



Key words: information and educational policy, digital competencies, digital technologies, cascade model, additional professional education.

ЛИТЕРАТУРА

1. Гершунский Б. С. Образовательно-педагогическая прогностика: теория, методология, практика: учебное пособие. – М.: Флинта: Наука, 2013. – 768 с.
2. Захарова И. Г. Информационные технологии в образовании: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Академия, 2015. – 192 с.
3. Зимняя И. А. Педагогическая психология: учебник для вузов: учебник для студ. высш. учеб. заведений, обучающихся по пед. и психологич. направл. и специальностям. – М.: Изд-во Московского психолого-социального ин-та; Воронеж: МОДЭК, 2010. – 447 с.
4. Полат Е. С., Бухаркина М. Ю. Современные педагогические и информационные технологии в системе образования: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Академия, 2007. – 368 с.
5. Ремизова Н. У., Миляева Л. М., Рыкова Б. В. Организация проектной деятельности в системе повышения квалификации педагогических кадров // Гуманитарные науки (г. Ялта). – 2021. – № 4 (56). – С. 22–26.
6. Руденко Т. В. Дидактические функции и возможности применения информационно-коммуникационных технологий в образовании [Электронный ресурс]. – Томск, 2006. – USB: http://ido.tsu.ru/other_res/ep/ikt_umk/.
7. Слостенин В. А., Исаев И. Ф., Шиянов Е. Н. и др. Педагогика: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 576 с.
8. Трайнев В. А., Трайнев И. В. Информационные коммуникационные педагогические технологии: учеб. пособие. – М.: Изд.-торг. корпорация «Дашков и К0», 2017. – С. 9–110.
9. Тряпицына А. П. Подготовка педагогических кадров и задачи современной школы // Вестник Герценовского университета. – 2010. – № 11 (85). – С. 16–18.

Н. А. Рыбачук

УДК. 796.011.1: 378

ОРГАНИЗАЦИЯ ОНЛАЙН-ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»

Уровень здоровья снижается и приобретает устойчивый характер. По результатам медицинского освидетельствования 2021–2022 учебного года, количество студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья, в некоторых российских вузах достигает 25 %, в Кубанском государственном университете – 40 % от общего числа вновь поступивших. К тому же отсутствует мотивация студентов к двигательной активности, нет финансовых условий или свободного времени для посещения фитнес-клубов, спортивных секций.

Сейчас недостаточно иметь поверхностные знания, которые заключены в содержании определений «Что такое физическая культура?» и «Что такое физическое воспитание?» Нужны более глубокие знания о дисциплине, способные мотивировать молодежь на двигательную активность. В новых государственных стандартах определено сокращение часов на аудиторные практические занятия с 400 до 140. Практически уже в 2022–2023 учебном году запланировано по 2 часа практических занятий на 1–3 курсах. Остальные объемы нагрузки определены на самостоятельную работу. Это неконтролируемая самостоятельная работа, которая не входит в учебную нагрузку преподавателя. Ее нет в учебном расписании. Но не следует забывать, что дисциплина «Физическая культура и спорт» – это специфический предмет. Фактически нужно понимать, что от качественного обучения дисциплине зависит успешное или неуспешное освоение образовательных программ. Как нам представляется, самостоятельной работе по данной дис-



циплине следует обучать! Второе занятие в неделю должно иметь характер факультатива и быть внесено в учебную нагрузку преподавателя и общее расписание занятий.

Цель исследования – обеспечить эффективность организации и содержания онлайн-обучения, которая позволит самостоятельно осваивать компетенции по дисциплине «Физическая культура и спорт».

Объект исследования – процесс физического воспитания в вузе.

Предмет исследования – разработка педагогической модели онлайн-обучения, которая позволит самостоятельно осваивать компетенции по дисциплине «Физическая культура и спорт».

Задачи исследования:

1. Разработать обучающую педагогическую модель онлайн, содержание которой интегрирует теоретическую подготовку по освоению компетенций по сохранению здоровья с практической – двигательной активностью.

