров'я, стиль життя та особисті цілі.

Традиційно професійно-прикладна фізична підготовка майбутніх учителів здійснюється в аудиторному та позааудиторному форматі, кожен з яких має свої переваги.

Акцентовано на ролі спортивних ігор у професійно-прикладній фізичній підготовці майбутніх вчителів, адже вони можуть бути ефективним засобом для розвитку різних фізичних, соціальних та педагогічних навичок, які важливі для майбутніх педагогів. Відзначено також, що успішною формою позааудиторної роботи є флешмоб.

Резюмовано, що для підвищення ефективності професійно-прикладної підготовки майбутніх учителів нефізкультурного профілю (особливо в умовах воєнного стану) необхідно постійно переглядати, оновлювати та адаптувати її теоретико-методологічну базу залежно від умов і можливостей у конкретному

закладі вищої освіти, сконцентрувавши увагу на обов'язковій реалізації адекватних педагогічних умов, піднесенні рівня фізкультурної грамотності, раціональному поєднанні аудиторних та позааудиторних форм роботи, плановому і ситуативному доборі найвідповідніших засобів та вимогам цифровізації освітнього процесу.

Ключові слова: професійно-прикладна фізична підготовка, фізичне виховання, фізична культура та спорт, форми і засоби професійно-прикладної фізичної підготовки, заклад вищої освіти.

Serhii Penzai

Candidate of Sciences in Physical Culture and Sports, Associate Professor,
Associate Professor of the Department of Theory and Methodology of Sports,
Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University,
Uman, Ukraine,
https://orcid.org/0000-0003-3396-6728

PROFESSIONAL APPLIED PHYSICAL TRAINING OF FUTURE TEACHERS OF THE NON-PHYSICAL PROFILE

Abstract. The article analyzes the theoretical-methodological base of professional-applied physical training of future teachers of a non-physical education profile in the aspect of innovativeness.

Considering the fact that professional and applied physical training is a systematic approach to physical training, focused on the development of specific physical and practical skills that meet the requirements of a certain profession or activity, this type of physical training is designed not only to maintain the general level of physical activity and health me, but also to prepare the body for the specific requirements of work or professional activity. In the conditions of martial law, this is very important, and for representatives of all professions in general and for students of higher education institutions of a non-physical education profile in particular. Vocational and applied physical training should be adapted to the individual needs and goals of each person, taking into account their health, lifestyle and personal goals.

Traditionally, professional and applied physical training of future teachers is carried out in the classroom and outside the classroom format, each of which has its own advantages.

Emphasis is placed on the role of sports games in the professional-applied physical training of future teachers, because they can be an effective tool for the development of various physical, social and pedagogical skills that are important for future teachers. It was also noted that a successful form of extracurricular work is a flash mob.

It is summarized that in order to increase the effectiveness of the professional and applied training of future teachers of non-physical education (especially in the conditions of martial law), it is necessary to constantly review, update and adapt its theoretical and methodological base depending on the conditions and opportunities in a specific institution of higher education, focusing on mandatory implementation of adequate pedagogical conditions, raising the level of physical education literacy, rational combination of classroom and non-auditory forms of work, planned and situational selection of the most appropriate means and requirements of digitalization of the educational process.

Keywords: professional and applied physical training, physical education, physical culture and sport, forms and means of professional and applied physical training, institution of higher education.

Постановка проблеми. Професійно-прикладна фізична підготовка – це систематичний підхід до фізичної підготовки, орієнтований на розвиток конкретних фізичних та практичних навичок, які відповідають вимогам певної професії або діяльності. Цей вид фізичної підготовки покликаний не лише підтримувати загальний рівень фізичної активності та здоров'я, а й готувати організм до специфічних вимог роботи чи професійної діяльності. В умовах воєнного стану це дуже важливо, причому для представників усіх професій.

Тренування та вправи спрямовані на розвиток конкретних навичок, які важливі для виконання професійних обов'язків. Наприклад, для військових це може бути відпрацювання базових рухів для формування бойових навичок, а для рятувальників – тренування витривалості та навичок екстремального рятування. Обов'язковою умовою є систематичність, адже регулярні тренування та вправи, які поступово ускладнюються, сприяють зростанню фізичної підготовленості та адаптації організму до конкретних навантажень.

