

СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ ТА ПРОВЕДЕННЯ ВИРОБНИЧОЇ ПРАКТИКИ МАГІСТРІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

*Віктор Шандригось,
декан факультету фізичного виховання
Петро Ладика,
завідувач кафедри теорії і методики
олімпійського та професійного спорту
Софія Бздир,
здобувачка другого (магістерського) рівня вищої освіти,
освітньої програми «Фізична культура і спорт»*

Практична підготовка майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту є невід'ємною складовою професійної освіти та ключовою умовою формування педагогічної, методичної й тренерської компетентності. Виробнича (тренерська) практика забезпечує можливість застосовувати теоретичні знання на практиці, формує вміння професійної взаємодії, організації навчально-тренувального процесу та розвитку спортсменів різного рівня підготовленості [3, 8, 10, 11, 13 та інші].

Особливе значення має практика в дитячо-юнацьких спортивних школах, спортивних клубах і фітнес-центрах, де здобувачі другого (магістерського) рівня вищої освіти спеціальності А7 «Фізична культура і спорт» виконують функції тренера-викладача, удосконалюють навички планування навчально-тренувального процесу, аналізу техніки вправ, контролю навантажень та роботи з різними віковими групами. Така діяльність сприяє формуванню професійної відповідальності, комунікативної компетентності, здатності приймати педагогічно обґрунтовані рішення [2, 13].

Сучасний навчально-тренувальний процес у видах спорту вимагає інтеграції інноваційних технологій, забезпечення високого рівня безпеки, точного дозування навантажень, а також глибоких знань з біомеханіки, фізіології та спортивної медицини. Тому заклади вищої освіти мають впроваджувати інноваційні методики організації практики, враховувати індивідуальні освітні траєкторії та забезпечувати компетентнісний підхід у підготовці майбутніх тренерів [4, 5, 8, 14].

Практика відіграє важливу роль не лише у професійному становленні студента, але й у розвитку його спортивних, морально-етичних та соціальних якостей, формуванні здорового способу життя та цілісного розуміння тренерської діяльності [1, 2, 3, 8, 9, 12, 14 та інші].

Мета дослідження – проаналізувати сучасні підходи до організації та проведення виробничої (тренерської) практики магістрів фізичної культури і спорту та визначити їх значення для розвитку професійних компетентностей майбутніх тренерів-викладачів.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення науково-методичної літератури; аналіз тренувальних програм і документів ДЮСШ; спостереження за діяльністю студентів-практикантів; узагальнення педагогічного досвіду тренерів-викладачів.

Практика студентів є важливим складником процесу підготовки висококваліфікованих фахівців, що полягає в її спрямованості на закріплення теоретичних знань, отриманих здобувачами освіти під час навчання, набутті і вдосконаленні ними практичних навичок і вмінь. У процесі проходження різних видів практик відбувається розкриття і розвиток творчого, мотиваційного, лідерського потенціалу особистості в професійній діяльності майбутнього фахівця, напрацювання soft skills (надпрофесійних, гнучких або м'яких навичок), що відповідають за успішну участь у робочому процесі, високу продуктивність, професійну комунікацію та не пов'язані з конкретною професійною сферою [6, 7, 14].

У Тернопільському національному педагогічному університеті імені Володимира Гнатюка (далі – ТНПУ) практична підготовка здобувачів вищої освіти, набуття ними професійних компетенцій є обов'язковими складниками їхньої професійної підготовки, необхідними для здобуття відповідного освітнього ступеня. Практична підготовка займає 10-12 % загального часу, відведеного на опанування здобувачем вищої освіти освітньо-професійних програм [14, 16].

Загальна мета практики полягає у підготовці студентів до виконання основних функцій майбутньої фахової діяльності, розвитку професійних компетентностей, формуванні професійних умінь і навичок під час застосування сучасних технологій, професійно значущих рис особистості. Різні види практики дають змогу студентам долучитися до системи організації діяльності за обраним фахом, вивчити досвід роботи провідних фахівців певної галузі, ознайомитися із кращими практиками, реалізувати модель самостійної роботи за індивідуальною освітньою траєкторією на конкретному робочому місці.

