

# ДОСВІД ОРГАНІЗАЦІЇ НАВЧАЛЬНОЇ РОБОТИ НА КАФЕДРІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ № 1 НЮУ ІМЕНІ ЯРОСЛАВА МУДРОГО ПІД ЧАС ЗМІШАНОЇ АБО ДИСТАНЦІЙНОЇ ФОРМИ ОРГАНІЗАЦІЇ НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ

**Олександр Попрошаєв**

к.фіз.вих, доцент, завідувач кафедри,  
Національний юридичний університет імені Ярослава Мудрого

**Олег Чумаков**

викладач,  
Національний юридичний університет імені Ярослава Мудрого

**Анотація.** Світова пандемія та карантинні обмеження значно вплинули на спосіб життя сучасної людини й студентів зокрема. Для опанування навчальної програми студенти переведені на змішану або дистанційну форму організації навчального процесу, що значно вплинуло на рівень їх фізичного здоров'я й рухової активності. В ситуації, що склалася зусилля кафедри фізичного виховання № 1 НЮУ імені Ярослава Мудрого спрямовані на подолання проблеми шляхом підбору найбільш оптимальних та ефективних форм та методів організації дистанційного навчання у фізичному вихованні. Зараз у навчальному процесі широко використовуються методики та напрацювання, які розробляються та апробуються колективом кафедри.

**Ключові слова:** дистанційне навчання, фізичне виховання, організація, ефективність, COVID-19.

**Постановка проблеми.** Малорухливий спосіб життя є одним з основних факторів ризику розвитку ожиріння, гіпертонічної хвороби, цукрового діабету та інших захворювань серцево-судинної системи, тому для нормального функціонування людського організму та збереження здоров'я необхідні регулярні фізичні навантаження.

Проблема рухової недостатності (гіподинамії) ще більш загострилася в умовах світової пандемія, що викликана вірусом COVID-19. Тому оптимальні

доза рухової активності є життєвою потребою для кожної людини. Це підтверджується і рекомендаціями Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), яка під час карантинних обмежень рекомендує 30 хвилин регулярних фізичних навантажень, протягом дня, для дорослої людини і одну годину для дітей. Регулярна фізична активність повинна бути нормою, а не винятком.

Світова пандемія та карантинні обмеження значно вплинули на спосіб життя сучасної людини й студентів зокрема. Для опанування навчальної програми студенти переведені на змішану або дистанційну форму організації навчального процесу й тривалий час проводять сидячі перед комп'ютером, що також значно впливає на рівень їх фізичного здоров'я й рухової активності. А у більшості студентів ще не сформована стійка мотивація та потреби щодо фізкультурно-оздоровчих занять, тому навчальна дисципліна «Фізична культура», яка сприяє гармонійному формуванню особистості молодшої людини, зміцненню її здоров'я, розвитку фізичних, моральних та інтелектуальних здібностей повинна бути обов'язковою для всіх учасників навчально-виховного процесу.

В ситуації, що склалася зусилля кафедри фізичного виховання № 1 НЮУ імені Ярослава Мудрого спрямовані на подолання проблеми шляхом підбору найбільш оптимальних та ефективних форм та методів організації змішаного або дистанційного навчання з фізичного виховання.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У сучасній літературі питанням впровадженню дистанційних форм організації навчального процесу в практику, у тому числі з фізичного виховання приділено недостатньо уваги.

В сучасних наукових працях проаналізовані нормативно-правові документи, які регулюють організацію навчальної дисципліни «Фізичне виховання» у закладах вищої освіти України та шляхи підвищення ефективності фізичного виховання учнівської та студентської молоді [2, 7]. У той же час особливості організації процесу дистанційного навчання з фізичного

виховання у закладах середньої та вищої освіти розглядаються в поодиноких наукових статтях [3].

Викликають інтерес результати досліджень в яких висвітлюються питання змішаного або дистанційного навчання. Ряд вчених звертають увагу, що на даному етапі розвитку системи освіти впровадження дистанційного навчання є досить популярним, завдяки своїй практичності та доступності. Дистанційна освіта може значно розширити коло потенційних користувачів, задовольняти їх потреби в освіті та забезпечити, таким чином, можливість їх навчання протягом життя й самореалізації [1, 5, 6, 8, 9].

Ряд науковців до переваг дистанційної форми організації навчального процесу відносять зручність та можливість планування свого часу. До обмежень і недоліків – певні складності проведення онлайн курсів у режимі реального часу та синхронізація взаємодій, що вимагають особисту присутність учасників освітнього процесу, а також відсутність можливості природного спілкування [1, 10].

Викликає інтерес робота, щодо впровадження секційної форми організації навчального процесу (розділ «Баскетбол») в навчально-виховний процес з фізичного виховання для студентів 1 та 2 курсів, використовуючи для цього електронні навчально-методичні посібники [4].

