

## Інтеграція новітніх методик викладання фізичного виховання в закладах вищої освіти України з використанням технологій для дистанційного навчання

*Бойко Юлія Степанівна<sup>1</sup>, Соколенко Людмила Степанівна<sup>2</sup>,  
Танасійчук Юлія Миколаївна<sup>3</sup>*

Опубліковано	Секція	УДК
02.06.2023	Освіта/Педагогіка	378.172:004.9

DOI: <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.8011003>

Ліцензовано за умовами Creative Commons BY 4.0 International license

**Анотація.** Фізичне виховання у закладах вищої освіти є складовою частиною системи освіти та виховання майбутніх спеціалістів та має удосконалюватись у напрямку сучасної концепції вищої освіти. Поширеним явищем на сьогоднішній день є дистанційне навчання, що потребує спеціального програмного забезпечення від викладачів і здобувачів освіти та використання відповідних ресурсів. Метою статті було дослідження сучасних методик викладання фізичного виховання, які можуть бути успішно інтегровані у систему вищої освіти України. В ході дослідження також було проаналізовано основні технології дистанційного навчання, визначено їхні переваги та недоліки. Для оптимізації навчального процесу з фізичного виховання здобувачів вищої освіти рекомендується впроваджувати практику доповнення традиційних форм і методів організації занять електронними навчально-методичними комплексами, посібниками, методичними рекомендаціями та відеоматеріалами.

**Ключові слова:** дистанційне навчання, інноваційні технології, модернізація освіти, новітні методики, фізичне виховання.

### **Integration of the latest methods of teaching physical education in higher education institutions of Ukraine using technologies for distance learning**

**Annotation.** Physical education in institutions of higher education is an integral part of the system of education and training of future specialists and should be improved in the direction of the modern concept of higher education. A common phenomenon today is distance learning, which requires special software from teachers and students and the use of special resources. The purpose of the article was to research modern methods of teaching physical education, which can be successfully integrated into the higher education system of

<sup>1</sup> кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри медико-біологічних основ фізичної культури, Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, Україна, 20300, Черкаська обл., м. Умань, вул. Садова, 2, <https://orcid.org/0000-0001-8554-9737>

<sup>2</sup> кандидат педагогічних наук, доцент, професор кафедри медико-біологічних основ фізичної культури, Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, Україна, 20300, Черкаська обл., м. Умань, вул. Садова, 2, <https://orcid.org/0000-0002-1285-1596>

<sup>3</sup> доктор філософії з педагогіки, старший викладач кафедри медико-біологічних основ фізичної культури, Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, Україна, 20300, Черкаська обл., м. Умань, вул. Садова, 2, <https://orcid.org/0000-0001-7772-1509>

Ukraine. In the course of the study, the main technologies of distance learning were also analyzed, their advantages and disadvantages were determined. The most common such technologies are electronic platforms and programs, video lessons and online classes (Viber, Telegram, Zoom, Google Meet, YouTube), virtual classes (Google Classroom). The introduction of innovative teaching technologies is important, in particular, the article considered the technologies of forming a healthy lifestyle, Olympic education and sports-oriented physical education. Special attention is paid to health-preserving technologies that encourage students to be physically active. It was determined that the implementation of the latest distance learning methods and tools in the educational process, namely in physical education classes, helps to increase the interest of students in the discipline, motivation for self-development and regular physical activity classes. In order to optimize the educational process of physical education of students of higher education, it is recommended to implement the practice of supplementing traditional forms and methods of organizing classes with electronic educational and methodical complexes, manuals, methodical recommendations and video materials. It is also advisable to conduct additional classes and individual consultations on the Moodle, Zoom, Classroom platforms and use other Internet resources.

