

## ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ВИКОРИСТАННЯ ФІТНЕСУ В ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

**Дишко О. Л.**

*кандидат педагогічних наук, доцент,  
доцент кафедри фізичної культури  
КЗВО «Луцький педагогічний коледж» Волинської обласної ради  
просп. Волі, 36, Луцьк, Україна  
[orcid.org/0000-0002-1310-6950](https://orcid.org/0000-0002-1310-6950)  
[odyshko@lpc.ukr.education](mailto:odyshko@lpc.ukr.education)*

**Косинський Е. О.**

*викладач кафедри фізичної культури  
КЗВО «Луцький педагогічний коледж» Волинської обласної ради  
просп. Волі, 36, Луцьк, Україна  
[orcid.org/0000-0002-4297-4087](https://orcid.org/0000-0002-4297-4087)  
[ekosynsjkj@lpc.ukr.education](mailto:ekosynsjkj@lpc.ukr.education)*

**Кліш І. С.**

*кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,  
доцент кафедри фізичної культури  
КЗВО «Луцький педагогічний коледж» Волинської обласної ради  
просп. Волі, 36, Луцьк, Україна  
[orcid.org/0000-0001-9761-8496](https://orcid.org/0000-0001-9761-8496)  
[iklish@lpc.ukr.education](mailto:iklish@lpc.ukr.education)*

**Фукс Л. П.**

*викладач циклової комісії фізичної культури та Захисту України  
Відокремлений структурний підрозділ «Технічний фаховий коледж  
Луцького національного технічного університету»  
вул. Конякіна, 5, Луцьк, Україна  
[orcid.org/0009-0006-9238-9456](https://orcid.org/0009-0006-9238-9456)  
[fuksluda7@gmail.com](mailto:fuksluda7@gmail.com)*

**Ключові слова:** *учитель  
фізичної культури,  
рекреаційно-оздоровча  
діяльність, фітнес,  
здоров'язбережувальні  
технології.*

У статті аналізується проблема підготовки майбутніх фахівців фізичної культури до використання фітнесу в оздоровчо-рекреаційній діяльності. Утверджується думка, що підвищення ефективності підготовки майбутніх учителів фізичної культури залежить від різноплановості їхньої освіти, від подолання стереотипу, що фізкультура спрямована лише на певні показники. Наголошено, що фізична культура покликана, передовсім, формувати мотиваційно-ціннісне ставлення до свого здоров'я. Доведено необхідність рекреаційно-оздоровчої діяльності у її зв'язку з фізичною культурою та фітнесом як елементом останньої. Обґрунтовано доцільність запровадження фітнес-технологій у підготовку студентів як для збереження їхнього власного здоров'я, так і для набуття навичок навчання фітнесу школярів у майбутньому, що знадобиться їм, зокрема, у рекреаційно-оздоровчій роботі. Викладено положення щодо успішного застосування фітнес-технологій у навчальному процесі.

Наведено результати анкетування викладачів фізичної культури області та здобувачів освіти коледжу першого і четвертого років навчання щодо самооцінювання знань із методики використання фітнесу в процесі фізичного виховання в контексті оздоровчо-рекреаційної діяльності. Найвищий рівень самооцінки показали студенти четвертого курсу, найнижчий – студенти першого курсу, при цьому несподівано низькою виявилася самооцінка вчителів. Відображено результати тестування, проведеного з метою встановлення об’єктивного рівня знань із методики використання фітнесу в процесі фізичного виховання: підсумки тестування доводять, що вчителі мають значно кращі знання, ніж припускали під час анкетування, дещо кращими виявився рівень знань у студентів I курсу, а результати тестування студентів IV курсу засвідчили, що вони під час анкетування переоцінили свою підготовленість у сфері фітнесу. Зроблено висновок, що викладачі, маючи високий рівень знань із фітнесу як системи різнопланової реалізації положень валеології та ефективної здоров’язбережувальної технології, а також забезпечуючи загалом високий рівень знань і навичок здобувачів освіти, мають більше уваги приділити напрацюванню студентами компетентностей щодо проведення занять із фітнесу як учителів фізичної культури.