2. Экспериментально подтвердить эффективность онлайн-обучения. Если центром образовательного процесса всегда были знания, которые получал студент от преподавателя, то сегодня в полной мере осуществлен переход к компетентностному подходу, когда студент должен быть ориентирован на самостоятельное получение профессиональных знаний для приобретения и развития способностей решать профессиональные проблемы [3]. В новых условиях освоения Федеральных образовательных программ дисциплин студент сам может определять вектор своего профессионального развития. Он сам вправе выбирать дисциплины для получения знаний и сам определяет, какие знания ему необходимы, чтобы достойно конкурировать на рынке труда и быть востребованным в профессиональном плане.

Как нам представляется, по физическому воспитанию студент тоже может выбрать вид активности, в частности и вид спорта, которым он хотел бы заниматься в процессе профессиональной подготовки. Если в прошлые годы он мог обучаться физическим упражнениям по специализации, если он имеет определенные

навыки в виде спорта, то в настоящий момент, достаточно его желания. Не случайно в программах ФГОС ВО третьего поколения процесс физического воспитания на первом курсе состоит из двух дисциплин:

– «Физическая культура и спорт»;

– «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту».

В нашем исследовании мы предлагаем проверку эффективности 4 уровней тестов-заданий. В исследовании приняли участия девушки 1 курса филологического факультета (n=60). 45.03.01 Филология. Русский язык и литература, Отечественная филология. Исследования проводились в течение 2021–2022 учебного года. Разработанные нами уровни тестов-заданий позволяют усложнять задания. После освоения первого уровня тестов-заданий можно переходить к освоению других, более сложных. Здесь используется педагогический принцип «от простого – к сложному». Как нам представляется, результатом решения тестов-заданий, основанных на содержании метапредметного обучения, должна стать мотивация студента к двигательной активности. Процесс метапредметного обучения – это система, которая позволяет накапливать, трансформировать объем знаний, осваивая компетенции, и самостоятельно применять эти знания. Но при соучастии, доверии преподавателя и по его заданию [8]. Для сравнения результатов исследования использовался ф-угловой критерий Фишера [2].

1 уровень – тесты-знакомства с содержанием двух дисциплин, тесты-знания. Элементарные знания об основах дисциплины ознакомительного плана.

2 уровень – репродуктивный (под руководством преподавателя, т.е. методико-практические задания).

3 уровень – продуктивный, связующее звено к рефлексии уже имеющегося знания, но переработанного, переосмысленного. Моделирование собственного физического развития и проектирование собственного задания для самостоятельной работы.

4 уровень – решение двигательных задач, когда нужно глубоко знать проблему и принять правильное решение к действию.



В процессе исследований нами выявлены положительные возможности теста-задания:

- тестирование практически не дает возможности преподавателю вмешиваться в процедуру решения теста-задания;
- решение тестов-заданий не требует много времени;
- возможность использования содержания теста-задания в различных вариантах долгое время;
- содержание тестов-заданий охватывает межпредметные связи, где в полной мере интегрируются науки: биология, физиология, педагогика, психология, экология, наука о питании;
- психологическая комфортность. Необходимо работать с интернет-ресурсами. Допускается работа в команде;
- проверка знаний в процессе онлайн-обучения;
- возможно использование тестов-заданий преподавателями для повышения профессиональной компетенции.

Одним из недостатков при составлении теста-задания является трудоемкость и длительность по времени, а также требуется высокий уровень профессионализма.

Новые учебные программы ориентированы на способность студентов к свободному выбору двигательной активности, что позволит мотивировать студентов на самостоятельные занятия для улучшения здоровья и развитие профессионально значимых физических качеств для успешной трудовой деятельности.

В результате наблюдений и непосредственного психолого-педагогического сопровождения студенток, было определено, что на начальном этапе обучения в экспериментальной группе (ЭГ) – 67,8 % студенток находились на уровне удовлетворительной адаптации. 28,3 % – имели напряжение механизмов адаптации и только 3,9 % – неудовлетворительную. Адаптационный потенциал системы кровообращения мы определяли по методике Г. Л. Апанасенко (2000). После 1 месяца онлайн-обучения (16 ч.) число студенток, имеющих удовлетворительный уровень, снизилось с 67,8 %

до 39,6 %, возросло количество девушек, имеющих напряжение механизмов адаптации, до 56,5 %. Число студенток, имеющих неудовлетворительную адаптацию, осталось на прежнем уровне – 3,9 % [4].