**Keywords:** distance learning, innovative technologies, modernization of education, new methods, physical education.

### Вступ

Останні роки характеризуються швидким розвитком сучасних вебтехнологій та глобальних інформаційних мереж, що призводить до появи нових підходів у викладанні в закладах вищої освіти. Дистанційне навчання, яке базується на використанні цифрових технологій, не є новим явищем сьогодення. Дистанційна форма навчання дозволяє забезпечити безперервність освітнього процесу навіть у виняткових обставинах, коли фізичне відвідування навчальних закладів неможливе. Це відбувається за допомогою використання електронних підручників, журналів, мультимедійних презентацій та сучасних комп'ютерних програм, які дозволяють контролювати рівень знань здобувачів освіти в режимі реального часу або шляхом віддаленого оцінювання. Воно є перспективною галуззю розвитку освіти в епоху цифрових технологій, які трансформують традиційні методи навчання. Дистанційне навчання зараз поширене в Україні, і зумовлене спочатку пандемією, а згодом – повномасштабним вторгненням РФ, що не дозволяє деяким закладам освіти повноцінно працювати. Дистанційна освіта має велику кількість переваг, які полягають у практичності та доступності для будь-кого, безперервності тощо.

Фізичне виховання відіграє важливу роль у підвищенні рівня фізичної підготовленості та покращенні стану здоров'я особи. Однак традиційні методи фізичного виховання не завжди є достатніми для розширення функціональних здібностей та зміцнення здоров'я здобувачів вищої освіти. Питання впровадження новітніх підходів та методик до процесу фізичного виховання здобувачів стають все актуальнішими в умовах модернізації системи освіти загалом та активного використання інноваційних технологій в освітньому процесі. Серед таких підходів – свідоме ставлення до стану здоров'я та посилення мотивації до занять фізичної культури.

Питання викладання фізичного виховання з використанням новітніх методик та різних інноваційних інструментів досить широко досліджувалося зарубіжними та вітчизняними науковцями. Так, О. В. Попрошаєв у своїй праці проаналізував особливості дистанційного навчання саме в контексті фізичного виховання. Ним було зроблено висновок, що впровадження такого типу навчання дає змогу реалізувати

права людини на отримання інформації та безперервної освіти, долати недоліки традиційних форм освіти [7].

О. Я. Дубинська визначила, в свою чергу, мотиваційні фактори, що впливають на фізичну активність здобувачів освіти і їх ставлення до процесу фізичного виховання та встановила, що інтерес до таких занять можна підвищити шляхом використання засобів, що є найбільш популярними серед певної категорії здобувачів. Одним із прикладів таких засобів, які підвищують інтерес до занять з фізичного виховання, авторкою було наведено аквафітнес [2].

А. Ваколюк та інші автори визначили переваги використання інноваційних технологій у процесі фізичного виховання здобувачів вищої освіти. Ними було доведено, що впровадження сучасних інформаційних технологій позитивно впливає на освітньо-виховний процес у закладах вищої освіти завдяки змінам схеми передачі знань та методів навчання. Використання передових технологій в організації навчально-виховного процесу сприяє збільшенню мотивації для занять фізичним вихованням, бажанню підтримувати здоровий спосіб життя, фізичному розвитку та постійному самовдосконаленню [1].

О. С. Мельник та С. В. Овчарук у своїй роботі представили позитивні та негативні аспекти впровадження дистанційної форми навчання для фізичного виховання на прикладі Миколаївського національного аграрного університету. Ефективність освітнього процесу в умовах такого навчання ґрунтується не лише на використанні різного типу технологій, а й на участі висококваліфікованих викладачів у формуванні теоретичної бази дисципліни «Фізичне виховання» [4].

Х. Є. Шавель, Ю. С. Бойко та Л. С. Соколенко відзначили, що використання інноваційних підходів в організації підготовки фізичної культури сприяє сталому розвитку критичного та креативного мислення у здобувачів освіти. Серед найпопулярніших інноваційних моделей організації навчального процесу можна назвати контекстне навчання, проблемне навчання, модульне навчання, модель повного засвоєння знань, клубне навчання, дистанційне навчання [9].

*Мета статті* – дослідження процесу використання новітніх методик викладання фізичного виховання у поєднанні з технологіями дистанційного навчання, визначення основних особливостей таких інновацій у навчальному процесі, характеристика основних інструментів дистанційного навчання.

