



УДК 004.67:796.011.3–053.5

# ВИКОРИСТАННЯ ЦИФРОВИХ ІНСТРУМЕНТІВ У ШКІЛЬНОМУ ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ

**Ольга РИМАР, Лариса КОЗІБРОДА, Уляна ШЕВЦІВ**

*Львівський державний університет фізичної культури  
імені Івана Боберського, м. Львів, Україна*

**Вступ.** Сучасний освітній процес зазнає значних трансформацій під впливом цифрових технологій, які дедалі більше інтегруються в різні сфери навчальної діяльності, зокрема у фізичне виховання [1]. Використання цифрових застосунків, дає змогу не лише підвищити ефективність навчального процесу, а й створює нові можливості для індивідуалізації занять, моніторингу рухової активності учнів і підвищення їхньої мотивації до занять [2]. Водночас рівень обізнаності й готовності вчителів фізичної культури щодо використання цифрових технологій залишається неоднорідним, що вимагає детального аналізу цієї проблематики [3].

**Мета дослідження** – визначити рівень обізнаності вчителів фізичної культури про цифрові додатки, аналіз частоти й способів їхнього використання в навчальному процесі, а також виявити переваги, труднощі й способи поліпшення цифровізації фізичного виховання у школах.

**Результати дослідження.** В опитуванні взяло участь 99 вчителів фізичної культури, з них 21 вчитель (21%) мав кваліфікацію

вчителя-спеціаліста, 24 (24%) – вчителя першої категорії, 29 (29%) – вчителя вищої категорії, а 25 (26%) – вчителя-методиста. Щодо педагогічного стажу, то 24 учасники опитування (24%) працюють у сфері менше ніж 5 років, 26 (26%) – від 5 до 10 років, 32 (32%) – від 11 до 20 років, а 17 (18%) мають понад 20 років педагогічного стажу.

Аналіз відповідей респондентів щодо обізнаності з цифровими додатками з фізичного виховання засвідчив, що найбільш популярним серед учителів є BetterMe, який зазначили 60% опитаних. Nike Training Club також користується значною популярністю серед педагогів, про нього повідомили 50% респондентів. Дещо менший рівень поширеності мають Adidas Training (45%) та MyFitnessPal (40%). Додатки, призначені для моніторингу рухової активності, зокрема Strava (35%) та Google Fit (30%), виявилися менш популярними серед учителів фізичної культури.

Джерелами одержання інформації про цифрові додатки виявилися доволі різноманітними. Найпоширенішим способом знайомства з такими технологіями стали колеги та професійні спільноти – 55% респондентів. Значний внесок у підвищення обізнаності відіграють вебінари й курси підвищення кваліфікації – їх як джерело інформації відзначили 50% учителів. Соціальні мережі й тематичні форуми також відіграють важливу роль у поширенні знань про цифрові платформи з фізичного виховання – 40% учасників опитування отримали інформацію саме так. Водночас самостійний пошук в інтернеті став методом знайомства з цифровими застосунками для 35% педагогів, що свідчить про їхню особисту зацікавленість і прагнення вдосконалювати навчальний процес. Щодо практичного використання цифрових інструментів у викладанні фізичної культури, результати анкетування показали, що 65% учителів уже застосовували такі технології у своїй роботі, тоді як 35% респондентів ніколи не використовували цифрові додатки в освітньому процесі.

Цифрові технології найчастіше застосовують для складання індивідуальних тренувальних програм (55%) та моніторингу фізичної активності учнів (50%). Важливою сферою їхнього використання є також проведення онлайн-уроків (45%) та демонстрація техніки виконання вправ (40%). Дещо менше респондентів застосовують цифрові додатки для контролю рівня фізичної підготовленості школярів (35%) та мотивації учнів до занять спортом (30%). Щодо частоти

використання цифрових додатків у навчальному процесі, лише 25% учителів вказали, що застосовують їх регулярно, на кожному або майже кожному уроці. Ще 40% опитаних використовують такі технології час від часу – приблизно раз на кілька тижнів. Водночас 35% учителів зазначили, що застосовують цифрові застосунки рідко, лише подеколи. Серед основних переваг цифрових додатків вчителі найчастіше відзначають персоналізацію навчального процесу (65%) та візуалізацію рухових умінь (60%). Додатковими перевагами є автоматизований контроль фізичних показників (55%), підвищення мотивації учнів (50%) і доступність занять у будь-який час (45%).

Водночас упровадження цифрових технологій у шкільне фізичне виховання супроводжується певними труднощами, зокрема недостатнім технічним забезпеченням (60%), відсутністю підготовки вчителів (50%), низькою зацікавленістю учнів (35%) та обмеженням функціоналу безкоштовних додатків (30%). Для ефективного впровадження вчителі пропонують організувати курси підвищення кваліфікації (70%), забезпечити школи сучасними гаджетами (65%), розробити методичні рекомендації (55%) і поліпшити доступність цифрових платформ (50%).

**Висновок.** Одержані результати свідчать про високу обізнаність учителів фізичної культури про цифрові застосунки, однак існують бар'єри, такі як недостатня технічна підтримка й брак методичних матеріалів, що вимагає подальших досліджень для розроблення ефективних підходів до інтеграції цифрових технологій у фізичне виховання.

## Список використаних джерел

1. Casey, A., Goodyear, V., & Armour, K. (2017). Rethinking the relationship between pedagogy, technology and learning in health and physical education. *Sport, Education and Society*, 22(2), 288–304.
2. Rosenthal, M., & Eliason, S. (2015). 'I have an iPad. Now what?' Using mobile devices in university physical education programs. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 86(6), 34–39.
3. Rymar, O., Solovey, A., Sorokolit, N., Shevtsiv, U., & Matviiv, V. (2020). Tools for children's fitness in the physical education of primary school pupils. *Society. Integration. Education. Proceedings of the International Scientific Conference*, 3, 540–551.