Професійно-прикладна фізична підготовка може включати елементи, які дозволяють людині ефективно діяти в умовах стресу, екстремальних ситуацій або надзвичайних обставин. Для досягнення конкретних цілей може бути використано спеціальні тренажери або обладнання, що імітують умови роботи або виконання завдань, що є характерними для певної професії. Окрім специфічної підготовки, важливо підтримувати загальний рівень фізичної активності та здоров'я. Професійно-прикладна фізична підготовка повинна бути адаптована до індивідуальних потреб і мети кожної особи, враховуючи стан її здоров'я, стиль життя та особисті цілі.

Професійно-прикладна фізична підготовка здійснюється в усіх закладах вищої освіти, проте умови сьогодення потребують оновлення її теоретико-методологічної бази згідно профілю, зокрема для майбутніх вчителів нефізкультурних спеціальностей, чим і зумовлена актуальність пропонованого дослідження.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблемі професійно-прикладної фізичної підготовки студентів різних спеціальностей закладів вищої освіти у своїх працях приділили увагу М. Божик, Ю. Вихляєв, О. Внукова, А. Драчук, А. Дяченко, Л. Кожевникова, Т. Круцевич, О. Коломійцева, І. Косоверова, О. Котова, А. Огнистий, Т. Осадченко, О. Остапова, Л. Пилипей, Д. Платонов, А. Проценко, Р. Сафіна, І. Чабан, П. Шмигов, Н. Щербак та ін.

Так, О. Остапова зазначає, що «принцип органічного зв'язку фізичного виховання з практикою трудової діяльності справді найбільш конкретно втілюється в процесі професійно-прикладної фізичної підготовки» [1].

Л. Пилипей вказує, що методики професійно-прикладної фізичної підготовки передбачають:

- головну увагу слід зосередити на засобах і компонентах загальної фізичної підготовки, які сприяють розвитку професійно важливих якостей;
- присутність вправ, які забезпечують позитивне перенесення тренованості і навичок. Не варто використовувати вправи, які можуть призвести до негативного переносу навичок;
- включати в загальну фізичну підготовку тренувальні навантаження, які протидіють несприятливому впливу на здоров'я професіональної гіподинамії [2, С. 45].

Науковці рекомендують при виборі засобів професійно-прикладної фізичної підготовки враховувати індивідуальні уподобання та фізичний стан студента Також, зазвичай, важливо включати різноманіття в заняття для підтримки інтересу та постійного заохочення [3; 4].

М. Божик вважає, що «практика фізичного виховання майбутніх фахівців не сприяє покращенню їхніх фізичних кондицій та професійних компетенцій. Цьому, крім іншого, не сприяє й зміст чинних навчальних програм, кількість академічних занять із фізичного виховання та організація самостійної роботи, що, зі свого боку, вимагає значного покращення й удосконалення професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх учителів-предметників» [5, С. 33].

Саме тому необхідно переглянути теоретико-методологічні засади професійно-прикладної фізичної підготовки студентів закладів вищої освіти, зокрема педагогічних нефізкультурного профілю з метою оптимізації.

Мета статті - аналіз теоретико-методологічної бази професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх учителів нефізкультурного профілю в аспекті інноваційності.

Виклад основного матеріалу. У навчально-методичній літературі (Т. Шепеленко, А. Буц, І. Бодренкова) професійно-прикладна фізична підготовка визначається як «спеціально спрямоване та вибіркове використання засобів фізичної культури і спорту для підготовки до визначеної професійної діяльності» [4, С. 94].

О. Остапова професійно-прикладну фізичну підготовку дефінує як «різновид фізичного виховання; як педагогічний процес, який має є мету, зміст, кінцевий результат, а тому запроваджується у ЗВО як невід'ємна складова навчально-виховного процесу; як багатофункціональну модель підготовки майбутнього фахівця з урахуванням найбільш істотних факторів, які впливають на його працездатність, а також, форм зв'язку й ступеня взаємозалежності різних параметрів, включених у модель» [1, С. 215].