### Результати

Фізичне виховання має бути розглянуто як невід’ємна складова системи безперервної освіти, що може бути забезпечена завдяки впровадженню дистанційного навчання. Фізичне виховання спрямовується на розвиток фізичних якостей здобувачів освіти, освоєння спеціальних знань з даної галузі, формування потреби у регулярних заняттях.

Усвідомлення значення фізкультурно-спортивної діяльності та формування особистої потреби у фізичному самовдосконаленні є одним із найголовніших завдань фізичного виховання здобувачів освіти.

Інноваційними технологіями, які допоможуть швидше та більш якісно оволодіти новими знаннями та навичками, є [3]:

- технологія спортивно-орієнтованого фізичного виховання;
- технологія олімпійської освіти;
- технологія формування здорового способу життя.

Технологія спортивно-орієнтованого фізичного виховання базується на використанні спортивних ігор та інших видів спорту для управління процесом цілеспрямованої зміни фізичного стану та працездатності здобувачів освіти. Вони

мають свободу вибору щодо виду спорту для занять у відповідній навчально-тренувальній групі і мають право переходу в іншу групу, яка пропонується у навчальному закладі. Основою другої технології є впровадження олімпійської освіти, мета якої – залучення студентів до стандартів та ідеалів олімпізму, спрямованих на загальнолюдські, гуманістичні духовно-моральні цінності, пов'язані зі спортом.

Технологія формування здорового способу життя базується не лише на охороні здоров'я, але й на формуванні та вихованні культури здоров'я у здобувачів освіти. Використання технології формування здорового способу життя у навчальному процесі сприяє створенню відповідального ставлення молоді до свого здоров'я і ефективному проведенню профілактики асоціальної поведінки викладачем [3].

Особливу увагу варто звернути на такі новітні методики викладання фізичного виховання, як введення занять з фітнесу, каланетики, стрейчінгу, аеробіки в комплексі з нетрадиційними східними єдиноборствами, бодіблінгом, ушу та хатха-йоогою. Програма хатха-йоги передбачає поступовий розвиток вмінь та навичок у процесі виконання різних рухів та позицій. Впровадження цієї методики надасть можливість індивідуалізувати навантаження відповідно до можливостей та рівня розвитку здобувачів освіти, поетапно покращуючи їх фізичні досягнення та фізіологічні процеси [5].

Яскравим прикладом є введення у заняття фізичною культурою японського бойового мистецтва дайто-рю айкі-дзюдзюцу. Завдяки таким заняттям значно збільшуватимуться різні фізичні показники учнів, а саме гнучкість, швидкість реакції, витривалість, спритність, посилюватиметься самоконтроль. За дослідженнями Х. Є. Щавель, під впливом занять із використанням технік дайто-рю айкі-дзюдзюцу збільшуються резервні можливості дихальної системи, значно зростає життєва ємність легень; частота серцевих скорочень відповідає віковій нормі ( $p > 0,05$ ). Результати комплексної оцінки функції дихальної та серцево-судинної системи за індексом Скібінські вказали, що під час дослідження, у спортсменів вона є задовільною [10].

Серед найвпливовіших технологій, що мають велике значення для здобувачів освіти, є здоров'язберігаючі підходи. Вони базуються на врахуванні вікових особливостей студентів, оптимальному поєднанні рухових та статичних навантажень, принципах поступового збільшення навантаження та послідовності вивчення вправ з використанням наочності.

На сьогоднішній день головним завданням у вищій освіті, і зокрема у напрямку фізичного виховання, є активне впровадження сучасних комп'ютерних технологій у повсякденну викладацьку практику. Однак для успішного розвитку цього напрямку необхідно спрямоване створення та використання комп'ютерних навчальних програм, а також оперативне розроблення комплексу навчально-інформаційних матеріалів [1].

