

Педагогические науки

УДК 378.147:796.015.62

. ОПТИМИЗАЦИЯ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ДИСЦИПЛИН ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ У СТУДЕНТОВ В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ

Анна Николаевна Аксенова, кандидат педагогических наук, доцент, Кузбасский институт Федеральной службы исполнения наказаний, г. Новокузнецк; Елена Геннадьевна Монахова, кандидат педагогических наук, доцент, Наталья Викторовна Перегудова, старший преподаватель, Новокузнецкий институт (филиал) Кемеровского государственного университета

Аннотация

Применение дистанционных образовательных технологий (ДОТ) в учебном процессе дисциплин по физическому воспитанию никогда не рассматривалось на серьезном уровне. Именно в вопросах физического воспитания необходимо тесное взаимодействие и непосредственный контакт двух участников учебно-тренировочного процесса – тренера и спортсмена, преподавателя и студента. Но реалии нашего времени наложили свой отпечаток и вызвали необходимость коррекции методики, реорганизации учебного процесса по физическому воспитанию и внедрения в образовательный процесс высших учебных заведений педагогических технологий и инновационных форм обучения. Пандемия COVID-19 в 2019-2020 учебном году заставила в срочном порядке поменять взгляд на традиционную систему обучения и искать пути решения проблемы удаленного, дистанционного обучения студентов по физической культуре и спорту, тренировки спортсменов, организации соревнований. В данной статье авторы анализируют отношение студенческой молодежи к проблеме преподавания дисциплин по физической культуре и спорту в дистанционной форме обучения, выявляют все положительные и отрицательные стороны этого процесса. А так же проводят мониторинг физической подготовленности студентов в период пандемии и после нее. Авторы предлагают применение наиболее целесообразных педагогических технологий совершенствования учебного процесса по физическому воспитанию и внедрения инновационных форм организации самостоятельной работы студентов в период пандемии.

Ключевые слова: студенты, пандемия COVID-19, физическое воспитание, физическая подготовка, дистанционное обучение, педагогические технологии, инновационные формы.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2021.4.p3-8

OPTIMIZATION OF THE EDUCATIONAL PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION DISCIPLINES FOR STUDENTS DURING THE PANDEMIC

Anna Nikolaevna Aksenova, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Kuzbass Institute of the Federal Penitentiary Service, Novokuznetsk; Elena Gennadyevna Monakhova, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Natalia Viktorovna Peregudova, the senior teacher, Novokuznetsk Branch-Institute of Kemerovo State University

Abstract

The use of distance learning technologies (DOT) in the educational process of physical education disciplines has never been considered at a serious level. It is in matters of physical education that close interaction and direct contact between two participants in the training process-a coach and an athlete, a teacher and a student - is necessary. But the realities of our time have left their mark and caused the need to correct methods, reorganize the educational process in physical education and introduce pedagogical technologies and innovative forms of education into the educational process of higher educational institutions. The COVID-19 pandemic in the 2019-2020 academic year forced an urgent change in the view of the traditional system of education and to look for ways to solve the problem of remote, remote training of students in physical culture and sports, training of athletes, and organizing competitions.

In this article, the authors analyze the attitude of students to the problem of teaching disciplines in physical culture and sports in distance learning, identify all the positive and negative aspects of this process. They also monitor the physical fitness of students during the pandemic and after it. The authors propose the use of the most appropriate pedagogical technologies for improving the educational process in physical education and the introduction of innovative forms.

Keywords: students, COVID-19 pandemic, physical education, physical fitness, distance learning, pedagogical technologies, innovative forms.

ВВЕДЕНИЕ

Проблема физического воспитания студенческой молодежи актуальна в наше время как никогда раньше. Период обучения в вузе характеризуется становлением личности молодого человека, расцветом его духовных и физических сил и формированием будущего специалиста. Именно в этом возрасте необходимо внедрять в сознание молодых людей ценность физического и психического здоровья, важность повышения интеллектуального потенциала личности и осознание того факта, что всего можно добиться только путем самостоятельного решения проблем.