## **TRAINING OF FUTURE SPECIALISTS IN PHYSICAL EDUCATION FOR THE USE OF FITNESS IN HEALTH AND RECREATION ACTIVITIES**

**Dyshko O. L.**

*Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor,  
Associate Professor at the Department of Physical Education  
Municipal Higher Educational Institution “Lutsk Pedagogical College”  
of the Volyn Regional Council  
Voli Ave., 36, Lutsk, Ukraine  
orcid.org/0000-0002-1310-6950  
odyshko@lpc.ukr.education*

**Kosynskyi E. O.**

*Lecturer at the Department of Physical Education  
Municipal Higher Educational Institution “Lutsk Pedagogical College”  
of the Volyn Regional Council  
Voli Ave., 36, Lutsk, Ukraine  
orcid.org/0000-0002-4297-4087  
ekosynsjkyj@lpc.ukr.education*

**Klish I. S.**

*Candidate of Sciences in Physical Education and Sports, Associate Professor,  
Associate Professor at the Department of Physical Education  
Municipal Higher Educational Institution “Lutsk Pedagogical College”  
of the Volyn Regional Council  
Voli Ave., 36, Lutsk, Ukraine  
orcid.org/0000-0001-9761-8496  
iklish@lpc.ukr.education*

**Fuchs L. P.**

*Lecturer at the Cycle Commission of Physical Culture and the Defense of Ukraine  
Technical Applied College of Lutsk National Technical University*

*Konyakina str., 5, Lutsk, Ukraine*

*orcid.org/0009-0006-9238-9456*

*fuksluda7@gmail.com*

**Key words:** *teacher of Physical Education, recreational and health activities, fitness, health-preserving technologies.*

The article analyzes the problem of training future Physical Culture specialists to use fitness in health and recreational activities. The opinion is asserted that increasing the effectiveness of the training of future Physical Education teachers depends on the diversity of their education, on overcoming the stereotype that Physical Education is aimed only at certain indicators. It is emphasized that Physical Culture is designed primarily to form a motivational and valuable attitude to one's health. The necessity of recreation and health activities in its connection with Physical Culture and fitness as an element of the latter is proven. The expediency of introducing fitness technologies into the training of students is substantiated both to preserve their own health and to acquire the skills of training schoolchildren in the future, which they will need, in particular, in recreational and health work. Provisions regarding the successful use of fitness technologies in the educational process are outlined. The results of a questionnaire survey of Physical Education teachers of the Volyn region and first- and fourth-year college students regarding self-assessment of knowledge on the methods of using fitness in the process of Physical Education in the context of health and recreational activities are given. The highest level of self-esteem was shown by fourth-year students, the lowest by first-year students, while teachers' self-esteem turned out to be unexpectedly low. The results of the testing conducted with the aim of establishing an objective level of knowledge on the methods of using fitness in the process of Physical Education are displayed: the results of the testing prove that teachers have much better knowledge than was assumed during the questionnaire, the level of knowledge of 1st-year students turned out to be somewhat better, and the test results of the 4th-year students showed that they overestimated their readiness in the field of fitness during the questionnaire. It is concluded that teachers, having a high level of knowledge of fitness as a system of multifaceted implementation of the provisions of valeology and effective health-preserving technology, as well as ensuring a generally high level of knowledge and skills of the students of education, should pay more attention to students' development of competencies in conducting classes with of fitness as teachers of Physical Culture.

**Постановка проблеми.** Незважаючи на складні умови сьогодення, тривають євроінтеграційні процеси, які зумовлюють необхідність реалізації реформ у сфері освіти щодо підготовки висококваліфікованих фахівців. Сучасний випускник закладу вищої освіти має постійно розвивати свої здібності, професійну мобільність, доводити свою конкурентоспроможність, удосконалювати фізичну та психологічну підготовку, збагачувати свій досвід та професійно-особистісні компетентності; має упроваджувати нові технології в освітній процес і творчо працювати в умовах інноваційного освітньо-інформаційного простору [8].