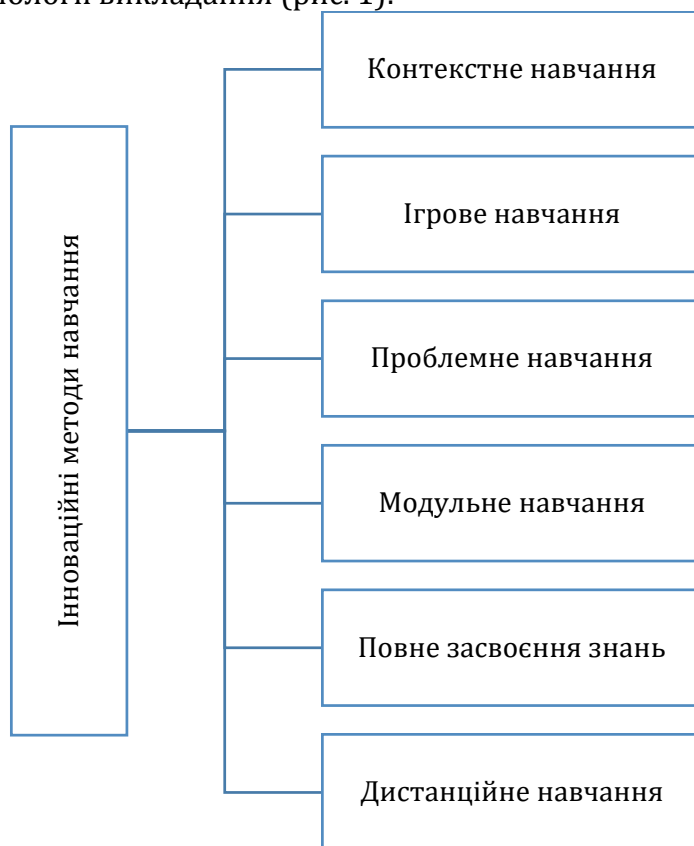
Найбільш вдалимими їх прикладами є комп'ютерні презентації, електронні підручники, практикуми з можливістю моделювання реальних процесів, лекційний матеріал, який, окрім звичайного тексту, доповнений аудіо та відеоматеріалами.

З впровадженням дистанційного навчання більшість традиційних методів викладання не в повній мірі відповідають вимогам сучасних освітніх стандартів. Новий формат навчання вимагає творчого підходу та компетентного ставлення до освітнього процесу з боку здобувачів освіти та викладачів. Запит на використання комунікативних та інформаційних технологій значно зріс, що, в свою чергу, призвело до розробки і впровадження нових методів та форм навчання і викладання.

Фізичне виховання – це специфічна дисципліна, тому дуже важко повноцінно реалізувати її викладання в умовах дистанційного навчання. Вирішенням цієї проблеми є сучасне використання нових підходів до фізичного виховання здобувачів

освіти, зокрема шляхом наголошення на самостійній практичній підготовці та розвитку творчих підходів до навчання.

Також популярними у закладах вищої освіти останнім часом стають наступні інноваційні технології викладання (рис. 1):



**Рис. 1. Головні інноваційні методи навчання у закладах вищої освіти**  
Джерело: [9].

Важливим доповненням до процесу дистанційного навчання фізичного виховання можуть бути [9]:

- 1) інтерактивні методи навчання (онлайн-тести, віртуальні лабораторії, відеоуроки);
- 2) інтернет-ресурси, призначені для розширення можливостей навчання (електронні книги, відеолекції);
- 3) спеціальне програмне забезпечення;
- 4) новітні технології, зокрема віртуальна та доповнена реальність;
- 5) соціальні мережі та платформи для спілкування.

В процесі дистанційного навчання, на заняттях з фізичного виховання важливу роль відіграє використання спеціальних цифрових ресурсів (табл. 1).