У ТНПУ практична підготовка здобувачів вищої освіти передбачає системність, комплексність, послідовність її проведення та ґрунтується на засадах компетентнісного, діяльнісного, акмеологічного та студентоцентрованого підходів.

З урахуванням змушеного переходу на дистанційне навчання,

спричиненого пандемією та умовами воєнного стану в Україні, виникла необхідність пошуку й реалізації інноваційних підходів до організації та проведення різних видів практик, добору та впровадження інших форм і методів організації практичної підготовки студентів. Це пов'язано перш за все з тим, що нестандартні умови організації освітнього процесу, складником якого є практика, вимагають зміни формату спілкування, новітніх технологій навчання і викладання. Саме через важливість практики для підготовки конкурентоспроможного на ринку послуг фахівця до її ефективної організації висуваються додаткові вимоги, пов'язані з дотриманням безпечних умов організації освітнього процесу [8].

У ТНПУ серед інноваційних підходів до організації практичної підготовки здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти за спеціальністю А7 «Фізична культура і спорт» виокремлюємо:

1. Розроблене сучасне нормативно-правове та науково-методичне забезпечення практичної підготовки здобувачів освіти, що відповідає соціокультурним та освітнім викликам, потребам ринку праці.

2. Інтегрований підхід до організації видів практик, що передбачає синергію наукового та практичного складників, кожен з яких відображений у змісті практики та звітних документах.

3. Системну, послідовну організацію роботи зі здобувачами освіти щодо практичної підготовки, що включає обов'язкове проведення настановчої конференції на початку практики і звітної конференції після її закінчення, перманентний моніторинг за результатами проходження практики.

Упровадження онлайн-практики як однієї з форм її проведення в умовах дистанційного навчання та воєнного стану зі зміною форм, методів і прийомів роботи.

1. Створення умов для формування та реалізації індивідуальної освітньої траєкторії здобувачів освіти шляхом самостійного добору ними баз практик відповідно до здібностей та професійних потреб, інтересів.

2. Тісна взаємодія з роботодавцями та ключовими стейкхолдерами з питань формування реєстру баз практичної підготовки, потреб регіонального ринку праці.

3. Проведення публічних, гостьових лекцій провідними фахівцями галузі як підготовчий етап до проведення практики, удосконалення фахової майстерності та педагогічної техніки здобувачів освіти.

4. Організація і проведення практики на базі провідних закладів освіти (установ, організацій), спортивних клубів м. Тернополя і Тернопільської області.

Для організації і проведення різних видів практик у ТНПУ розроблено низку локальних нормативних документів, зокрема «Положення про організацію освітнього процесу», «Положення про дуальну форму здобуття вищої освіти в ТНПУ», «Положення про дистанційне навчання», «Положення про порядок реалізації права здобувачів вищої освіти на вільний вибір навчальних дисциплін», «Положення про порядок реалізації права на академічну мобільність», «Положення про організацію та проведення практик здобувачів вищої освіти», «Положення про систему оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти», «Положення про електронний навчально-методичний комплекс навчальної дисципліни», «Положення про робочу програму навчальної дисципліни», «Положення про визнання результатів, здобутих у неформальній та інформальній освіті», «Положення про індивідуальний навчальний план здобувача вищої освіти», «Положення про сертифікатні програми», «Положення про систему внутрішнього забезпечення якості освіти», «Положення про рейтингове оцінювання здобувачів вищої освіти», Угоди про педагогічну практику, «Концепція розвитку викладання, вивчення та використання іноземних мов здобувачів вищої освіти, науково-педагогічних працівників в ТНПУ», «Методичні рекомендації до проходження науково-педагогічної практики для здобувачів освіти освітнього рівня «магістр» спеціальності А7 «Фізична культура і спорт», «Щоденник практики», Програми практик тощо [14, 16].