Вимоги, які сучасне суспільство висуває до різноплановості підготовки фахівців фізичної культури, потребують пошуку нових шляхів їх усебічного розвитку та вдосконалення. Реформування фізкультурної освіти спрямоване на підготовку фахівця, який зміг би швидко адаптуватися до нових реалій, ухвалювати адекватні рішення, мав би широку професійну компетенцію, тобто не лише глибокі спортивно-педагогічні знання та практичні навички з певних видів спорту, а й здатність кваліфіковано застосовувати їх у професійній діяльності [4].

Як слушно зауважує Н. Крутогорська, «сучасна школа потребує вчителя з творчим науково-педагогічним мисленням, із високою професійною мобільністю, здатного працювати не лише на уроці фізкультури, а й поза межами класу, школи – під час проведення фізкультурно-масової, оздоровчої, спортивної роботи, готового до самостійного інноваційного пошуку» [5].

Неперервний пошук новітніх та вдосконалення традиційних інструментів, а також їх комплексне використання у педагогічній діяльності є важливим чинником ефективної підготовки нового покоління фахівців фізичної культури, підвищення їхньої педагогічної майстерності, цілеспрямованого впливу на розкриття творчого потенціалу, розвиток освіченості, вихованості та підвищення рівня фізичної підготовленості підростаючого покоління [2]. Зокрема, таким інструментом, який уже тривалий час доводить свою ефективність та здатність модифікуватися, є фітнес. Водночас, як свідчить досвід, збільшується число наукових розвідок щодо вивчення особливостей підготовки майбутніх фахівців фізичної культури до використання фітнесу в оздоровчо-рекреаційній діяльності.

#### **Аналіз останніх досліджень і публікацій.**

Науковці і фахівці-практики неодноразово зверталися до проблеми професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури, що підкреслює актуальність цього аспекту. Зокрема, Т. Лоза обґрунтувала необхідність упровадження інноваційних технологій у процес фізичного виховання студентської молоді [7]; А. Веселовський, В. Редчиць, І. Ільчишин окреслили окремі напрями професійної підготовки фахівця фізичної культури у світлі вимог сьогодення [2]; О. Отравенко розглядала інноваційні методи навчання як основу якісної професійної підготовки майбутнього вчителя фізичної культури [8]; П. Рибалко досліджував проблему підготовки майбутніх учителів фізичної культури до організації фізкультурно-оздоровчого середовища закладу середньої освіти [9]; С. Цаподой аналізував готовність майбутніх фахівців фізичної культури до організації застосування здоров'язбержувальних технологій у професійно-технічному навчальному закладі [11]; А. Гакман вивчав організацію рекреаційно-оздоровчої діяльності дітей 11–14 років в умовах дитячого табору відпочинку [3]; С. Свірщук, Т. Вознюк, А. Драчук досліджували спеціальну підготовку майбутніх учителів фізичної культури до фізкультурно-рекреаційної діяльності як пріоритетний напрям сучасної вищої освіти [10]; Я. Логвінова описала використання фітнес-технологій у формуванні здоров'язбержувальної компетентності студентів факультету фізичного виховання [6].

Як видно, упровадження фітнесу у процес підготовки майбутніх фахівців фізичної культури науковцями не досліджено повною мірою.

**Мета дослідження** – визначити науково-педагогічний інструментарій формування у майбутніх фахівців фізичної культури готовності до використання фітнесу в оздоровчо-рекреаційній діяльності.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Професійна підготовка майбутнього вчителя фізкультури є складною, багатогранною системою, яка спрямована на здобуття та розвиток у процесі навчання у закладі вищої освіти достатнього рівня компетентності для ефективної професійної діяльності молодого фахівця з фізичної культури [11].

Слушною є думка Б. Шияна про те, що «високий рівень підготовки майбутніх учителів фізичної культури досягається за умов: наукового обґрунтування і впровадження в процес фахової підготовки теоретико-методичних елементів (знань, умінь, навичок), орієнтованих на формування фізичної культури школярів; переорієнтації системи фізичного виховання з консервативно-нормативної моделі, що суперечить вимогам шкільної фізкультурної освіти, на інноваційну педагогічну діяльність, складниками якої є конструктивний, організаційний та дослідницький компоненти» [12].