Таблиця 1

**Основні цифрові ресурси для дистанційного навчання у закладах вищої освіти**

Цифровий ресурс	Опис
Google Meet	Платформа для проведення відеоконференцій від Google, яка дозволяє користувачам зв'язуватися в режимі реального часу за допомогою відео та аудіо з будь-якого місця в світі, де є доступ до інтернету. За допомогою

	Google Meet користувачі можуть проводити відеоконференції до 250 учасників одночасно, обмінюватися екраном, документами та чатом.
<b>Zoom</b>	Платформа для відеоконференцій, яка дозволяє користувачам зв'язуватися в режимі реального часу за допомогою відео та аудіо з будь-якого місця в світі з доступом до інтернету. Zoom дозволяє проводити відеоконференції до 1000 учасників одночасно, обмінюватися екраном, документами та чатом.
<b>Google Classroom</b>	Безкоштовний сервіс від Google, призначений для організації та керування навчальним процесом в школах та університетах. Викладачі можуть створювати віртуальні класи, додавати до них учнів та надавати їм доступ до матеріалів для вивчення, які можуть містити текст, зображення, відео та інші типи файлів. Здобувачі освіти можуть відповідати на завдання, робити тести і спілкуватися з вчителями та один з одним через платформу.
<b>Платформа Moodle</b>	Платформа дозволяє створювати спеціальні електронні курси (зокрема з фізичного виховання), завантажувати навчальний матеріал, проводити дистанційні заняття, виконувати завдання (стосується здобувачів освіти) та спілкуватися викладачам із здобувачами.

Джерело: [3].

Загалом в Україні спостерігається активне використання окремими закладами вищої освіти платформи Moodle для забезпечення дистанційної складової фізичного виховання, зокрема Харківський національний педагогічний університет імені Григорія Сковороди, Київський університет імені Бориса Грінченка, Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, Національний університет біоресурсів та природокористування України, Кіровоградський державний педагогічний університет імені Володимира Винниченка, Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича та багато інших [8].

Кафедрою фізичного виховання №1 Національного юридичного університету імені Ярослава Мудрого, відповідно до вимог сучасності, щодо дистанційних форм навчання було розроблено та впроваджено:

- електронні навчально-методичні комплекси (ЕНМК),
- навчально-методичні посібники (НМП),
- адаптовані навчальні програми, що відповідають сучасним тенденціям розвитку системи освіти [7].

Дистанційне навчання має свої як позитивні, так і негативні сторони. Позитивною стороною є збільшення кількості людей, які можуть скористатися освітніми послугами, задовольнити свої потреби. Також однією з головних переваг дистанційного навчання є його гнучкість, модульність, технологічність, зміна ролі викладача, що сприяє

підвищенню мотивації здобувачів освіти до самоорганізації. В процесі такого навчання здобувачі мають більше можливостей для інтерактивності та самостійної роботи.

Негативною стороною є деякі обмеження та недоліки, що включають [6]:

- складнощі, пов'язані з проведенням занять,
- відсутність синхронізації взаємодії між викладачем та здобувачами освіти,
- відсутність можливості живого спілкування.

За даними деяких досліджень було виявлено, що проведення занять з фізичного виховання на платформах Zoom та Classroom є недостатньо ефективними. Якщо мова йде про дистанційне навчання, яке передбачає гнучкий розклад виконання завдань здобувачами освіти, то проведення онлайн-занять може викликати організаційні труднощі та незручності. На сьогоднішній день не всі викладачі та здобувачі освіти готові до повноцінного використання дистанційного формату, зокрема через обмежену якість інтернет-зв'язку або відсутність сучасних електронних пристроїв, що ускладнює або навіть унеможлиблює проведення занять віддалено.

Деякі учасники навчального процесу також мають обмежені навички в роботі з цифровими технологіями. Крім того, виявлено, що оцінювання знань, навичок, прикладних компетентностей та рівня підготовленості здобувачів освіти у дистанційному форматі в порівнянні з традиційним форматом не завжди є достатньо об'єктивним за якістю оцінки.