Таким чином, результати аналізу останніх досліджень і публікацій за даною проблематикою показують, що впровадження змішаної або дистанційної форми в навчальний процес з фізичного виховання на цей час недостатньо досліджена та потребує подальшого поглибленого вивчення з урахуванням світових тенденцій та реалій сьогодення.

**Зв'язок з науковими темами та напрямками.** Дослідження проводилось згідно плану науково-дослідної роботи кафедри фізичного виховання №1 Національного юридичного університету імені Ярослава Мудрого на 2021-2025 роки.

**Мета дослідження.** Визначити базову платформу для здійснення навчального процесу з фізичного виховання під час дистанційного або змішаного навчання на прикладі організації навчальної роботи кафедри фізичного виховання № 1 НЮУ імені Ярослава Мудрого.

**Завдання дослідження:**

1. Здійснити аналіз науково-методичної літератури з питань впровадження змішаного або дистанційного навчання у фізичному вихованні.

2. Визначити ефективність дистанційних форм організації навчального процесу у фізичному вихованні на прикладі організації навчальної роботи кафедри фізичного виховання № 1 НЮУ імені Ярослава Мудрого.

**Методи дослідження:** теоретичний аналіз та узагальнення матеріалів науково-методичної літератури інших джерел інформації, педагогічні спостереження та дослідження практичного досвіду фахівців щодо організації дистанційного навчання з фізичного виховання.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Одним із пріоритетних напрямків навчальної роботи колективу кафедри фізичного виховання № 1 НЮУ імені Ярослава Мудрого є розробка нових та освоєння існуючих методів та технологій дистанційного навчання. Для організації змішаного навчання широко використовуються методики та напрацювання, які розробляються та впроваджуються в навчальний процес колективом кафедри.

Навчальна дисципліна «Фізична культура» у НЮУ імені Ярослава Мудрого є обов'язковою дисципліною освітньо-професійної підготовки юристів. Формою підсумкового контролю знань студентів із навчальної дисципліни «Фізична культура» у кожному семестрі є залік за результатами практичних занять. Залік за навчальний семестр під час карантину студенти отримують дистанційно на платформі ZOOM за підсумками вивчення всіх тем навчальної програми, систематичного відвідування практичних занять та виконання контрольних вправ.

Навчальний процес здійснюється відповідно до епідеміологічної ситуації, яка відбувається в регіоні, а саме: практичні заняття можуть проводитися традиційно (у спортивному залі та на свіжому повітрі) або дистанційно (на платформі ZOOM).

Об'єктами контролю знань, умінь та навичок студентів з навчальної дисципліни «Фізична культура» є:

- Систематичне відвідування практичних навчальних занять. Під час карантину практичні заняття проводяться дистанційно, відповідно до навчального розкладу на платформі ZOOM.

- Виконання контрольних вправ (тестовий модульний контроль) по закінченню кожного навчального модуля (з урахуваннями медичної групи). Виконання студентами контрольних вправ в залежності від епідеміологічної ситуації може відбуватися традиційно (у спортивному залі та на свіжому повітрі) або дистанційно (відео-звіти з виконання контрольних вправ студенти розміщують в навчальному електронному інформаційному комплексі (НЕІК) на платформі Moodle).

Протягом навчального семестру студенти виконують завдання для самостійної роботи, а саме: вивчають матеріали на порталі АСУ навчальним процесом де розміщені усі необхідні навчально-методичні матеріали та плани конспекти практичних занять для самостійної роботи студентів та їх підготовки до тематичного контролю; переглядають навчально-методичні відео матеріали на YouTube каналі кафедри «Фізичного виховання № 1» й виконують їх для підтримки оптимального рівня рухової активності та підготовки до контрольних вправ; готують та розміщують на порталі навчального електронного інформаційного комплексу фото та відео-звіти виконання контрольних вправ для подальшої перевірки їх викладачем.

Студенти які за станом здоров'я звільненні від фізичного навантаження, можуть отримати додаткові бали за самостійну роботу, а саме: участь у конкурсах студентських наукових праць за напрямом «Фізична культура»;

підготовка тез доповідей та участь в науково-практичних конференціях; складання комплексів вправ для розвитку базових рухових якостей та комплексів лікувальної фізичної культури (ЛФК); написання есе та рефератів з конкретної теми навчальної програми «Фізична культура»; дистанційно участь у флешмобах та аналогічних заходах, спрямованих на популяризацію здорового способу життя; виконання практичних завдань, самотестування фізіологічних показників, рівня рухової активності.

Ліквідація навчальних заборгованостей студентом здійснюється у викладача групи по графіку індивідуальних консультацій (дистанційно на платформі ZOOM), а також в вигляді виконання завдань для самостійної роботи. Студенти, які тренуються у спортивно-оздоровчих секціях повинні обов'язково дистанційно пройти тестування (підсумковий контроль), яке передбачено навчальною програмою з дисципліни «Фізична культура» на платформі Moodle.