Пандемия COVID-19 заставила пересмотреть в срочном порядке механизм коммуникативной связи и передачи информации от преподавателя к студенту, заставив осознанно подходить к самостоятельной работе в плане подготовки к практическим и теоретическим занятиям.

Целью нашего исследования – поиск наиболее целесообразных педагогических технологий в процессе оптимизации учебного процесса дисциплин по физическому воспитанию и внедрение инновационных форм организации практических занятий в условиях дистанционного обучения.

Для достижения поставленной цели были определены следующие задачи исследования:

1. Определить отношение студентов к проведению практических занятий и самостоятельной работе по физическому воспитанию в условиях ДОТ.
2. Провести мониторинг физической подготовленности за период пандемии и после нее.
3. Выявить наиболее целесообразные педагогические технологий, способные оптимизировать процесс обучения в условиях удаленной работы.

МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Исследование было организовано на базе учебных заведений высшего образования – Новокузнецкого института (филиала) Кемеровского государственного университета (НФИ КемГУ) и Кузбасского института Федеральной службы исполнения наказаний России (КИ ФСИН России).

В исследовании участвовали студенты юридического факультета КИ ФСИН России и факультета информатики, математики и экономики НФИ КемГУ.

При организации работы использовались следующие методы:

1. Анализ научно-методической литературы по проблеме исследования.
2. Тестирование и сравнительный анализ физической подготовленности.
3. Анкетирование студентов.
4. Педагогическое наблюдение.

Важно отметить, что для адаптации преподавателей к ведению образовательного процесса в условиях дистанционного обучения были запланированы и проведены курсы повышения квалификации по освоению новых компьютерных технологий.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

По итогам прошедшего времени можно с уверенностью сказать, что пандемия оказала негативное воздействие на жизнь студенческой молодежи во всех ее проявлениях.

По наблюдениям многих авторов, студенты испытывали стресс, нехватку живого общения, двигательной активности, тревожность за свое здоровье и здоровье близких людей. Студенты отмечали переживания за итоги сессии, прохождение практики [1, 2].

Конечно, были и такие молодые люди, которые воспринимали время самоизоляции как возможность ничего не делать, не решать, не заниматься учебными вопросами, проводить как можно больше времени, занимаясь компьютерными играми, просмотром в социальных сетях и т.д. Многие отмечали, что в корне изменился режим труда и отдыха – бодрость ночью, сидя за компьютером, и сон в дневное время, нерегулярное питание, недостаток солнца и свежего воздуха.

Для того, чтобы оценить влияние условий самоизоляции во время пандемии на физическое здоровье и отношение к проведению практических занятий по физическому воспитанию в режиме дистанционного обучения, нами было проведено анкетирование студентов и мониторинг физической подготовленности.

Результаты анкетирования показали, что больше всего пострадали те студенты, кто был наиболее двигательным активен и заинтересован в плане физической культуры и спорта. Те студенты, которые пропускали занятия по физической подготовке, не занимались спортом, были только рады возможности не ходить в институт.

87% студентов отметили увеличение времени самостоятельной подготовки к теоретическим занятиям. Поэтому, как правило, на подготовку к занятиям по дисциплинам «Прикладная ФП», «Экстремальные дисциплины по ФКиС», «Физическая культура и спорт» отводили меньше времени.

85% студентов отметили, что выполнять задания по этим дисциплинам им мешали бытовые условия: небольшая площадь квартиры для занятий спортом, мешали домочадцы, проблема самостоятельной видеосъемки своего задания. Только 5% студентов отметили, что не испытывали проблем при подготовке.

55% студентов отметили, что не хотели бы продолжить обучение дистанционно, 32% студентов предлагали перевести практические занятия по дисциплине в режим системы электронного обучения в формате рефератов, докладов, письменных конспектов занятий. Остальные студенты затруднились с ответом или выразили ответ в форме «мне все равно». На вопрос: «Какими видами спорта вы хотели бы заниматься в период удаленного обучения?» студенты ответили, что наиболее привлекательными для них являются занятия в тренажерном зале, волейболом, настольным теннисом, занятия аэробикой, плаванием.