Для підвищення якості освітнього процесу в умовах змішаного або дистанційного навчання, успішного формування високого рівня мотивації здобувачів освіти до фізичної активності, покращення та збереження свого стану здоров'я рекомендовано впроваджувати такі форми роботи, як проведення вебінарів, флешмобів, майстер-класів (наприклад, з оздоровчої фітнесу або гімнастики).

Саме такі форми проведення занять сприятимуть:

- інтеграції та активізації освітнього процесу,
- якісному засвоєнню потрібних знань, практичних навичок та вмінь,
- активному прояву творчих здібностей,
- самовдосконаленню,
- саморозвитку.

Важливим в процесі інтеграції новітніх методик з технологіями дистанційного навчання є відповідний рівень цифрової компетентності та кваліфікації викладачів. Цифрова компетентність сприяє взаємодії між викладачами і здобувачами освіти в онлайн-середовищі і включає вміння ефективно спілкуватися, співпрацювати та обмінюватися інформацією через електронні комунікаційні засоби. Викладачі повинні бути ознайомлені із функціонуванням різних додатків, платформ для ефективного викладання дисципліни здобувачам освіти. Викладачі галузі фізичного виховання повинні вміти використовувати різні цифрові інструменти для створення інтерактивних уроків, відеоуроків, аналізу різної кількості даних тощо.

Використовуючи різні методи дистанційного навчання, викладач розуміє свою функцію і дотримується своєї мети – активізувати роль здобувача освіти у процесі освоєння нового матеріалу. Він надає здобувачам доступ до освітніх знань, історичних і наукових досягнень у галузі фізичної культури і спорту, використовуючи різні методи, форми та швидкість засвоєння отриманих знань. Використання дистанційних форм навчання спрощує процес особистісної комунікації і допомагає вирішувати психологічні проблеми, які можуть виникати під час спілкування між здобувачем освіти і викладачем [4].

Технології дистанційного навчання можуть бути використані для формування спортивно-ціннісних орієнтацій, які є дуже важливими для самореалізації особистості.

У цьому контексті фізичне виховання виявляється також у формуванні теоретичних знань та світоглядних позицій у здобувачів освіти.

### Висновки

В умовах активного розвитку системи освіти та активного впровадження різних інноваційних форм та методів навчання, невід'ємною частиною цього процесу є інтеграція технологій для дистанційного навчання з новітніми методиками викладання саме фізичного виховання у закладах вищої освіти. Формування знань про здоровий спосіб життя, зміцнення та збереження здоров'я є важливим аспектом реалізації мети та завдань фізичного виховання.

У надзвичайних ситуаціях та обставинах дистанційне навчання стало досить ефективним завдяки активному розвитку сучасних цифрових технологій та інформаційних мереж. Фізичне виховання являє собою специфічну дисципліну, тому дуже важко повноцінно реалізувати її викладання в умовах дистанційного навчання. Вирішенням цієї проблеми є сучасне використання нових підходів до фізичного виховання здобувачів освіти, зокрема шляхом наголошення на самостійній практичній підготовці та розвитку творчих підходів до навчання.

Важливим у викладанні фізичного виховання здобувачам вищої освіти видається використання новітніх методик, а саме: впровадження у заняття різноманітних фізичних активностей, таких як заняття з фітнесу, каланетики, стрейчінгу, аеробіки в комплексі з нетрадиційними східними единоборствами, бодібілдингом, ушу та хатхайогою, заняття з аквафітнесу, але з використанням технологій дистанційного навчання: цифрові ресурси для зв'язку та комунікації (Moodle, Zoom або Classroom), відеоматеріали, відеоуроки (YouTube).

Враховуючи те, що фізичне виховання є насамперед практичною дисципліною, то важливим фактором дистанційного навчання також має бути формування ціннісних орієнтацій, переконань, інтересів, активного та свідомого підходу до фізичної діяльності.

Перспективами подальших досліджень може бути дослідження ефективності використання різного типу технологій для дистанційного навчання у фізичному вихованні, зокрема платформ та програм для викладання фізичного виховання, відеоуроків, віртуальних тренажерів тощо.