На думку Т. Лози, необхідною умовою підвищення ефективності навчання майбутніх фахівців у ЗВО є формування у них готовності до вибраної майбутньої професійної діяльності [7]. Отже, використання у процесі фізичного виховання науково обґрунтованих інноваційних та оздоровчих методик, програм, технологій нині є надзвичайно актуальним. Водночас авторка підкреслює наявність цілої низки суперечностей між певними чинниками, які вимагають нагального подолання, зокрема між: 1) сучасними вимогами до здоров'я, розумової та фізичної працездатності, фізичної підготовленості майбутніх спеціалістів і реальним станом їхнього мотиваційно-ціннісного ставлення до здорового способу життя, здатністю до виконання майбутніх професійних обов'язків; 2) об'єктивною необхідністю впровадження системи сучасного науково-методичного забезпечення навчання студентів у процесі використання методик, які спрямовані на покращення фізичної працездатності на заняттях із фізичного виховання, та наявністю розрізнених безсистемних і неузгоджених знань із цього питання; 3) необхідністю узгодження форм, методів і засобів навчання з вимогами часу та перевантаженням традиційних підходів у навчанні студентів на заняттях із фізичного виховання [7].

Професійна підготовка вчителів фізичної культури має підпорядковуватися специфічним принципам кінезіологічної спрямованості, спортивної техніки та педагогічної майстерності, соціокультурної спрямованості, використання цифрового освітнього середовища, застосування інноваційних видів рухової активності; ґрунтуватися на виваженому поєднанні спортивної, валеологічної та психолого-педагогічної підготовки; зважати на вплив активного розвитку та використання інформаційних технологій і засобів на здоров'я молодого покоління та його пріоритети [9]. Очевидно, що такі комплексність і системність створюють основу для запровадження рекреаційно-оздоровчої діяльності.

Рекреаційно-оздоровчу діяльність О. Андрєєва, М. Дутчак та О. Благій тлумачать як процес взаємодії людини з довкіллям, завдяки якому вона «досягає свідомо поставленої мети, що виникла внаслідок появи потреби в активному відпочинку, отриманні задоволення, оздоровленні, відновленні фізичних та духовних сил у вільний або спеціально визначений час, що стимулює рухову та соціальну активність і створює оптимальні умови для творчого самовираження особистості» [1].

Основною метою рекреаційно-оздоровчої технології, як зазначає А. Гакман, може слугувати сприяння розвитку здорової гармонійно розвиненої особистості, організація корисного дозвілля та активного відпочинку, виховання позитивних моральних і вольових якостей на основі підвищення ефективності рекреаційно-оздоровчої діяльності [3].

Науковці С. Свірщук, Т. Вознюк та А. Драчук наголошують, що у процесі підготовки майбутніх фахівців із фізичної культури до рекреаційно-оздоровчої діяльності, окрім загальноприйнятих форм фізичної рекреації, варто звернути увагу на засвоєння студентами новітніх здоров'язбережувальних технологій, заснованих на різних видах фітнес-програм, аеробіки, східних оздоровчих видів гімнастики [10]. Вони проводяться з метою вирішення таких завдань:

- виховання відповідального ставлення до власного здоров'я та здоров'я суспільства як до вищої індивідуальної та суспільної цінності;
- формування у дітей та учнівської молоді навичок здорового способу життя;
- оптимізація режиму навчально-виховного процесу;
- збільшення рухової активності дітей та молоді;
- активізація фізкультурно-оздоровчої роботи засобами рекреаційно-оздоровчих технологій [10].

Таким чином, зміцнення здоров'я людини, підвищення життєвого тону, поліпшення працездатності, вдосконалення фізичних якостей, формування правильної статури, покращення

психоемоційного стану та ефективної протидії щоденним стресам можна досягнути завдяки активному впровадженню новітніх фітнес-технологій у підготовку фахівців із фізичної культури.

Як відомо, фітнес, по суті, є практичною реалізацією теоретичних положень валеології – науки про збереження і зміцнення здоров'я. Фітнес-технології як сукупність науково обґрунтованих способів і методичних прийомів мають оздоровчий вплив і спрямовані на задоволення потреб особистості в руховій активності, на формування позитивного ставлення до здорового способу життя та соціальної успішності. Вони можуть мати оздоровчо-кондиційну спрямованість (зниження ризику розвитку захворювань, досягнення й підтримка певного рівня фізичного стану) або переслідують цілі, пов'язані з розвитком здібностей виконувати на належному рівні рухові та спортивні завдання [6].