Проблема организации и содержания самостоятельной работы по дисциплине «Физическая культура и спорт» в условиях онлайн-обучения вышла на приоритетную позицию. Уже сегодня можно предположить, что успешное освоение профессиональных компетенций на 50 % зависит от самостоятельной работы, в том числе и от знаний, умений и навыков применения физических упражнений для сохранения здоровья.

При анализе научно-методической литературы по данной проблеме автор обратил внимание на научную статью Т. А. Борзовой. В процессе обучения самостоятельной работе по дисциплине «Русский язык и культура речи» у студентов первого курса Т. А. Борзова применяет технологию «перевернутый класс». В эту технологию включены традиционные лекционные занятия на первом этапе и видеолекции с обратной связью (feedback) [1], что и составляет их принципиальное отличие от традиционной лекции.

Метод «смешанное обучение» был использован в модели обучения студентов-спортсменов. Ученые (J. Bergman, A. Sams, H. Marsbal, A. Wrona, L. Mibai) сформулировали основные принципы в организации модели самостоятельной работы:

- непрерывность, систематичность, регулярность;
- интенсивность и оптимальность нагрузки;
- интерактивность;
- индивидуализация;
- обратная связь и контроль, эффективность деятельности.

В процессе специально организованных занятий авторы выявили способность к развитию навыков самообразования, собственной организации труда и личностных качеств: самостоятельность, активность, сознательность и ответственность. Разработанная модель имеет специальную организацию и методические рекомендации и функционирует в несколько этапов:



I этап – видеолекция с обратной связью (feedback);

II этап – онлайн-курс, внеаудиторная работа (видеоинструкция преподавателя и видео-концептуальные карты (video concept maps);

III этап – (team-work) аудиторная работа в группах с оценкой результатов опроса и тестирования. В итоге такого процесса самостоятельной работы и аудиторной достигается ситуация когда все в выигрыше (win-win).

Авторы также отмечают, что успех освоения профессиональных и общекультурных компетенций зависит от того, насколько хорошо студент подготовлен к самостоятельной работе [5; 6; 7; 8; 9]. Помним при этом, что в условиях онлайн-обучения способность самоорганизации и самодисциплины стоит особенно остро.

В ходе исследования нами были проведены следующие действия, позволившие прийти к основным результатам исследования.

1. В условиях онлайн-обучения мы использовали специальную модель обучения. На первом этапе автор предлагает мини-лекцию онлайн. Ее организация обеспечивает участие каждого студента. При этом обучающийся получает рекомендации по разработке информационных заданий. Студент сам разрабатывает тесты-задания и затем сам решает эти тесты. В конце лекции студенты получают ссылку на видеоролики, где в роли консультанта – преподаватель, проводивший практико-ориентированные занятия в учебной группе. Таким образом, в данной ситуации происходит интеграция теоретических информационных заданий для самостоятельной работы с практическими. Тематику онлайн-мини-лекций с элементами дискуссии студенты учебной группы выбирают самостоятельно и сообщают об этом преподавателю.

2. В содержание и организацию авторской модели были включены интерактивные методы обучения:

- проблемные мини-лекции с элементами диспута;
- модельно-проектировочная деятельность;
- информационные задания (тесты-задания) по решению двигательных задач, учебных ситуаций;

– маршрутная карта студенческого труда и отдыха, формирующая способность соблюдать определенный режим студенческого труда и отдыха, личностные качества, сохранение собственного здоровья.

3. Результаты эксперимента по апробации тестов-заданий доказали эффективность.

