

УДК 378.147:004

ПРОБЛЕМЫ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ И СПОСОБЫ ИХ РЕШЕНИЯ НА ПУТИ НОВЫХ ПРЕОБРАЗОВАНИЙ В РОССИЙСКИХ ВУЗАХ

Наталья Геннадьевна Иванова, кандидат педагогических наук, доцент, Кубанский государственный технологический университет, Краснодар; Людмила Николаевна Порубайко, кандидат медицинских наук, доцент, Елена Анатольевна Козыренко, старший преподаватель, Евгения Ивановна Долгова, ассистент, Кубанский государственный медицинский университет, Краснодар; Людмила Александровна Якимова, кандидат педагогических наук, доцент, Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, Краснодар; Катрин Франковна Бюттнер, старший лаборант, Кубанский Государственный Медицинский Университет, РФ, г. Краснодар

Аннотация

Радикальные изменения, происходящие во всех сферах общественно-политической и государственной жизни России, имеют важнейшие и неоднозначные последствия для развития в XXI веке. В настоящее время при переходе образовательной системы на режим дистанционного обучения, возникла проблема физического состояния студентов, обучающихся в российских вузах. В научной работе авторов отражены трудности, с которыми столкнулись не только студенты, но и преподаватели при осуществлении учебного процесса в онлайн-режиме в условиях самоизоляции. А также рассмотрены вопросы по снижению уровня отрицательных последствий, вызванных снижением двигательной активности студентов в период самоизоляции.

Ключевые слова: студенты, физическая культура, дистанционное обучение, онлайн режим, пандемия, самоизоляция, проблема, малоподвижный образ жизни, двигательная активность, самостоятельные занятия.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2021.7.p147-150

PROBLEMS OF DISTANCE LEARNING AND METHODS OF THEIR SOLUTION ON THE WAY OF NEW TRANSFORMATIONS IN RUSSIAN UNIVERSITIES

Natalia Gennadievna Ivanova, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Kuban state Technological University, Krasnodar; Lyudmila Nikolaevna Porubayko, the candidate of medical sciences, senior lecturer, Elena Anatolyevna Kozyrenko, the senior teacher, Evgeniya Ivanovna Dolgova, the assistant, Kuban State Medical University, Krasnodar; Lyudmila Alexandrovna Yakimova, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Kuban State University of Physical Education, Sports and Tourism, Krasnodar; Katrin Frankovna Buttner, the senior assistant, Kuban State Medical University, Krasnodar

Abstract

Radical changes taking place in all spheres of public, political and state life in Russia have major and ambiguous consequences for development in the 21st century. Currently, during the transition of the educational system to the distance learning mode, the problem of the physical condition of students enrolled in Russian universities has arisen. The authors' scientific work reflects the difficulties encountered not only by students, but also by teachers in the implementation of the educational process online in conditions of self-isolation. And also the issues of reducing the level of negative consequences caused by a decrease in the motor activity of students during the period of self-isolation are considered.

Keywords: students, physical education, distance learning, online mode, pandemic, self-isolation, problem, sedentary lifestyle, physical activity, independent studies.

Начиная с 2019 года по настоящее время, большинство высших учебных заведений Российской Федерации перешло на дистанционную форму обучения, с учетом распространения коронавирусной инфекции.

С этой проблемой столкнулись и многие преподаватели кафедр физической культуры и спорта, возникшей в связи с организацией практических занятий в дистанционном

формате. Что в свою очередь значительно сократило физическую активность студентов [1], путем проведения большого объема времени сидя за компьютером и возможно привело к снижению умственной и физической работоспособности [2], а впоследствии развитию различного рода заболеваний.

Авторы многих работ [3, 4, 5, 6], сходятся во мнении, что уровень двигательной активности студентов в период самоизоляции и пандемии снизилась. Это, скорее всего, вызвано тем, что занятия по физической культуре в дистанционном режиме не смогли полностью компенсировать ту нагрузку, которая осуществлялась на практических занятиях до введения режима карантина.

При организации учебного процесса в период самоизоляции трудности коснулись и профессорско-преподавательского состава. Многие из преподавателей испытывали неудобства с наличием и практическим использованием необходимого оборудования, а также с отсутствием опыта по проведению учебных занятий в онлайн режиме.

В сложившейся ситуации в условиях онлайн-обучения, напряженное состояние испытывали, как преподаватели, так и обучающиеся.

Проблема нехватки двигательной активности наиболее остро ощущалась в 2019-2020 учебном году, когда вся образовательная система работала дистанционно, в начале 2021 года недостаток двигательной нагрузки снизился, в результате перехода многих вузов в режим контактного обучения.

Большинство участников процесса при дистанционном обучении, отметили возникшие проблемы, с которыми они столкнулись при проведении занятий по физической культуре [7, 8], в онлайн режиме:

Во-первых, резкий переход к малоподвижному образу жизни;

Во-вторых, проблемы с подключением к интернету;

В-третьих, низкий уровень мотивации к занятиям физической культурой в домашних условиях;

В-четвертых, предлагаемые комплексы физических упражнений, не вызывают интерес.