Перевагою використання фітнес-технологій у процесі підготовки вчителя фізичної культури для вирішення завдань здоров'язбереження є комплексний вплив на всі системи організму, покращення з їх допомогою показників фізичного складника здоров'я [6].

Як зазначає Я. Логвінова, для сучасних науково обґрунтованих технологій із фітнесу характерна ціла низка ознак, які доводять доцільність їх використання у процесі підготовки вчителя фізичної культури, а саме: «спрямованість на досягнення цілей фітнесу (оздоровлення, підвищення рівня фізичного і психічного розвитку, фізичної працездатності, розвиток фізичних здібностей); інноваційність (пріоритетне використання інноваційних засобів, методів, форм проведення занять); інтегративність і модифікація (інтеграція засобів і технологій із різних видів фізичної культури, їх модифікація); варіативність (різноманітність засобів, методів, форм проведення занять); мобільність (швидка реакція на попит населення на певні види рухової активності); адаптивність до контингенту, простота і доступність; естетична доцільність; емоційна спрямованість (підвищення настрою, позитивне емоційне тло); моніторинг (лікарсько-педагогічний контроль у процесі занять); результативність, задоволеність від занять» [6].

Для успішного використання можливостей фітнес-технологій в освітньому процесі важливою є теоретична та методична підготовка, тому студент має знати: основні компоненти здорового способу життя і значення рухової активності для розвитку організму; місце фізичної культури в підготовці студентів до життєдіяльності; методики побудови індивідуальних оздоровчих та оздоровчо-профілактичних програм; методи контролю за власним станом здоров'я під час занять фітнес-технологіями та виконання оздоровчих програм, теоретико-методичні засади оздоровчого тренування,

принципи і методи підбору, застосування фізичних вправ; заходи профілактики фізичної та розумової втоми, запобігання фізичному перетренуванню, методи оцінки стану соматичного здоров'я [6].

Для визначення значення та перспектив використання фітнесу в оздоровчо-рекреаційній діяльності майбутніми вчителями фізичної культури ми провели анкетування студентів першого року навчання (53 особи), здобувачів освіти IV курсу (47 осіб), які навчаються в коледжі, та вчителів фізичного виховання області (31 особа). Оцінюючи свій рівень знань із методики використання фітнесу в процесі фізичного виховання, студенти першого року навчання вказали, що він є низьким (100%), здобувачі освіти IV курсу – високим (85,1%), учителі фізичної культури – низьким (83,9%). За допомогою тестування ми з'ясували об'єктивний рівень знань із методики використання фітнесу в процесі фізичного виховання: у I курсу підтвердився низький рівень обізнаності у фітнесі – 71,7%, середній – 28,3%, високий рівень не показав жоден з опитаних. 10,66% студентів IV курсу показали низький рівень обізнаності у фітнесі, середній – 55,3%, високий – 34,04%. Учителі фізичної культури відповіли так: 90,3% – високий рівень, 9,7% – середній.

Таким чином, здобувачі першого року навчання, визнавши у себе низький рівень обізнаності

щодо використання фітнесу у фізичній культурі, підтвердили це за допомогою тестів. Оцінюючи свій рівень знань із фітнесу, студенти IV курсу продемонстрували невинувато високий рівень самооцінки. В опитуванні вчителів помітна тенденція оцінювати свій рівень як низький, але тестування підтвердило високий рівень обізнаності педагогів щодо фітнесу.

**Висновки та перспективи подальших розробок у цьому напрямку.** Таким чином, наше дослідження свідчить про необхідність більш широкого впровадження фітнес-технологій у процес підготовки майбутніх учителів фізичної культури. Наявна система підготовки фахівців у коледжі забезпечує високий рівень загальних теоретичних знань, однак очевидно є необхідність поглиблення спеціальних знань. Здобуті студентами коледжу знання та навички з фітнесу як напряму фізичної культури мають бути більш підкріплені вміннями реалізовувати їх у професійній діяльності, оскільки фітнес є головною здоров'язбережувальною технологією. Це має стати одним із головних завдань для викладачів.