Загалом, професійна діяльність учителя нефізкультурних спеціальностей має певну специфіку в аспекті фізичної активності, зокрема, малорухливий спосіб професійної діяльності та перевантаження зорового аналізатора. Для розроблення системи професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх учителів нефізкультурного профілю важливо враховувати ці особливості.

Для успішної професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх учителів необхідна реалізація педагогічних умов, орієнтованих на розвиток не лише фізичних, але й педагогічних та міжособистісних навичок, серед яких найважливішими, на нашу думку, є такі:

1) Індивідуалізація навчання, яка передбачає д**іагностику фізичних можливостей, оцінювання** рівня фізичної підготовки кожного студента, а також створення індивідуальних планів для студентів із забезпеченням врахування їхніх цілей, потреб та особистих обставин.

2) Належні умови навчання (проведення практичних занять, організація практик, забезпечення можливостей для студентів експериментувати на уроках та тренуваннях).

3) Технологічна інтеграція, цифровізація (використання відео та віртуальної реальності, сприяння інтерактивному вивченню та аналізу власної фізичної активності та техніки; **онлайн-ресурси та додатки** для підтримки навчання та взаємодії між викладачем та студентами).

4) **Оцінювання та зворотній зв'язок (в**икористання різних методів оцінювання, щоб відзначити прогрес та досягнення студентів; забезпечення постійного зворотного зв'язку для корекції помилок та покращення навичок).

5) **Психологічна та педагогічна підтримка (о**рганізація зустрічей для обговорення труднощів та обміну досвідом; надання студентам можливостей для особистого обговорення питань та отримання порад від викладачів).

Ці педагогічні умови спрямовані на створення ефективного середовища для професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх учителів.

У сучасній науковій літературі активно використовується термін *фізична/фізкультурна грамотність* (*physical literacy*) у значенні: «The holistic concept of physical literacy (PL) embraces different person-centered qualities (physical, cognitive, affective/psychological) necessary to lead physically active lifestyles» (цілісна концепція фізичної грамотності (ФГ) охоплює різні особистісно орієнтовані якості (фізичні, когнітивні, емоційні/психологічні),

необхідні для ведення фізично активного способу життя) [6, С. 166]. Отож, професійно-прикладна фізична підготовка майбутніх учителів має бути спрямована на піднесення рівня фізкультурної грамотності, відповідно до чого може реалізуватися у різних формах, наприклад::

1) Функціональний тренінг (орієнтовано на покращення функціональної силової підготовки, що допомагає ефективніше виконувати повсякденні та передбачає вправи з власною вагою, тренування з гантелями, робота з тренажерами, які заохочують рух у трьох площинах).

2) Специфічна фізична підготовка для спорту (тренування, спрямоване на покращення фізичних якостей, важливих для конкретного виду спорту, зокрема, специфічні вправи для футболістів, легкоатлетів, боксерів тощо).

3) Тренування витривалості (фокусується на покращенні витривалості у різних сферах діяльності, зокрема, біг, велосипед, плавання, тренування на ергометрах тощо).

4) Реабілітаційний тренінг (орієнтовано на відновлення фізичної форми після травм чи хвороб, наприклад, систематичні вправи для підтримки здоров'я суглобів, терапевтичні вправи та ін.).

5) Тактична фізична підготовка (містить елементи, спрямовані на покращення фізичних якостей, важливих для виконання тактичних завдань (наприклад, для військовослужбовців), зокрема, вправи для розвитку складних навичок перебування в екстремальних ситуаціях) та ін.

Незалежно від форми, важливо враховувати індивідуальні особливості, фізичний стан та конкретні цілі індивідуума під час розробки програми професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх учителів. Вищенаведені форми мають комплексний характер, зважаючи на наявність серед студентів осіб, які займаються певним видом (видами) спорту на аматорському чи професійному рівні; паралельно проходять підготовку на військових кафедрах; продовжили навчання або проходять реабілітацію після поранень під час активних бойових дій чи травм побутового характеру.