Многие студенты, предложили временно заменить практические занятия по физической культуре [9, 10, 11], в онлайн режиме на выполнение реферативной работы по темам рабочей программы.

Практическая значимость исследования заключается в приобретённом опыте, полученном в процессе практической работы в онлайн режиме, позволяющем сделать следующие выводы, что для оптимизации учебного процесса и в целях поддержания здорового образа жизни обучающихся [11, 12, 13, 14, 15] в период самоизоляции, необходимо:

Во-первых, практические занятия по физической культуре в онлайн режиме проводить по 30 минут три раза в неделю;

Во-вторых, ежедневно выполнять две-три физкультурные паузы по 5-10 минут;

В-третьих, больше применять упражнения для использования в небольших помещениях;

В-четвертых, при онлайн занятиях чаще использовать индивидуальный подход к каждому студенту;

В-пятых, привлекать студентов к самостоятельному выбору упражнений и практическому их выполнению.

Подводя итоги проделанной работы, можно с уверенностью сказать, что никакой современный формат дистанционного обучения никогда не может заменить обычных двухразовых двухчасовых практических занятий в неделю.

Также авторы надеются, что период пандемии в самое ближайшее время закончится и студенты, вернувшись в свой обычный режим, будут в полном объеме использовать выделенное время для физической культуры, в целях поддержания и сохранения своего здоровья.

ЛИТЕРАТУРА

1. Блужин И.А. Социокультурная среда отечественных и зарубежных вузов как интегральный показатель социализации и воспитания студентов / И.А. Блужин, И.Г. Лучинина, Н.Г. Иванова // *Современные тенденции кросс-культурных коммуникаций : материалы II Международной научно-практической конференции.* – Краснодар, 2020. – С. 45–48.
2. Иванова Н.Г. Дифференциация двигательных режимов детей 10–12 лет с учетом особенностей физического и психофизиологического статуса : дис. ... канд. пед. наук / Иванова Наталья Геннадьевна. – Краснодар, 2006. – 205 с.
3. Иванова Н.Г. Пути расширения двигательного режима как одного из основных факторов здорового образа жизни студентов / Н.Г. Иванова, Л.Н. Порубайко, Е.А. Козыренко // *Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований.* – 2017. – № 4. – С. 116–118.
4. Иванова Н.Г. Личностно-ориентированные технологии, направленные на формирование потребностей в занятиях физической культурой / Н.Г. Иванова, И.Г. Лучинина, А.С. Медведова // *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта.* – 2020. – № 4 (182). – С. 181–184.
5. Иванова Н.Г. Здоровьесберегающий потенциал студентов, обучающихся в вузе / Н.Г. Иванова, И.Я. Уразов // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* – 2018. – № 3 (157). – С. 154–157.
6. Иванова Н.Г. Мироззренческая концепция безопасности уровня жизни и ее влияние на ментальное и физическое здоровье молодого поколения / Н.Г. Иванова, В.Н. Хребтищев // *Балтийский гуманитарный журнал.* – 2020. – Т. 9., № 3. – С. 88–90.
7. Иванова Н.Г. Реализация творческого потенциала через молодежные инновационные проекты / Н.Г. Иванова, В.Н. Хребтищев // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* – 2020. – № 3 (181). – С. 173–177.
8. Иванова Н.Г. Формирование ценностей здорового образа жизни // *Филологические и социокультурные вопросы науки и образования : материалы II Международной научно-практической конференции.* Краснодар, 2017. – С. 342–345.
9. Иванова Н.Г. Формирование потребности в занятиях физической культурой как основной фактор повышения уровня физической подготовленности будущих специалистов / Н.Г. Иванова, Л.Н. Порубайко // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* – 2021. – № 1 (191). – С. 102–106.
10. Иванова Н.Г. Преобразования на пути становления современной системы профессионального образования: Проблемы и пути их решения / Н.Г. Иванова, Л.Н. Порубайко // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* – 2021. – № 3 (193). – С. 135–141.
11. Лучинина И.Г. Сознательно-устойчивая и личностно-ориентированная установка на здоровый образ жизни в эпоху глобализации / И.Г. Лучинина, Н.Г. Иванова // *Современные тенденции кросс-культурных коммуникаций : материалы II Международной научно-практической конференции.* Краснодар, 2020. – С. 329–332.
12. Лялюк А.В. Некоторые конструктивные решения обеспечения безопасности образовательной среды / А.В. Лялюк, Н.Г. Иванова // *Балтийский гуманитарный журнал.* – 2018. – Т. 7., № 2. – С. 243–246.
13. Лялюк А.В. Формирование безопасного и здорового образа жизни в образовательной среде / А.В. Лялюк, Н.А. Синельникова, Н.Г. Иванова. – Краснодар, 2018. – 210 с.
14. Носарев В.В. Влияние здорового образа жизни на эффективность образовательного процесса / В.В. Носарев, Н.Г. Иванова // *Филологические и социокультурные вопросы науки и образования : материалы III Международной научно-практической конференции.* – Краснодар, 2018. – С. 657–665.
15. Федорова Н.П. Повышение безопасности образовательного процесса путем использования здоровьесберегающих технологий / Н.П. Федорова, И.С. Ворошилова, Е.А. Мазуренко // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* – 2020. – № 6 (184). – С. 377–381.