Можно сделать вывод, что очень редко кто заинтересован в самостоятельных домашних занятиях с использованием записи видеосъемки. А ведь именно такая форма организации обучения и предлагалась в период пандемии.

Для того, чтобы оценить последствия снижения двигательной активности студентов в период пандемии, был проведен мониторинг показателей физической подготовленности, полученных в сентябре 2019 года по сравнению с показателями, полученными в марте 2021 года. В тестировании физической подготовленности приняли участие студенты 1-4 курса обоего пола.

Для тестирования показателей физической подготовленности использовались стандартные тесты для определения уровня развития физических качеств.

Результаты проведенного тестирования представлены в таблицах 1, 2.

Таблица 1 – Мониторинг показателей физической подготовленности студентов КИ ФСИН России ($M \pm m$)

№ п/п	Показатели физической подготовленности	2019 г.	2021 г.	Изменения, %	2019 г.	2021 г.	Изменения, %
		юноши			девушки		
1.	Бег на 100 м (сек)	13,92±0,23	15,02±0,29	7,90**	15,22±0,23	17,32±0,29	13,79**
2.	Бег на 3000м (мин).	14,20±1,18	16,40±1,12	15,49*			
3.	Бег на 1000м (мин)				4,87±0,58	6,15±0,86	26,28**

№ п/п	Показатели физической подготовленности	2019 г.	2021 г.	Изменения, %	2019 г.	2021 г.	Изменения, %
		юноши			девушки		
4.	Челночный бег 3х10 м (сек)	7,97±0,14	7,35±0,08	- 8,4	9,12±0,18	10,78±0,15	18,20**
5.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	10,35±1,24	7,16±1,56	- 30,83**			
6.	Сгибание-разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз)				8,23±1,01	8,12±1,45	1,35
7.	Подъем туловища из положения лежа на спине за 30 сек (кол-во раз)	21,38±1,20	20,44±1,40	- 4,40	15,33±0,87	12,45±0,68	-18,79*
8.	Прыжок в длину с места (см)	224,08±6,24	215,34±5,01	- 3,91	174,14±2,98	169,87±2,46	-2,46
9.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастическом скамье (см)	7,35±1,95	6,94±1,25	- 5,58	10,45±1,28	7,78±0,98	-25,56**

Примечание: * – достоверно при $p < 0,05$; ** – достоверно $p < 0,01$

Анализ результатов тестирования студентов юношей КИ ФСИН России и студентов НФИ КемГУ показал, что изменения показателей в сторону ухудшения произошли практически по всем пунктам. В трех двигательных тестах произошли достоверные изменения ($p < 0,01$): увеличение времени бега на 100м, бега на 3000м и уменьшение количества подтягиваний из виса на высокой перекладине. По остальным тестам достоверных различий не обнаружено. Таким образом, произошедшие изменения в физических качествах – быстроты, выносливости и силе, показали, что именно эти качества требуют постоянной тренировки и почти годовое отсутствие тренировочного процесса неизменно ухудшило эти показатели.

Таблица 2 – Мониторинг показателей физической подготовленности студентов НФИ КемГУ ($M \pm m$)