Студентам нефізкультурного профілю важливо забезпечити різноманітну за засобами професійно-прикладну фізичну підготовку, оскільки це може позитивно вплинути на їхнє здоров'я, психічний стан та загальну продуктивність. Зокрема, засоби професійно-прикладної фізичної підготовки можна об'єднати у такі групи:

- прикладні фізичні вправи й окремі елементи різних видів спорту;
- прикладні види спорту (цілісне використання);
- оздоровчі сили природи і гігієнічні фактори;
- допоміжні засоби, які забезпечують якість навчального процесу з професійно-прикладної фізичної підготовки [4, С. 96].

Найбільшою ефективністю, за нашими спостереженнями, для студентів нефізкультурного профілю відзначаються такі засоби:

1) Фітнес-тренування (групові тренування: аеробіка, зумба, пілатес та ін., які можуть бути цікавими та ефективними для студентів; тренування з власною вагою: такі прості вправи, як прес, присідання, що дозволяють тренувати м'язи без спеціалізованого обладнання).

2) Кардіотренування (біг або ходьба, які є простим і ефективним способом покращити кардіоваскулярну витривалість; велосипед або еліптичний тренажер, що надають можливість тренувань з низьким впливом на суглоби).

3) Ігрові види спорту (баскетбол, волейбол, настільний теніс, які сприяють фізичній активності та соціальній взаємодії).

4) Оздоровчі техніки (йога і медитація допомагають зняти стрес, поліпшують гнучкість та сприяють психічній рівновазі).

5) Відкритий спорт (бадмінтон, гольф та ін. як види спорту, які можна виконувати на свіжому повітрі та отримувати задоволення від гри) [3].

Важливо враховувати індивідуальні уподобання та фізичний стан студента при виборі засобів професійно-прикладної фізичної підготовки. Також необхідно урізноманітнювати заняття для підтримки інтересу та постійного заохочення.

Традиційно професійно-прикладна фізична підготовка майбутніх учителів здійснюється в аудиторному та позааудиторному форматі.

Аудиторна форма (мається на увазі спортивний зал чи спортивний майданчик для занять фізичною культурою та спортом) професійно-прикладної фізичної підготовки студентів має кілька переваг, особливо в контексті їхньої підготовки як майбутніх учителів:

1) Педагогічна орієнтованість (аудиторна форма підготовки дозволяє студентам отримувати педагогічні навички та методичні засоби для подальшого викладання; студенти отримують практичний досвід з організації фізичних занять та тренувань, що корисно для їхньої майбутньої професійної діяльності).

2) Розвиток методичної компетентності (студенти вчаться розробляти та проводити заняття, враховуючи особливості аудиторії та педагогічні принципи).

3) Оцінка та аналіз результатів (стимулюється вміння визначати ефективність підготовки та коригувати програми на основі отриманих результатів).

4) Інтеграція теорії та практики (аудиторна форма дозволяє студентам застосовувати теоретичні знання у практиці; створюється можливість працювати з реальними аудиторіями та адаптувати підходи відповідно до потреб групи).

5) Формування комунікативних навичок (студенти вчаться ефективно спілкуватися, адаптувати свій підхід та взаємодіяти з різними типами

Věda a perspektivy № 12(31) 2023
ISSN 2695-1584 (Print)
ISSN 2695-1592 (Online)

особистостей; розвивається вміння враховувати індивідуальні потреби та здібності учнів).

6) Створення позитивного клімату (заняття в групах під час аудиторних занять сприяє створенню позитивного соціального середовища).

7) Зміцнення мотивації (майбутні вчителі вчаться створювати такі умови для навчання та розвитку учнів, які стимулюватимуть їх активність).

Вважаємо, що аудиторна форма професійно-прикладної фізичної підготовки дозволяє студентам отримати багатоцільовий педагогічний досвід, який буде корисний у їхній майбутній вчительській (викладацькій) кар'єрі.

Позааудиторні форми (спортивні секції, клуби тощо) професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх учителів мають свої переваги, зокрема:

1) Різноманітність вправ (заняття на вулиці або в інших природних умовах дозволяють використовувати різноманітні природні елементи та обладнання для проведення різних вправ, що сприяє розширенню спектру фізичної активності).