Відповідно до навчального плану освітньо-професійної програми «Фізична культура і спорт» здобувачі другого (магістерського) рівня вищої освіти за спеціальністю А7 «Фізична культура і спорт» проходять виробничу (тренерську) практику [15].

1. Завдання та значення тренерської практики. Тренерська практика забезпечує студентам можливість набути досвіду індивідуальної та групової роботи з вихованцями, формує здатність приймати педагогічні рішення, оцінювати ефективність тренувальних заходів, здійснювати корекцію навчально-тренувального процесу та взаємодіяти в освітньому і спортивному середовищі. Вона сприяє розвитку техніко-тактичних, комунікативних, організаторських та аналітичних умінь майбутнього фахівця [10, 11, 13 та інші].

2. Сучасні підходи до проведення тренерської практики включають:

Контекстно-орієнтований підхід. Здійснюється з урахуванням конкретних умов закладу, специфіки цільової групи спортсменів, вікових та індивідуальних особливостей вихованців. Такий підхід забезпечує оптимізацію навчально-тренувального процесу та максимальну відповідність практичних дій реальним потребам учасників.

Компетентнісний та особистісно-орієнтований підходи. Майбутні тренери повинні володіти широким спектром професійних компетентностей: лідерськими, комунікативними, стратегічними, творчими, аналітичними. Під час практики вагоме значення надається розвитку особистісних якостей, умінню працювати в команді, приймати рішення та здійснювати самооцінку діяльності.

Застосування різноманітних методів навчання. У навчально-тренувальний процес активно включаються ігрові, інтерактивні, практико-орієнтовані методи, діалог, моделювання ситуацій, імпровізаційні вправи, що робить навчання динамічним та ефективним.

Колаборативний підхід. Він передбачає співпрацю між усіма учасниками навчально-тренувального та освітнього процесу – тренерами, студентами-практикантами, спортсменами, медично-відновлювальними фахівцями – з метою формування ефективного спортивного середовища, розвитку колективної відповідальності та взаємопідтримки, що дозволяє досягати кращих результатів.

Командна взаємодія забезпечує комплексний підхід до підготовки спортсменів та підвищує ефективність практики.

Використання сучасних цифрових технологій. Цифровізація навчально-тренувального процесу охоплює:

- відеоаналіз техніки рухів (Coach's Eye, Dartfish тощо);
- використання мобільних платформ тренувальних додатків (Strong App, MyLift тощо);
- ведення онлайн-щоденників спортсменів і онлайн-журналів тренувань;
- використання різноманітних датчиків (VBT – velocity-based training тощо), хронометрів й пульсометрів;
- дистанційні тренування через відеозв'язок;
- застосування онлайн-платформ для методичної взаємодії, відеоконференцій, вебінарів тощо.

Ці інструменти підвищують доступність тренувань, дозволяють точно оцінити техніку, силу, швидкість руху та динаміку результатів, покращують зворотний зв'язок та дозволяють ефективно коригувати підготовку спортсменів.

Фокус на результатах навчання. Сучасна тренерська практика орієнтується не лише на процес, а й на досягнення конкретних вимірюваних результатів: розвиток фізичних якостей, вдосконалення техніки, формування мотивації, засвоєння тренером-практикантом професійних компетентностей, тобто на практичному використанні знань та навичок в професійній діяльності

та реальному житті. Магістри під час практики засвоюють принцип SMART-планування результатів.

Орієнтація на самовдосконалення тренера-практиканта. Постійне самоосвітнє зростання, вміння критично оцінювати власну діяльність, аналізувати тренувальний процес та запроваджувати інновації є важливими умовами професійної готовності майбутнього тренера-викладача. Сучасний тренер зосереджується на розвитку учасників як особистостей, допомагає їм розвиватися та самовдосконалюватися у різних сферах життя.