### Список використаних джерел

1. Ваколюк А., Шелюк В., Симонович Н. Інноваційні технології у системі фізичного виховання здобувачів вищої освіти. *Інноватика у вихованні*. 2021. № 14. С.128–134. DOI: <https://doi.org/10.35619/iiv.v1i14.431> (дата звернення: 25.04.2023).
2. Дубинська О. Я. Сучасні підходи до застосування засобів аквафітнесу у фізичному вихованні студентської молоді. *Олімпійський та параолімпійський спорт*. 2023. № 1. С. 8–11. DOI: <https://doi.org/10.32782/olimpspu/2023.1.2> (дата звернення: 25.04.2023).
3. Марущак П. Д. Упровадження сучасних новітніх технологій навчання при викладанні дисципліни фізичне виховання. *Наука, освіта, суспільство: інструменти і механізми сучасного інноваційного розвитку*: мат. Всеукр. наук.-практ. конф., м. Ніжин, 5–6 грудня 2019 р. Ніжин, 2019. С. 417–423. URL: [https://nadc.org.ua/docs/Conferencia/2019/Conferencia\\_mat\\_20191205.pdf#page=417](https://nadc.org.ua/docs/Conferencia/2019/Conferencia_mat_20191205.pdf#page=417) (дата звернення: 25.04.2023).
4. Мельник О. С., Овчарук С. В., Лобанова О. В. Вивчення дисципліни «Фізична культура» в умовах дистанційного навчання. *Загальні аспекти інноваційного*

- розвитку освітньої галузі в контексті міжнародного співробітництва України : матеріали міжнар. наук.-практ. конф., м. Миколаїв, 23 квітня 2021 р. Миколаїв : МНАУ, 2021. С. 102-106. URL: <http://dspace.mnau.edu.ua/jspui/handle/123456789/9998> (дата звернення: 25.04.2023).
5. Отравенко О. В. Здоров'язберігаючі технології в умовах змішаного навчання закладів освіти. *Education and science of today: intersectoral issues and development of science: IV International Scientific and Practical Conference, Cambridge, 9 December 2022. Cambridge, UK, 2022. С. 176–179. DOI: <https://doi.org/10.36074/logos-09.12.2022.48> (дата звернення: 25.04.2023).*
  6. Палагнюк Т. В., Ківерник О. В., Головачук В. В. Сучасні проблеми процесу підготовки фахівців галузі фізичного виховання та спорту. *Інноваційна педагогіка. 2022. Т. 3, № 44. С. 110–113. DOI: <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2022/44/3.24> (дата звернення: 26.04.2023).*
  7. Попрошаєв О. В., Мунтян В. С., Гоєнко М. І. Особливості організації процесу дистанційного навчання з фізичного виховання. *Науково-методичні основи використання інформаційних технологій в галузі фізичної культури та спорту. 2020. № 4. С. 70–75. URL: <http://ismc.kpi.ua/index.php/wissn009/article/view/212142> (дата звернення: 25.04.2023).*
  8. Цибулько Л. Г., Глоба Г. В. Особливості дистанційного навчання студентів факультету фізичного виховання в умовах карантину. *Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка : Педагогічні науки. 2021. № 6(344). Ч. 2. С. 84–97. URL: <http://dspace.luguniv.edu.ua/jspui/handle/123456789/9269> (дата звернення: 25.04.2023).*
  9. Шавель Х. Є., Бойко Ю. С., Соколенко Л. С. Інноваційні моделі підготовки здобувачів вищої освіти в галузі фізичного виховання та спорту. *Академічні візії. 2023. № 17. DOI: <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.7724404> (дата звернення: 25.04.2023).*
  10. Шавель Х. Є. Функціональні можливості дихальної та серцево-судинної систем організму юних спортсменів 7-10 років, які займаються дайто-рю айкі-дзюдзюцу. *Традиції та новації у підготовці фахівців з фізичної культури та фізичної реабілітації : зб. тез доповідей Міжнар. наук.-практ. конф. Київ, 2021. С. 66–70.*