По окончании эксперимента в контрольной группе (КГ) низкий уровень знаний показали 43,30 %. Средний уровень – 33,30 %, высокий – 23,40 % (ф, р 1,89 < 0,05). В экспериментальной группе (ЭГ) низкий уровень знаний у 28,30 %, средний – у 38,30 %, высокий – у 34,40% (ф, р 1,76 < 0,05). При сравнении суммы показателей знаний определено, что в низком и среднем уровнях находились 76,60% студентов КГ и 66,60% – ЭГ. Если сравнивать по сумме показателей знаний, выявлено, что средний и высокий уровень после эксперимента имели 56,70 % студентов КГ и 72,70 % – ЭГ. На 16 % улучшились показатели знаний студентов ЭГ. Студенты КГ не участвовали в апробации тестов, поэтому большая их часть находится в низком и среднем уровне – 76,60 %.

4. В результате исследований определено, что на начальном этапе обучения в экспериментальной группе (ЭГ) 67,8 % студентов находились на уровне удовлетворительной адаптации, 28,3 % – имели напряжение механизмов адаптации и только 3,9 % – неудовлетворительную. После 1 месяца онлайн-обучения число студенток, имеющих удовлетворительный уровень, снизилось с 67,8 % до 39,6 %. Возросло количество девушек, имеющих напряжение механизмов адаптации, до 56,5 %. Число студенток, имеющих неудовлетворительную адаптацию, осталось на прежнем уровне – 3,9 %.

5. У студенток ЭГ улучшилась физическая подготовка: отжимание лежа на бедрах (р < 0,05); наклоны туловища из исходного положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены (р < 0,05); прыжок в длину с места (р < 0,05); 12-минутный бег (р < 0,05).

6. Определены позитивные преимущества предложенной нами модели в сравнении с традиционной:



– отказ от использования аудиторного фонда;

– возможность каждого студента учебной группы участвовать в дискуссии и выражать свое собственное мнение;

– приобретение знаний, умений и навыков для последующего использования в самостоятельной работе по предмету «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»;

– возможность самостоятельного изучения проблемных вопросов в области «физическая культура и спорт» и обсуждение в группе.

7. Выявлены особенности и преимущества предложенной нами модели обучения:

– процесс физического воспитания не обеспечивает напрямую освоение профессиональных компетенций, но освоение общекультурных компетенций играет важную роль в сохранении здоровья и успешной трудовой деятельности;

– преподаватель выступает в роли управленца процессом обучения, педагога-психолога, и доля его деятельности в содержании обучения самостоятельной работе постепенно уменьшается и достигает 15 %, а студента – постепенно увеличивается до 85 %;

– все двигательные действия, практико-ориентированные задания, теоретические тесты-задания выполняются в совместной деятельности при соучастии, доверительных отношениях преподавателя и студента;

– возможность участия каждого студента во всех формах самостоятельных занятий с возможностью проявить способности, показать уровень знаний дает возможность понять студенту и преподавателю степень освоения компетенций;

– создание соревновательной ситуации для возможности всех участников нового учебного процесса – участия в соревновательной деятельности;

– возможность подготовки и участия в воспитательных мероприятиях, праздниках, специальных акциях, где каждый желающий может проявить свои способности, и не только физические;

– студент не может оставаться пассивным участником учебного процесса: происходит ак-

тивизация мыслительных процессов, учебная группа работает как единая команда;

– центральная роль в учебном процессе принадлежит студенту;

– обсуждение всех проблемных заданий и решение тестов-заданий происходит индивидуально или в малых группах;

– каждому студенту дается право выбора физической нагрузки в зависимости от самочувствия и других субъективных причин «здесь и сейчас»;

– отсутствие принуждения, обстановка доброжелательности, контакт при взаимодействии;

– целевая направленность каждого занятия на получение новых знаний и позитивных эмоций, заинтересованность каждого студента знать больше, чтобы использовать в самостоятельной работе в режиме студенческого труда и досуга;

– модель онлайн-обучения формирует ответственность (самоопределение), обеспечивает подбор способов решения проблемных ситуаций по использованию средств физического воспитания на основе конструкторской деятельности и трансформации знаний; уверенность в возможностях, толерантность.