Ці підходи взаємодіють та трансформуються один в одного, дозволяючи учасникам освітнього процесі створювати унікальні підходи до проведення тренувань та навчання. Окрім цього, важливим елементом тренерської практики є постійне навчання та самовдосконалення самого тренера-практиканта, що дозволяє підтримувати високу якість проведення занять та відповідати на мінливі потреби та вимоги сучасного навчально-тренувального процесу.

3. Організаційні аспекти проведення тренувань під час практики. Організація занять під час тренерської практики має свої особливості, які повинні бути враховані при плануванні та проведенні тренувань:

- *індивідуалізація* тренувань відповідно до здібностей та потреб спортсменів. Кожен спортсмен має свої особливості, тому підхід до його тренування повинен бути індивідуальним. Тренер-практикант повинен аналізувати здібності та потреби кожного спортсмена, і відповідно до цього планувати тренування;
- *використання сучасних методів та технологій.* Сучасні технології та методи дозволяють підвищити ефективність тренувань та досягти кращих результатів. Наприклад, використання відеоаналізу дозволяє спостерігати техніку рухів спортсмена та виявляти помилки, що допомагає виправляти їх та підвищувати результативність тренувань;
- *системність та поетапність* планування занять. Тренер повинен мати чіткий план тренувань та завдань для кожного спортсмена. Тренування повинні бути систематичними та прогресивними, щоб досягати певних цілей;
- *регулярний моніторинг і оцінювання* розвитку спортсменів. Тренер повинен моніторити результати тренувань кожного спортсмена та оцінювати їх ефективність. Це дозволяє вчасно виправляти помилки та вдосконалювати методи тренувань;
- *створення комфортних і безпечних умов* для тренувань. Під час тренувань спортсменам потрібно бути комфортно. Тому тренер повинен створювати відповідні умови для тренувань: забезпечувати безпеку,

забезпечувати необхідне обладнання та інвентар, забезпечувати належну температуру та вологість в залі, на майданчику або на стадіоні;

- *розвиток ментальних навичок.* На успіх спортсмена впливають не лише його фізичні здібності, але й ментальні навички, такі як віра у себе, мотивація, концентрація уваги та ін. Тому тренер повинен розвивати ці навички у своїх спортсменів, наприклад, за допомогою психологічних тренувань;

- *розвиток спортивної культури.* Тренер повинен також формувати спортивну культуру серед своїх спортсменів. Це означає, що спортсмени повинні розуміти важливість режиму відпочинку, здорового способу життя, правильного харчування та інших аспектів, що впливають на результативність їх тренувань;

- *виховання дисципліни, відповідальності та самоорганізації.* Тренер повинен навчити спортсменів дотримуватись правил тренувань та змагань, бути відповідальними за свої вчинки та приймати рішення відповідно до обставин.

Висновки. Сучасні підходи до організації та проведення тренерської практики магістрів фізичної культури і спорту забезпечують високий рівень професійної підготовки майбутніх фахівців, сприяють їх особистісному та професійному розвитку, формують здатність ефективно організовувати навчально-тренувальний процес у різних спортивних закладах.

Запровадження контекстно-орієнтованих, компетентнісних, колаборативних та технологічних підходів, а також створення безпечного й комфортного середовища дозволяє підвищити якість практичної підготовки та забезпечити відповідність тренерської діяльності сучасним вимогам спорту і освіти.

Список використаних джерел

1. Арефьев В. Г., Михайлова Н. Д. Самостійна робота студентів під час педагогічної практики. Методичний посібник для студентів факультетів фізичного виховання 4-те вид. перероб. і доп. Київ: Центр учбової літератури, 2015. 120 с.

2. Виробнича практика в установах та організаціях спортивної спрямованості: Методичні рекомендації / Укладачі: Кутек Тамара, Вовченко Інна, Шаверський Віктор. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2023. 28 с.