2) Загартовування організму (працюючи на вулиці або в умовах, відмінних від стандартної аудиторії, студенти отримують додатковий фізичний вплив від природних факторів, таких як повітря, сонце, вода, що сприяє загартовуванню організму).

3) Соціальна взаємодія (групові заняття на вулиці створюють сприятливі умови для взаємодії та комунікації між учасниками групи, що може поліпшити соціальні навички студентів).

4) Мотивація та інтерес (заняття на свіжому повітрі або в нестандартних умовах можуть зробити навчання цікавішим для студентів, що сприяє їхній більшій мотивації).

5) Фізичне здоров'я (позааудиторні форми підготовки можуть сприяти збереженню та покращенню фізичного здоров'я студентів через регулярну фізичну активність та природний вплив).

6) Творчість та імпровізація (у нестандартних умовах студенти можуть розвивати творчість та імпровізаційні навички, пристосовуючи вправи до конкретних умов та обставин.

7) Екологічна освіта (заняття на вулиці дозволяє підвищити екологічну свідомість студентів, оскільки вони можуть більше взаємодіяти з природою та розуміти її важливість для здоров'я).

Загалом, позааудиторні форми професійно-прикладної фізичної підготовки доповнюють аудиторну роботу та сприяють комплексному розвитку студентів і формуванню у них різних навичок, які будуть корисні в їхній подальшій професійній діяльності.

Варто окрему увагу приділити ролі спортивних ігор у професійно-прикладній фізичній підготовці майбутніх учителів нефілологічних спеціаль-

ностей, адже як стверджує група фахівців з фізичного виховання та спорту Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького: «У результаті теоретичного дослідження та логіко-аналітичного зіставлення соціально та професійно важливих якостей майбутнього педагога та найбільш значущих якостей у фізкультурно-спортивній діяльності виявлено, що найбільш ефективним засобом професійно-прикладної фізичної підготовки є спортивні ігри» [7].

Безумовно, спортивні ігри відіграють значущу роль у професійно-прикладній фізичній підготовці майбутніх вчителів. Ці ігри можуть бути ефективним засобом для розвитку різних фізичних, соціальних та педагогічних навичок, які необхідні для майбутніх педагогів. Назвемо найважливіші функції спортивних ігор в професійно-прикладній фізичній підготовці майбутніх вчителів нефізкультурного профілю:

1) Розвиток фізичних навичок (участь у різних спортивних іграх сприяє розвитку координації рухів, гнучкості та пластичності; змагальний характер ігор допомагає розвивати спритність, а також швидкість реакції та виконання рухів; заняття спортом допомагає покращувати фізичну силу та витривалість).

2) Соціальні навички (спортивні ігри створюють умови для взаємодії та співпраці в групах, розвиваючи комунікаційні навички; важливість власного внеску в команду та відчуття відповідальності перед партнерами; виховання взаємопідтримки та позитивного відношення до учасників гри).

3) Педагогічні аспекти (деякі елементи спортивних ігор можуть бути використані для моделювання ситуацій, які виникають під час навчального процесу; ознайомлення з правилами гри сприяє розвитку вміння визначати та дотримуватися правил у навчальному процесі).

4) Стимулювання інтересу до фізичної активності (спортивні ігри можуть стати привабливим засобом підвищення інтересу студентів до фізичної активності та здоров’я).

5) Розвиток стресостійкості та самоконтролю (спортивні ігри можуть викликати стрес та емоційне напруження, що розвиває вміння керувати своїми емоціями та стресом; **спроможність приймати рішення в умовах несподіванок:** Навички вирішення проблем та адаптації до непередбачених обставин).

Отже, спортивні ігри можуть бути важливим інструментом у формуванні фізичної, соціальної та педагогічної компетентності майбутніх вчителів. Вони сприяють інтеграції різних аспектів розвитку та підготовки, що є важливим для успішної педагогічної практики.

Вважаємо необхідним акцентувати увагу на такій формі позааудиторної роботи зі студентами як флешмоб, який можна рекомендувати з метою стимуляції до занять фізичної культурою та спортом у системі професійно-

прикладної фізичної підготовки. Флешмоб – це спонтанна, тимчасова акція, в якій група людей збирається в певному місці та виконує конкретну дію чи акцію, зазвичай, щось несподіване та оригінальне, а потім розходиться так само швидко, як і зібралася.