REFERENCES

1. Blozhin, I.A., Luchinina, I.G. and Ivanova, N.G. (2020), "Social cultural environment of domestic and foreign universities as an integral indicator of socialization and education of students", *Modern trends in cross-cultural communications, materials of the II International Scientific and Practical Conference*, Krasnodar, pp. 45–48.

2. Ivanova, N.G. (2006), *Differentiation of motor modes among children aged 10-12, taking into account the characteristics of the physical and psychophysiological status*, dissertation, Krasnodar.
3. Ivanova, N.G. Porubayko, L.N. and Kozyrenko, E.A. (2017), “Ways of expanding the motor mode as one of the main factors of healthy lifestyle of students”, *International Journal of Applied and Fundamental Research*, No. 4, pp. 116–118.
4. Ivanova, N.G., Luchinina, I.G. and Medvedeva, A.S. (2020), “Personal-oriented technologies aimed at shaping the needs of physical education classes”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 4 (182), pp. 181–184.
5. Ivanova, N.G. and Urazov, I.Y. (2018), “Health-saving potential of students studying in high school”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 3 (157), pp. 153–157.
6. Ivanova, N.G. and Khrebtishchev, V.N. (2020), “World view concept of safety of living standard and its impact on the mental and physical health of the younger generation”, *Baltic Humanitarian Journal*, Vol. 9, No. 3, pp. 88–90.
7. Ivanova, N.G. and Khrebtishchev, V.N. (2020), “Implementation of creative potential through youth innovative projects”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 3 (181), pp. 173–177.
8. Ivanova, N.G. (2017), “Formation of the values of a healthy lifestyle”, *Philological and sociocultural questions of science and education, materials of the II International Scientific and Practical Conference*, Krasnodar, pp. 342–345.
9. Ivanova, N.G. and Porubayko, L.N. (2021), “Formation of the need for physical education as the main factor in increasing the level of physical fitness of future specialists”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 1 (191), pp. 102–106.
10. Ivanova, N.G., and Porubayko, L.N. (2021), “Transformations on the path of the formation of a modern vocational education system: Problems and ways to solve them”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 3 (193), pp. 135–141.
11. Luchinina, I.G. and Ivanova, N.G. (2020), “Conscious-Sustainable and Personal-Oriented Attitude to a Healthy Lifestyle in the Age of Globalization”, *Modern Trends in Cross-Cultural Communication, materials of the II International Scientific and Practical Conference*, Krasnodar, pp. 329–332.
12. Lyalyuk, A.V. and Ivanova, N.G. (2018), “Some constructive solutions to ensure the safety of educational environment”, *Baltic Humanitarian Journal*, Vol. 7, No. 2, pp. 243–246.
13. Lyalyuk, A.V., Sinelnikova, N.A. and Ivanova, N.G. (2018), *Shaping a safe and healthy lifestyle in an educational environment*, monograph, Krasnodar.
14. Nosarev, V.V. and Ivanova, N.G. (2018), “Impact of a healthy lifestyle on the effectiveness of the educational process”, *Philological and sociocultural issues of science and education, materials of the III International Scientific and Practical Conference*, Krasnodar, pp. 657–665.
15. Fedorova, N.P., Voroshilova, I.S., Mazurenko, E.A. (2020), “Improving the safety of the educational process through the use of health-saving technologies”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 6 (184), pp. 377–381.

Контактная информация: nataliaiva67@mail.ru

УДК 796.011.3

ГОТОВНОСТЬ СТУДЕНТОВ ВУЗА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА К ПРОЕКТИРОВАНИЮ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ МАРШРУТОВ

Ксения Александровна Илюхина, соискатель, Татьяна Викторовна Левченкова, доктор педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой, Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма, Москва

Аннотация

Введение. Данная статья посвящена исследованию готовности студентов вуза физической культуры и спорта к проектированию индивидуальных образовательных маршрутов. Проблема актуальна, так как у студентов период обучения в вузе совмещается с активным периодом тренировочной деятельности и достижением уровня высшего спортивного мастерства. В связи с этим изучение готовности обучающихся к проектированию индивидуальных образовательных маршрутов, как одного из условий достижения персональных успехов в избранном виде спорта и в учебной деятельности, является необходимым. Цель исследования: определить готовность студентов вуза фи-