

**Школа Олена** 

кандидатка педагогічних наук, професорка,  
завідувачка кафедри фізичного виховання та спортивного вдосконалення,  
Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія»  
Харківської обласної ради,  
Харків, Україна  
[alesikk1974@gmail.com](mailto:alesikk1974@gmail.com)

**ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ  
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ  
ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ  
ЧЕРЕЗ ФОРМУВАННЯ КЛЮЧОВИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ**

***Анотація.** У статті розкрито значення формування ключових компетентностей як основи професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту. Розглянуто особливості реалізації компетентнісного підходу в освітньому процесі, акцентовано увагу на необхідності розвитку комунікативних, соціальних, цифрових та організаційних компетентностей. Проаналізовано ефективні педагогічні технології, форми і методи навчання, що сприяють формуванню фахової готовності студентів до професійної діяльності. Обґрунтовано важливість поєднання теоретичної та практичної підготовки, а також створення мотиваційного середовища для забезпечення якісної освіти у сфері фізичної культури.*

***Ключові слова:** професійна підготовка, фізична культура, ключові компетентності, фахівець, освіта, компетентнісний підхід, фітнес-технології.*

**Annotation.** *The article highlights the importance of developing key competencies as a foundation for the professional training of future specialists in physical culture and sports. It examines the implementation of a competency-based approach in the educational process, emphasizing the need to develop communication, social, digital, and organizational competencies. The article analyzes effective pedagogical technologies, forms, and teaching methods that contribute to building students' professional readiness. The necessity of combining theoretical and practical training is substantiated, as well as the importance of creating a motivational educational environment to ensure high-quality education in the field of physical culture.*

**Key words:** *professional training, physical culture, key competencies, specialist, education, competency-based approach, fitness technologies.*

**Вступ.** У сучасних умовах трансформації системи освіти України особливої актуальності набуває проблема якісної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту. Ринок праці пред'являє високі вимоги до професіоналів, які мають бути не лише обізнаними у своїй галузі, але й володіти широким спектром ключових компетентностей: комунікаційних, цифрових, організаційних, соціальних та інших. Компетентнісний підхід в освіті, що нині активно впроваджується, передбачає формування в здобувачів освіти здатності самостійно діяти в нових ситуаціях, адаптуватися до змін, працювати в команді, критично мислити та приймати відповідальні рішення.

Ключові компетентності – це інтегровані характеристики особистості, які включають знання, вміння, навички, цінності та ставлення. Для майбутніх фахівців фізичної культури важливими є, зокрема, компетентності, пов'язані з плануванням і організацією фізичної активності, впровадженням здоров'язбережувальних технологій, здатністю мотивувати інших до активного способу життя. Тому тема має актуальне значення та потребує дослідження.

**Мета дослідження** – обґрунтувати педагогічні умови та ефективні підходи до формування ключових компетентностей у майбутніх фахівців фізичної

культури і спорту в процесі їх професійної підготовки, з урахуванням сучасних освітніх вимог, інноваційних технологій навчання та потреб ринку праці.

**Результати дослідження.** Сучасне фізичне виховання не може ефективно здійснюватися без використання інноваційних підходів, зокрема фітнес-технологій, які сприяють розвитку як професійних, так і ключових компетентностей [1; 2].

Особливістю професійної підготовки у сфері фізичної культури і спорту є поєднання теоретичних знань і практичних навичок, що здобуваються під час тренувальних занять, педагогічної практики, участі в масових фізкультурно-оздоровчих заходах. У цьому контексті важливу роль відіграє впровадження практикоорієнтованого навчання, що дає змогу моделювати реальні професійні ситуації, розвивати навички прийняття рішень і комунікації. Наприклад, під час занять з організації фітнес-програм майбутні тренери засвоюють принципи індивідуалізації та диференціації фізичних навантажень, формують уміння аналізувати стан здоров'я клієнтів, адаптувати вправи до вікових та фізичних особливостей учасників занять [4].

Формування ключових компетентностей має відбуватися на основі особистісно орієнтованого підходу. Це означає, що освітній процес повинен враховувати індивідуальні потреби студентів, рівень їхньої підготовленості, стиль навчання. Важливо також створювати рефлексивне освітнє середовище, у якому здобувачі можуть усвідомлювати та оцінювати власний прогрес, визначати зони особистісного і професійного зростання.

Особливої уваги потребує проблема рухової активності студентів у період дистанційного навчання, що стало викликом для традиційної системи фізичного виховання та актуалізувало потребу в нових формах та методах роботи [3].

Серед ефективних методів формування ключових компетентностей можна виокремити: проєктне навчання, роботу в малих групах, використання цифрових ресурсів (відеоаналіз, електронні щоденники, мобільні додатки для фітнесу), участь у майстер-класах і тренінгах з організації фізкультурно-

оздоровчої діяльності. Такий підхід не лише сприяє розвитку практичних умінь, а й формує комунікативну, соціальну, інформаційну та емоційну компетентності. Окрім того, у ході професійної підготовки важливо формувати ціннісне ставлення до здоров'я як базової життєвої цінності.

Разом із тим, на шляху впровадження компетентнісного підходу у підготовці фахівців фізичної культури існують певні труднощі. Зокрема, це недостатній рівень цифрової грамотності викладачів, обмежені матеріально-технічні ресурси, формалізованість підходів до оцінювання результатів навчання. Подолання цих викликів можливе шляхом оновлення змісту освітніх програм, запровадження сучасних освітніх технологій, забезпечення підвищення кваліфікації викладачів, а також налагодження співпраці з практиками – тренерами, керівниками спортивних клубів, фітнес-центрів.

**Висновки.** Отже, підготовка майбутніх фахівців фізичної культури і спорту має ґрунтуватися на системному формуванні ключових компетентностей, що забезпечують не лише професійну ефективність, але й готовність до саморозвитку, адаптації до змін та участі в житті громадянського суспільства. Компетентнісний підхід в освіті сприяє гармонійному поєднанню професійної майстерності, соціальної відповідальності та високої мотивації до здорового способу життя.

### Список використаних джерел

1. Оздоровчі фітнес технології в навчанні: навч. посіб. / Школа О.М., Отравенко О.В., Фоменко О.В., Сичов Д.В. Вид-во ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка», Полтава, 2025. 129 с. URL: <https://dspace.luguniv.edu.ua/xmlui/handle/123456789/11016> (дата звернення: 10.10.2025).
2. Школа О.М., Макотченко О.А., Пелешенко І.М., Сичов Д.В. Підвищення ефективності тренувального процесу спортсменів з використанням фітнес-технологій. *Науковий часопис Українського державного університету*

імені Михайла Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 2025. № 1. С.172-177.

3. Школа О.М., Момот Ю. В. Сучасні проблеми рухової активності здобувачів вищої освіти в період дистанційного навчання. *Дистанційна освіта в Україні: інноваційні, нормативно-правові, педагогічні аспекти*: 2023. Р. 437-442. <https://doi.org/10.18372/2786-5495.1.17352>

4. Школа О.М., Пелешенко І.М., Фоменко О.В., Кирпенко В.М. Особливості професійної діяльності майбутніх тренерів з фітнесу: метод. реком. Харків : ФОП Бровін О.В., 2025. 107 с.