

ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНИХ КОМПЕТЕНЦІЙ ЧЕРЕЗ ПРАКТИЧНІ ЗАНЯТТЯ ЗІ СПОРТИВНОЇ ГІМНАСТИКИ

Бородіна О. С., Шевченко О. С.

Житомирський державний університет імені Івана Франка

Актуальність теми дослідження. У сучасній системі професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури особливої ваги набуває формування професійних компетенцій, що забезпечують готовність до ефективної педагогічної діяльності. Професійна діяльність учителя фізичної культури вимагає не лише ґрунтовних теоретичних знань, а й високого рівня практичної підготовленості, методичної майстерності, організаційних умінь та здатності забезпечувати безпеку освітнього процесу.

Спортивна гімнастика як навчальна дисципліна має значний потенціал для комплексного формування професійних компетенцій. Вона поєднує розвиток фізичних якостей, оволодіння складнокоординаційними рухами, методику навчання техніки вправ, формування навичок страхування та

організації занять. Саме практичні заняття створюють умови для інтеграції теоретичних знань із реальними професійними діями. Водночас аналіз підготовки майбутніх учителів фізичної культури засвідчує потребу в удосконаленні методичних підходів до організації практичних занять зі спортивної гімнастики з метою цілеспрямованого формування професійних компетенцій. Це зумовлює актуальність обраної теми дослідження.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити ефективність практичних занять зі спортивної гімнастики як засобу формування професійних компетенцій майбутніх фахівців фізичної культури.

Аналіз літературних джерел. Проблема формування професійної компетентності майбутніх фахівців фізичної культури висвітлена у працях вітчизняних і зарубіжних науковців. У дослідженнях з теорії та методики фізичного виховання наголошується, що компетентність розглядається як інтегративна характеристика особистості, яка включає знання, уміння, навички, цінності та досвід практичної діяльності [2].

Науковці підкреслюють, що саме практична складова навчання забезпечує перехід від теоретичних знань до професійної діяльності. У працях, присвячених методиці викладання гімнастики, доведено, що систематичне виконання вправ на гімнастичних приладах сприяє формуванню: методичної компетентності майбутніх фахівців (пояснення, показ, дозування навантаження); організаційної компетентності (планування та проведення занять); комунікативної компетентності (взаємодія зі студентами); безпекової компетентності (страхування, попередження травматизму) [3].

Разом із тим, аналіз літератури свідчить про недостатню увагу до комплексного дослідження впливу саме практичних занять зі спортивної гімнастики на формування професійних компетенцій у системі підготовки майбутніх учителів фізичної культури.

Результати дослідження. У процесі дослідження було встановлено, що практичні заняття зі спортивної гімнастики сприяють формуванню таких груп професійних компетенцій: фахово-методичних (здатність навчати техніки гімнастичних вправ, добирати підготовчі та підвідні вправи, здійснювати педагогічний контроль); організаційно-управлінських (уміння організувати роботу групи, забезпечувати дисципліну та безпеку під час занять); рефлексивно-аналітичних (здатність оцінювати власну діяльність, аналізувати помилки та коригувати методику навчання); фізкультурно-оздоровчих (уміння використовувати гімнастичні вправи для розвитку фізичних якостей та зміцнення здоров'я). Результати дослідження свідчать, що систематичне практичне виконання вправ безпосередньо підвищує рівень сформованості цих компетенцій та готовність студентів до педагогічної діяльності [1–5].

Встановлено, що найбільш ефективними формами роботи є: поетапне навчання техніки вправ; взаємонавчання студентів; моделювання фрагментів уроку; аналіз типових помилок; застосування елементів самоконтролю та взаємооцінювання. Систематична робота за такою методикою дозволяє студентам впевнено виконувати гімнастичні вправи, ефективно організувати

навчальний процес та приймати адекватні педагогічні рішення у складних ситуаціях.

Порівняльний аналіз показників сформованості професійних компетенцій до і після впровадження удосконаленої методики засвідчив позитивну динаміку за всіма критеріями.

Висновки. Практичні заняття зі спортивної гімнастики є ефективним засобом формування професійних компетенцій майбутніх фахівців фізичної культури. Компетентнісний потенціал гімнастики реалізується через поєднання технічної, методичної, організаційної та рефлексивної складових. Використання інтерактивних форм навчання підвищує рівень сформованості професійних умінь і готовності до самостійної педагогічної діяльності. Перспективи подальших досліджень полягають у розробленні інклюзивних моделей викладання спортивної гімнастики та інтеграції цифрових технологій у практичну підготовку майбутніх учителів фізичної культури.

Список літературних джерел

1. Бородіна О.С., Варивода О.В., Усатенко О.В. Бар'єри та стимули фізичної активності студентської молоді в умовах сучасного освітнього середовища. Актуальні питання здоров'язбереження у координатах сучасних парадигм : зб. наук. пр. ІХ Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Київ, 29-30 грудня 2025 р.). Київ : ПВТП «LAT&K», 2025. С. 126–130.
2. Колеснік І., Салямін Ю. Особливості формування інтересу та мотивації до занять спортивною гімнастикою. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2020. № 4. С. 22–26. <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2020.4.22-26>
3. Погорелова О.О. Вплив занять спортивною гімнастикою на функціональний стан юних спортсменок. Інноваційна педагогіка. 2019. Вип. 11(2). С. 122–126.
4. Рухова активність і психологічне здоров'я: педагогічні стратегії підтримки балансу у здобувачів вищої освіти / О.С. Бородіна та ін. Олімпійський та паралімпійський спорт. 2025. № 3. С. 7–11. <https://doi.org/10.32782/olimpsspu/2025.3.1>
5. Nosko, M., Sahach, O., Nosko, Yu., Griban, G., Kuznietsova, O., Bohuslavskiy, V., Dovgan, N., Samokish, I., Shkola, O., Zhukovskyi, Ye., Plotitsyn, K., & Bloshchynskiy, I. (2020). Professional Development of Future Physical Culture Teachers during Studying at Higher Educational Institutions. *International Journal of Applied Exercise Physiology*, 9(5), 44-55. Retrieved from <http://www.ijaep.com/index.php/IJAE/article/view/975>.