Перспективу подальших наукових розвідок убачаємо в дослідженні різних видів фітнесу для використання у майбутній професійній діяльності.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Андрєєва О., Дутчак М., Благій О. Теоретичні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2020. № 2. С. 59–66.
2. Веселовський А., Редчиць В., Ільчишин І. Окремі напрями професійної підготовки фахівця фізичної культури у світлі вимог сьогодення. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2016. Вип. 15. С. 277–283.
3. Гакман А.В. Організація рекреаційно-оздоровчої діяльності дітей 11–14 років в умовах дитячого табору відпочинку : автореф. дис. ... канд. наук з фізичного виховання та спорту : 24.00.02. Київ, 2012. 20 с.
4. Дишко О.Л. Підготовка майбутніх фахівців фізичної культури до спортивно-туристичної діяльності. *Педагогічні науки: теорія та практика*. 2023. № 3(47). С. 56–62.
5. Крутогорська Н.Ю. Підготовка майбутнього вчителя фізичної культури до виховної роботи в школі з формування здорового способу життя. *Гуманізація навчально-виховного процесу*. 2010. Вип. 50(1). С. 40–51.
6. Логвінова Я.О. Використання фітнес-технологій у формуванні здоров'язберігаючої компетентності студентів факультету фізичного виховання. *Наукові записки. Серія «Педагогічні науки»*. 2022. № 207. С. 201–205. <https://doi.org/10.36550/2415-7988-2022-1-207-201-205>
7. Лоза Т.О. Обґрунтування необхідності впровадження інноваційних технологій у процес фізичного виховання студентської молоді. *Молодий вчений*. 2015. № 2. С. 197–203.
8. Отравенко О.В. Інноваційні методи навчання як основа якісної професійної підготовки майбутнього вчителя фізичної культури. *Open educational e-environment of modern University, special edition*. 2019. С. 222–230.
9. Рибалко П.Ф. Проблема підготовки майбутніх учителів фізичної культури до організації фізкультурно-оздоровчого середовища закладу середньої освіти. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*. 2020. VIII(88). С. 38–41.
10. Свірщук С., Вознюк Т., Драчук А. Спеціальна підготовка майбутніх учителів фізичної культури до фізкультурно-рекреаційної діяльності як пріоритетний напрям сучасної вищої освіти. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2012. № 2. С. 80–84.
11. Цаподой С.В. Готовність майбутніх фахівців фізичної культури до організації здоров'язбережувальних технологій у професійно-технічному навчальному закладі. *Актуальні питання науки, освіти і*

*супільства: теорія і практика* : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., м. Умань, 28 жовтня 2022 р. Умань, 2022. Ч. 2. С. 82–83.

12. Шиян Б.М. Теоретико-методичні основи підготовки вчителів фізичного виховання в педагогічних навчальних закладах : автореф. дис. ... докт. пед. наук : 13.00.04. Київ, 1997. 50 с.