У циклі професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх учителів (мотиваційний засіб) можна організувати такі флешмоби:

1) Спортивний флешмоб (потібно зібрати якнайбільше студентів для короткого танцю чи хореографічного виступу, використовуючи спортивні рухи; варто провести флешмоб у центральній частині університетського кампусу або на спортивних майданчиках).

2) Тренування на перерві (флешмоб, під час якого студенти виходять з аудиторій і проводять короткий експрес-тренінг на площі перед корпусом або в коридорах).

3) Зарядка під час лекцій (можна домовитися із викладачами про короткі перерви під час лекцій для проведення флешмобу з групової зарядки або розминки).

4) Спортивні ігри на головному майданчику (флешмоб, під час якого студенти проводять короткі спортивні ігри (фризбі, волейбол, баскетбол) на головному майданчику.

5) Флешмоб із використанням екіпірування (можна забезпечити студентів спеціальним фізкультурним екіпіруванням і запустити флешмоб, під час якого вони виконують спортивні елементи чи вправи).

6) Флешмоб із використанням м’ячів (флешмоб, під час якого студенти використовують м’ячі для синхронних рухів або для виконання кумедних трюків).

7) Танцювальний флешмоб на площі (можна підготувати короткий танцювальний номер з використанням простих елементів акробатики та організувати флешмоб на головній площі університету).

Правильно проведені флешмоби стануть яскравими та незабутніми заходами, які піднесуть настрій та сприятимуть фізичній активності серед студентів з фізичного виховання.

В умовах сьогодення важливу роль відіграє цифровізація освітнього процесу, в тому числі в процесі професійно-прикладної підготовки майбутніх фахівців різних профілів. Т. Осадченко зазначає, що «цифрові та інформаційні технології активно впроваджуються як у професійний, так і в аматорський спорт, що є активним стимулятором загальної мотивації українців до здорового способу життя та активного заняття фізичною культурою та спортом» [8, С. 107], тому використання різного типу гаджетів, мобільних застосунків, які допомагають контролювати фізичні показники та рухову активність, повинно стати нормою як у повсякденні, так і в організації навчально-виховного процесу з фізичного виховання в закладах вищої освіти, нефізкультурного профілю зокрема.

Висновки. Отже, для підвищення ефективності професійно-прикладної підготовки майбутніх учителів нефізкультурного профілю (особливо в умовах воєнного стану) необхідно постійно переглядати, оновлювати та адаптувати її теоретико-методологічну базу залежно від умов і можливостей у конкретному закладі вищої освіти, сконцентрувавши увагу на обов'язковій реалізації адекватних педагогічних умов, піднесенні рівня фізкультурної грамотності, раціональному поєднанні аудиторних та позааудиторних форм роботи, плановому і ситуативному доборі найвідповідніших засобів та вимогах цифровізації освітнього процесу.

Література:

1. Остапова О.О. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів ВНЗ України III-IV рівнів акредитації: поняття, види, зміст. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Сер.: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. 2013. Вип. 112(2). С. 212-215.

2. Пилипей Л. П. Теоретико-методичні основи професійно-прикладної фізичної підготовки студентів вищих навчальних закладів : дис. … д-ра. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02 / Нац. університ. фіз. вих. і спорту України. Київ, 2010. 513 с.

3. Інноваційні технології фізичного виховання студентів: навч. пос. / за заг. ред. Вихляєва Ю.М. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського. 2018. 543 с.

4. Шепеленко Т.В., Буц А.М., Бодренкова І.О. Фізичне виховання у формуванні здорового способу життя : навч. посіб. Харків: УкрДУЗТ, 2018. 125 с.

5. Божик М. Професійно-прикладна фізична підготовка як ефективна умова формування готовності майбутніх учителів-предметників до професійної діяльності. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : збірник наукових праць. № 1 (21). 2013. С.32-35.