3. Гаценко В. П., Слаутіна Н. В. Тренерська практика в вищому навчальному закладі; Черкас. нац. ун-т ім. Б. Хмельницького, Навч.-наук. інт фіз. культури, спорту і здоров'я, Каф. теорії і методики фіз. виховання. Черкаси : Вид. від. ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2010. 44 с.

4. Інноваційні технології в системі підвищення кваліфікації фахівців фізичного виховання і спорту : тези доповідей X Міжнародної науково-

методичної конференції, м. Суми, 14–15 листопада 2024 р., Суми : Сумський державний університет, 2024. 327 с.

5. Інноваційні технології фізичного виховання і спорту: навч. посіб. / Укладач: О. В. Юденко. К.: Національний університет оборони України, 2024. 360 с.

6. Сидоренко В. Професійний розвиток фахівців в умовах формальної, неформальної та інформальної освіти: ключові компетентності і ресурси : електронний курс. Київ: ДУ «НМЦ «Агроосвіта», 2020.

7. Сидоренко В. В., Кулішов В. С., Торба Н. Г. Інноваційні підходи до організації видів практик здобувачів вищої освіти в період воєнного стану. Вісник Національної академії педагогічних наук України, 2023, 5(1), 1-15. <https://doi.org/10.37472/v.naes.2023.5110>

8. Сущенко Л. П., Джуринський П. Б., Філатова З. І., Чустрак А. П., Царенко К. В., Ладика П. І. Особливості професійної підготовки майбутніх магістрів фізичної культури і спорту до науково-педагогічної діяльності. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15, 2025, (11(198)), 204-208. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.11\(198\).41](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.11(198).41)

9. Шандригось В. І. Науково-педагогічна практика. Програма навчальної дисципліни підготовки магістра спеціальності 017 Фізична культура і спорт. Тернопіль: ТНПУ імені В. Гнатюка, 2018. 16 с.

10. Шандригось В. І. Тренерська практика у підготовці магістрів з фізичної культури і спорту. Інноваційні підходи до фізичного виховання і спорту студентської молоді: Матеріали п'ятого регіонального науково-методичний семінару / За заг. ред. Огнистого А. В., Огнистої К. М. Тернопіль: В-во СМТ «ТАЙП», 2020. С. 164-169.

11. Шандригось В. І. Тренерська практика у підготовці магістрів з фізичної культури і спорту. Нові підходи до організації та ефективного проведення практик в кризових умовах: Матеріали міжфакультетського навчально-методичного семінару. Тернопіль: Вектор, 2020. С. 40-45.

12. Шандригось В. І., Ладика П. І. Науково-педагогічна практика у підготовці магістрів з фізичної культури і спорту. Практична підготовка здобувачів вищої освіти в умовах воєнного стану: Матеріали міжфакультетського навчально-методичного семінару. Тернопіль: Вектор, 2022. С 12-15.

13. Шандригось В., Ладика П. Сучасні підходи до організації та проведення тренерської практики. Досвід та вдосконалення якості практичної підготовки: постковідні та мілітарні виклики: Матеріали міжфакультетського навчально-методичного семінару. Тернопіль: Вектор, 2023. С. 16-19.

14. Шандригось В., Ладика П., Канюка А. Інноваційні підходи до науково-педагогічної практики здобувачів вищої освіти в період воєнного

стану. Актуальні питання практичної підготовки майбутніх фахівців: Матеріали міжфакультетського навчально-методичного семінару. Тернопіль: Вектор, 2024. С. 13-22.

15. https://tnpu.edu.ua/about/public_inform/akredytatsiia%20ta%20litsenzuvannia/osvitni_prohramy/magistr/fizvyh/017.php

16. https://tnpu.edu.ua/about/public_inform/dokumenti-shcho-stosuyutsya-organ-zats-osv-tnogo-protsesu-v-tnpu.php