#### REFERENCES

1. Andryeyeva O., Dutchak M., Blahiy O. (2020) Teoretychni zasady ozdorovcho-rekreatsiynoyi rukhovoyi aktyvnosti riznykh hrup naseleण्या [Theoretical principles of health and recreational motor activity of different population groups]. *Teoriya i metodyka fizychnoho vykhovannya i sportu*. №2. S. 59–66.
2. Veselovsky A., Redchyt V., Ilchyshyn I. (2016) Okremi napryamy profesiynoyi pidhotovky fakhivtsya fizychnoyi kultury u svitli vymoh sohodennya [Separate areas of professional training of a physical culture specialist in the light of today's requirements]. *Aktualni pytannya humanitarnykh nauk*. Vyp. 15. S. 277–283.
3. Hakman A.V. (2012) Orhanizatsiya rekreatsiyno-ozdorovchoyi diyalnosti ditey 11–14 rokiv v umovakh dytyachoho taboru vidpochynku [Organization of recreational and recreational activities of children 11–14 years old in the conditions of a children's recreation camp]: avtoref. dys. ... kand. nauk z fizychnoho vykhovannya ta sportu : spets. 24.00.02 «Fizychna kul'tura, fizyчне vykhovannya riznykh verstv naseleण्या». Kyiv. 20 s.
4. Dyshko O.L. (2023) Pidhotovka maybutnikh fakhivtsiv fizychnoyi kul'tury do sportyvno-turystychnoyi diyalnosti [Preparation of future physical culture specialists for sports and tourist activities]. *Pedahohichni nauky: teoriya ta praktyka*. № 3 (47). S. 56–62.
5. Krutohorska N.Yu. (2010) Pidhotovka maybutn'oho vchytelya fizychnoyi kultury do vykhovnoyi roboty v shkoli z formuvannya zdorovoho sposobu zhyttya [Preparation of the future teacher of physical culture for educational work in the school on the formation of a healthy lifestyle]. *Humanizatsiya navchal'no-vykhovnoho protsesu*. Slovyansk. Vyp. 50 (1). S. 40–51.
6. Lohvinova Ya.O. (2022) Vykorystannya fitnes-tekhnologiy u formuvanni zdorovyazberihayuchoyi kompetentnosti studentiv fakultetu fizychnoho vykhovannya [The use of fitness technologies in the formation of health-preserving competence of students of the Faculty of Physical Education]. *Naukovi zapysky. Seriya: Pedahohichni nauky*. № 207. S. 201–205. <https://doi.org/10.36550/2415-7988-2022-1-207-201-205>
7. Loza T.O. (2015) Obgruntuvannya neobkhidnosti vprovadzhennya innovatsiynykh tekhnologiy v protses fizychnoho vykhovannya student-s'koyi molodi [Justification of the need to introduce innovative technologies in the process of physical education of student youth]. *Molodyy vchenyy*. №2. S. 197–203.
8. Otravenko O.V. (2019) Innovatsiyni metody navchannya yak osnova yakisnoyi profesiynoyi pidhotovky maybutn'oho vchytelya fizychnoyi kul'tury [Innovative teaching methods as the basis of quality professional training of the future teacher of physical culture]. *Open educational e-environment of modern University, special edition*. S. 222–230.
9. Rybalko P.F. (2020) Problema pidhotovky maybutnikh uchyteliv fizychnoyi kultury do orhanizatsiyi fizkul'turno-ozdorovchoho seredovyscha zakladu seredn'oyi osvity [The problem of training future teachers of physical education for the organization of the physical culture and health environment of the secondary education institution]. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*. VIII (88). S. 38–41.
10. Svirshchuk S., Voznyuk T., Drachuk A. (2012) Spetsialna pidhotovka maybutnikh uchyteliv fizychnoyi kultury do fizkul'turno-rekreatsiynoyi diyalnosti yak priorytetnyy napryam suchasnoyi vyshchoyi osvity [Special training of future teachers of physical culture for physical culture and recreational activities as a priority direction of modern higher education]. *Fizyчне vykhovannya, sport i kultura zdorovya u suchasnomu suspilstvi*. № 2. S. 80–84.
11. Tsapodoy S.V. (2022) Hotovnist maybutnikh fakhivtsiv fizychnoyi kultury do orhanizatsiyi zdorovyazberezhualnykh tekhnologiy v profesiyno-tekhnichnomu navchalnomu zakladi [Readiness of future physical culture specialists for the organization of health-saving technologies in a vocational and technical educational institution]. *Aktualni pytannya nauky, osvity i suspilstva: teoriya i praktyka: materialy Mizhnar. nauk.-prakt. konf. (m. Uman, 28 zhovt. 2022 r.)*. Uman. №. 2. S. 82–83.
12. Shyyan B.M. (1997) Teoretyko-metodychni osnovy pidhotovky vchyteliv fizychnoho vykhovannya v pedahohichnykh navchalnykh zakladakh [Theoretical-methodical foundations of physical education teacher training in pedagogical educational institutions]: avtoref. dys. na zdobuttya nauk. stupenya doktora ped. nauk: spets. 13.00.04 «Teoriya i metodyka profesiynoyi osvity». Kyiv. 50 s.