№ п/п	Показатели физической подготовленности	2019 г.	2021 г.	Изменения, %	2019 г.	2021 г.	Изменения, %
		юноши			девушки		
1.	Бег на 100 м (сек)	14,32±0,21	15,52±0,27	8,37**	18,22±0,25	18,74±0,21	2,85*
2.	Бег на 3000м (мин).	15,28±1,22	16,84±1,42	10,20*			
3.	Бег на 1000м (мин)				5,67±0,66	6,25±0,87	10,22**
4.	Челночный бег 3х10 м (сек)	8,12±0,19	8,35±0,16	2,83	8,59±0,18	9,38±0,11	9,19**
5.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	12,24±1,74	9,14±1,32	-26,33**			
6.	Сгибание-разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз)				9,52±1,15	9,22±1,51	-3,16
7.	Подъем туловища из положения лежа на спине за 30 сек (кол-во раз)	23,48±1,31	22,45±1,41	- 4,49	17,21±0,97	16,15±0,55	-7,16
8.	Прыжок в длину с места (см)	210,12±5,87	197,24±4,15	- 3,91	168,71±3,14	167,77±3,41	-1,56
9.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастическом скамье (см)	7,35±1,95	6,94±1,25	- 5,58	9,25±1,22	9,78±1,28	5,72

Примечание: * – достоверно при $p < 0,05$; ** – достоверно $p < 0,01$

Аналогичные результаты были получены у студенток девушек. Достоверные изменения произошли в следующих тестах: бег на 100м, бег на 1000м, челночный бег.

Девушки КИ ФСИН России дополнительно показали достоверные изменения показателей в тестах: подъем туловища из положения, лежа на спине и наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке. Очевидно, что изменения физических качеств – быстроты, выносливости, силы и гибкости в сторону ухудшения, говорят о том, что с уменьшением двигательной активности существенные изменения произошли в морфофункциональном состоянии организма. Многие студенты отмечали, что за период самоизоляции выросла масса тела за счет увеличения жировой ткани, появилась одышка, учащенное сердцебиение, головные, поясничные боли. На основании анализа научно-методической литературы нами установлены педагогические технологии, которые возможно применять на занятиях по физической подготовке:

1. Здоровьесберегающие технологии, заключающие в себе факторы по обеспечению сохранения здоровья в период обучения в вузе, по формированию необходимых знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни и использование их в самостоятельных занятиях.

2. Личностно-ориентированные и индивидуально-дифференцированные технологии, заключающиеся в построении тренировочного и контрольно-оценочного процесса с использованием факторов, полученных на основе пола и возраста, физической подготовленности и физического развития, особенностей психофизиологического состояния, группы здоровья.

3. Информационно-коммуникативные технологии, заключающиеся в использовании электронных учебников, мультимедийных презентаций по темам физической подготовки, компьютерном тестировании, использовании мобильных приложений по мониторингу физического состояния занимающихся и обмена опытом.

4. Физкультурно-соревновательные технологии, заключающиеся в использовании творческого подхода при выполнении упражнений, самостоятельной организации соревнований между отдельными спортсменами, группами и факультетами.

Данные педагогические технологии должны быть адаптированы к дистанционному обучению и активно применяться при организации самостоятельных занятий у студентов в период пандемии.

ВЫВОДЫ

Таким образом, через определенное время после окончания периода самоизоляции и дистанционного обучения можно выявить плюсы и минусы проведенной работы. Несомненными плюсами являются: доступность, мобильность, технологичность и творческая составляющая. Преподаватель и студент могут общаться, находясь в разных регионах, осуществлять обратную связь в любое время дня, использовать актуальные информационно-коммуникационные технологии. В то же время минусы дистанционного обучения заключаются в следующем – низкая компьютерная грамотность и преподавателей, и студентов, слабая мотивация – неспособность студентов заниматься без принуждения и контроля со стороны преподавателей, несовершенная научно-методическая база программ дистанционного обучения. После возвращения к прежнему режиму работы авторы предлагают: организовать дистанционную форму обучения для студентов, полностью освобожденных от занятий физической культурой. Частично использовать дистанционную работу для выработки у студентов навыков коммуникации в онлайн-режиме – проведение семинаров, конференций, круглых столов, научных марафонов. Необходимо использовать создавшуюся ситуацию для освоения нового опыта, необходимого для карьерного роста.