Всі дистанційні форми які використовуються викладачами кафедри в освітньому процесі досить ефективні і зарекомендували себе з позитивної сторони, але серед них необхідно виділити структурно-уніфікований електронний навчальний комплекс «Фізична культура (кафедра фізичного виховання № 1)», який розміщений на платформі Moodle. Він дозволяє комунікувати зі студентами та здійснювати навчальний процес в дистанційному форматі більш ефективно. До структури комплексу входить загальний та тематичні блоки в яких розміщується навчально-методична інформація для студентів, викладаються завдання для тематичного контролю та перевіряється його виконання.

Другий рік практичного використання навчального електронного інформаційного комплексу (НЕІК), дозволяє нам впевнено стверджувати, що це є базовою платформою при змішаному або дистанційному навченні тому, що: надає можливість студентам доступу до матеріалів курсу незалежно від місцезнаходження, забезпечує системну методичну підтримку, дозволяє

здійснювати контроль за процесом та результатом навчання й проводити поточний і підсумковий контроль засвоєння знань, умінь і навичок студентів з навчальної дисципліни.

Таким чином, доповнення традиційних методів організації і проведення занять з фізичного виховання дистанційними формами дозволяє підвищити ефективність навчального процесу, якість засвоєння теоретичних знань, практичних умінь і навичок, а також максимально залучати всі категорії учасників навчально-виховного процесу до здорового способу життя і фізкультурно-оздоровчої діяльності.

### **Висновки:**

1. Базовою платформою для здійснення навчального процесу з фізичного виховання під час змішаного або дистанційного навчання є Moodle, Інтернет-сервісу Microsoft Office 365. Розташований на цій платформі структурно-уніфікований навчальний електронний інформаційний комплекс «Фізична культура (кафедра фізичного виховання № 1)» дозволяє під час карантину комунікувати зі студентами, проводити поточний і підсумковий контроль та контролювати активність студентів в межах дистанційного курсу.

2. Для дистанційного проведення практичних заняття та індивідуальних консультації з фізичного виховання добре зарекомендувала себе платформа Zoom, яка дозволяє проводити навчальні заняття та консультації у режимі реального часу (відео конференцій).

3. Для полегшення дистанційного вивчення та практичного засвоєння студентами навчального предмету, позитивно зарекомендував себе YouTube канал кафедри "Фізичного виховання № 1". Він дозволяє студентам самостійно готуватися до тематичного та підсумкового контролю використовуючи для цього навчально-методичні відео матеріали, які розміщені на каналі. [https://www.youtube.com/channel/UChgbk03DRIDPc9lOsEggstw](https://www.youtube.com/channel/UChgbk03DRIDPc9lOsEggstw;);

**Перспективи подальших досліджень у цьому напрямку - вивчити досвід дистанційного навчання та провести аналіз форм і методів фізичного**

виховання студентської молоді у навчальних закладах Європейського Союзу та США.

### Література

1. Мунтян В.С. Імплементация дистанционного обучения как условие повышения эффективности физического воспитания. *Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. Київ, 2016. К 2 (71) 16, С. 216–219.

2. Мунтян В.С., Попрошаєв О.В. Шляхи підвищення ефективності фізичного виховання учнівської та студентської молоді. *Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. Київ, 2019. 3К (97) 19, С. 355-359.

3. 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*. Харків, 2020. Вип. 4., С. 70–75.

4. Попрошаєв О. В., Миргород Д. О., Церковна О. В. Фізичне виховання: секційна форма організації навчального процесу (розділ «Баскетбол») (галузь знань 0304 "Право", освітньо-кваліф. рівень "Бакалавр", напрям підгот. 6.030401 "Правознавство" для студ. 1-2 курсів денних факультетів). Електронне видання. Харків : Нац. ун-т «Юрид. акад. України ім. Ярослава Мудрого», 2013. 81 с.

5. Соколюк О. В. Дистанційне навчання в системі професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки*. Чернігів, 2012. С. 234–238.

6. Старченко С. О. Пріоритети дистанційної підготовки вчителів фізичної культури в системі післядипломної освіти. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки*, 2012. С. 242–245.



7. Попрошаєв О. В., Зінченко С. Г., Білик О. А., Островський М. В. Аналіз нормативно-правових документів, які регулюють організацію навчальної дисципліни «Фізичне виховання» у вищих навчальних закладах України. *Modern European science*, Materials of the X International sciences and practical conference, june 30-jule 7, 2014, Science and education LTD 2014. №18 Sheffield. С. 50-59
8. Aeiad, Eiman, Meziane, Farid. An Adaptable and Personalised E-Learning System Applied to Computer Science Programmes Design. *Education and Information Technologies*. 2019. v24 n2, P. 1485-1509.
9. Elena N. Shutenko, Andrey I. Shutenko. Sociocultural Constructs of the Higher School's Innovative Potential. *Journal of Psychology and Behavioral Science*. 2015v3, n1, P.44-49.
10. Olga De Jesus. Spotlight on Distance Learning and Undergraduate International ELLs. *Journal of Education and Human Development*. 2015. 4(2), P. 63-66.