6. Carl Johannes, Bryant Anna S., Edwards Lowri C., Bartle Gillian, Birch Jens E., Christodoulides Efstathios at al. Physical literacy in Europe: The current state of implementation in research, practice, and policy. *Journal of Exercise Science and Fitness.* 2023. № 21(1), P.165-176 https://doi.org/10.1016/j.jesf.2022.12.003

7. Проценко А.А., Котова О.В, Цибульська В.В. та ін. Спортивні ігри як засіб професійно-прикладної фізичної підготовки здобувачів педагогічних закладів вищої освіти. *Наукові інновації та передові технології*. Сер. Педагогіка. 2023. № 5(19) С. 581-591 https://doi.org/10.52058/2786-5274-2023-5(19)-581-591

8. Осадченко Т. Сучасний стан цифровізації у сфері фізичної культури та спорту в Україні. *Physical Culture and Sport: ScientificPerspective.* 2023. No 2. С. 103-108. https://doi.org/10.31891/pcs.2023.2.14

References:

1. Ostapova O.O. (2013) Profesiino-prykladna fizychna pidhotovka studentiv VNZ Ukrainy III-IV rivniv akredytatsii: poniattia, vydy, zmist [Apprenticeship physical training university students Ukraine III-IV accreditation levels : concept, types, content]. Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu. Ser.: Pedahohichni nauky. Fizychne vykhovannia ta sport. Vyp. 112(2). S. 212-215. [in Ukrainian].

2. Pylypei L.P. (2010) Teoretyko-metodychni osnovy profesiino-prykladnoi fizychnoi pidhotovky studentiv vyshchykh navchalnykh zakladiv [Theoretical and methodological foundations of professional and applied physical training of students of higher educational institutions] *Doctor's thesis.* Natsionalnyi universytet fizychnoho vykhovanna i sportu Ukrainy. Kyiv. [in Ukrainian].

3. Innovatsiini tekhnolohii fizychnoho vyhovannia studentiv [Innovative technologies of physical training of students]. (2018). Ed. Vykhluauev Yu.M. Kyiv: KPI im. Ihoria Sikorskoho. [in Ukrainian].

4. Shepelenko T.V., Buts A.M., Bodrenkova I.O. (2018) Fizychne vykhovanna u formuvanni zdorovoho sposobu zhytta [Physical education in the formation of a healthy lifestyle]. Kharkiv: UkrDUZT. [in Ukrainian].

5. Bozhyk M. (2013) Profesiino-prykladna fizychna pidhotovka yak efektyvna umova formuvannia hotovnosti maibutnikh uchyteliv-predmetnykiv do profesiinoi diialnosti [Professionally Applied Physical Training As an Effective Condition of Formation of Future Teachers to Professional Activity]. Fizychne vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi : zbirnyk naukovykh prats. № 1 (21). S.32-35. [in Ukrainian].

6. Carl Johannes, Bryant Anna S., Edwards Lowri C., Bartle Gillian, Birch Jens E., Christodoulides Efstathios at al. (2023) Physical literacy in Europe: The current state of implementation in research, practice, and policy. *Journal of Exercise Science and Fitness.* № 21(1) (pp.165-176) Retrieved from https://doi.org/10.1016/j.jesf.2022.12.003

7. Protsenko A.A., Kotova O.V., Tsybulska V.V. at al. (2023) Sportyvni ihry yak zasib profesiino-prykladnoi fizychnoi pidhotovky zdobuvachiv pedahohichnykh zakladiv vyshchoi osvity [Sports games as a means of professional and applied physical training of students of pedagogical institutions of higher education]. Naukovi innovatsii ta peredovi tekhnolihii. Ser. Pedahohika. № 5 (19), (pp. 581-591). Retrieved from https://doi.org/10.52058/2786-5274-2023-5(19)-581-591 [in Ukrainian].

8. Osadchenko T. (2023). Suchasnyi stan tsyfrovizatsii u sferi fizychnoi kultury ta sportu v Ukraini [Current state of digitalization in the sphere of physical culture and sports in Ukraine]. Physical Culture and Sport: Scientific Perspective. No 2, (pp. 103-108). Retrieved from https://doi.org/10.31891/pcs.2023.2.14 [in Ukrainian].