ЛИТЕРАТУРА

1. Токмашева, М.А. Реализация дисциплин кафедры физического воспитания и спорта в техническом вузе в условиях дистанционного обучения / М.А. Токмашева, А.А. Ильин // Современное образование: повышение конкурентоспособности университетов: в 2 ч. Ч. 2 : материалы меж-

дунар. науч. -метод. конф., 28-29 января 2021 г., Томск / отв. ред. В.М. Рулевский. – Томск : Изд-во Томск. гос. ун-та систем упр. и радиоэлектроники, 2021. – С. 58–62.

2. Кирьянова, Л.А. Корректировка образовательных программ физического воспитания в вузе в период пандемии / Л.А. Кирьянова, Л.В. Морозова, П.В. Кузнецов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2021. – №. 1 (191) – С. 119–125.

REFERENCES

1. Tokmasheva, M.A. and Ilyin, A.A. (2021), "Implementation of disciplines of the Department of Physical Education and Sports in a technical university in the conditions of distance learning", *Modern education: improving the competitiveness of universities: In 2 h. C. 2: materials of the international scientific conference. - method. conf.*, January 28-29, Tomsk, pp. 58–62.

2. Kiryanova, L.A., Morozova, L.V. and Kuznetsov P.V. (2021), "Correction of educational programs of physical education in higher education institutions during the pandemic", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 1 (191), pp. 119–125.

Контактная информация: aksen-anna71@rambler.ru

Статья поступила в редакцию 14.04.2021

УДК 796.078:338.48

СПОРТИВНЫЙ КЛАСТЕР В СТРУКТУРЕ СОБЫТИЙНОГО ТУРИЗМА В ЭПОХУ ПАНДЕМИИ КОРОНАВИРУСА

Михаил Владимирович Алаев, доцент, Военный университет Министерства Обороны Российской Федерации; Иван Петрович Кульгачев, кандидат философских наук, доцент, Российский экономический университет имени Г.В. Плеханова, Москва, Московский государственный институт физической культуры, спорта и туризма имени Ю.А. Сенкевича; Сергей Юрьевич Витько, Российский экономический университет имени Г.В. Плеханова, г. Москва; Владимир Михайлович Булохов, старший преподаватель, Александр Константинович Комарницкий, старший преподаватель, Военный университет Министерства Обороны Российской Федерации, г. Москва

Аннотация

Введение. Актуальность исследования заключается в том, что спортивно-событийный туризм является одним из тех элементов, которые удерживают от экономического краха ряд отраслей мирового хозяйства в условиях пандемии коронавируса, создавая условия для восстановления национальных экономик ряда стран. Цель исследования – выявить роль и место спортивно-событийного туризма в условиях фактора пандемии коронавируса как драйвера восстановления сферы туризма. Методика и организация исследования. В ходе исследования были использованы общенаучные методы исследования: системного анализа, моделирования, метод экспертных оценок, индукции и дедукции, а также обобщения научных исследований отечественных ученых. Исследование проводилось поэтапно: на первом этапе проведен анализ научных источников, позволяющих проанализировать экспертные оценки состояния развития спортивно-событийного туризма; на втором этапе – провести мониторинг социально-экономических аспектов мировых спортивных событий, а также в Российской Федерации; на третьем – сделаны обобщающие выводы. Результаты исследования и их обсуждение. На примерах спортивных форумов мирового уровня (Олимпийских игр, чемпионатов мира по футболу) проведен мониторинг социально-экономических изменений в регионах, задействованных в названных спортивных событиях. Аргументированно показано позитивное воздействие проводимых массовых спортивных мероприятий на улучшение инфраструктуры городов, решение социальных проблем, а также повышения имиджа стран как благоприятных для туризма и путешествий. Рассмотрено влияние пандемии коронавируса на издержки подготовки к проведению массовых спортивных мероприятий, экономические последствия и имидж страны, проводящей спортивный форум. На основании проведенного исследования даны рекомендации по развитию спортивных кластеров в Российской Федерации. Выводы. Фактор пандемии коронавируса оказал существенное влияние, как на сроки проведения мировых спортивных форумов, так и расходы, и предполагаемые доходы стран их принимающих. В условиях пандемии