АННОТАЦИЯ

В статье представлена модель смешанного плана обучения онлайн. Содержание модели обучения, разработанной нами, базируется на трех этапах, предложенных Т. А. Борзовой. Первый этап – видеолекция с обратной связью. Второй этап – онлайн-курс, внеаудиторная работа (видеоинструкция преподавателя и видеоконцептуальные карты). Третий этап – работа в команде или группе, которая завершается и оценивается по результатам опроса и тестирования (теоретический аспект). Посредством интеграции самостоятельной и аудиторной работы в процессе онлайн-обучения обеспечиваются условия для победы всех участвующих в учебном процессе.

Ключевые слова: онлайн, самостоятельная работа, студенты, двигательная активность.

SUMMARY

This article presents a model for a blended learning plan online. The content of the training



model developed by us is based on the three stages suggested by T. A. Borzova. The first stage is a video lecture with feedback. The second stage is online course, extracurricular work (teacher's video instruction and video concept maps). The third stage is team or group work, which is completed and assessed by questioning and testing (theoretical aspect). By integrating both independent and classroom work in the online learning process, the conditions for everyone involved in the learning process to win are ensured.

Key words: online, independent work, students, physical activity.

ЛИТЕРАТУРА

1. Борзова Т. А. Принципы организации самостоятельной работы студентов первого курса в технологии «Перевернутый класс» // Высшее образование в России. – 2018. – № 8–9. – С. 80–85.
2. Новиков Д. А. «Статистические методы в педагогических исследованиях (типовые случаи)». – М.: МЗ Пресс, 2004. – 67 с.
3. Рыбачук Н. А. Проблема содержания и организации самостоятельной работы по дисциплине «Физическая культура и спорт» // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. – 2020. – Т. 5. № 1. – С. 13–18.
4. Рыбачук Н. А. Эффективность онлайн-обучения по дисциплине «Физическая культура и спорт» // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. – 2020. – Т. 5. № 3. – С. 7–13.
5. Bergmann J. Sams A. Flip Your Classroom: Reach Every Student in Every Class Every Day. ISTE: International Society for Technology in Education. – 2012. – 122 p.
6. Bergmann J., Sams A. Flipped Learning: Gateway to Student Engagement, Moorabbin: Victoria Hawker Brownlow. – 2014. – 182 p.
7. Marsbol H. Three reasons to flip your classroom // Bilingual-Multilingual Education Interest Section. August [Электронный ресурс]. – URL: <http://newsmanager.commpartnerets.com/telsolbeis/issues-2013-08-28/6.html>
8. Wrona A. Flipped Classrooms: Why and How to flip education? [Электронный ресурс]. – URL: <http://elearningindustry.com/18/03/-2018>.
9. Mibai L. Flipped Classroom Benefits for Students and Teachers [Электронный ресурс]. – URL: <http://elearningindustry.Com/13/10/-2016>.

И. В. Соколова

УДК 796.011.1

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК ЧАСТЬ ГУМАНИТАРНОЙ НАУКИ

Современными учеными физическая культура и спорт рассматриваются как социальное явление [4; 6; 17], которое сформировалось в результате общественно-исторического прогресса. Элементарная потребность человека выжить в сложных условиях – экологических, демографических, социальных и др. – постепенно преобразовалась в необходимость для комфортного проживания и сохранения здоровья [15].

Физическая культура и спорт занимают важное место в современном обществе [1; 10; 16]. Поэтому социальный институт спорта – одна из самых устойчивых и динамично развивающихся структур современного социума [8]. Культурологический аспект физической культуры и спорта является одним из основополагающих. Он понимается как «совокупность методологических приемов, обеспечивающих анализ любой сферы социальной и психической жизни (в том числе сферы образования и педагогики) через призму системообразующих культурологических понятий, таких как культура, культурные образцы, нормы и ценности, уклад и образ жизни, культурная деятельность и интересы и т. д.» [7, с. 65]. Следовательно, физическая культура должна рассматриваться в системе общей культуры, в контексте ценностно-личностного содержания, и создавать предпосылки для развития его культурологического содержания [9].

Развитие физической культуры связано с человеком, который рассматривается как целостность, как интегрированная система, результатом освоения которой должно стать освоение культурных ценностей, способных сформировать личность нового типа [16]. В