

Школа Олена 

кандидатка педагогічних наук, професорка,
завідувачка кафедри фізичного виховання та спортивного вдосконалення,
КЗ «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради,
м. Харків, Україна
alesikk1974@gmail.com

Макотченко Ольга,

викладач кафедри фізичного виховання та спортивного вдосконалення,
КЗ «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради,
м. Харків, Україна
olenka.makotshenko2004@gmail.com

Калініна Ангеліна,

здобувачка вищої освіти 4 курсу
спеціальності 017 Фізична культура і спорт, спеціалізації Фітнес,
КЗ «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради,
м. Харків, Україна
angelinakalinina545@gmail.com

**ВПЛИВ ЦИФРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ
В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
НА ЗДОБУВАЧІВ У ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ**

Анотація. У статті розкриті основні переваги та недоліки цифрових технологій дистанційного навчання у навчальних закладах освіти. Визначено найбільш ефективний варіант інтернет-мережі для проведення дистанційного навчання у фізичному вихованні. Виявлено, що дистанційне навчання дозволяє забезпечити безперервність навчального процесу навіть у виняткових випадках, коли фізичне відвідування навчального закладу неможливе.

Проаналізовано особливості дистанційної освіти саме в контексті фізичного виховання.

***Ключові слова:** дистанційне навчання, фізичне виховання, цифрові технології, здобувачі освіти.*

***Annotation.** The article reveals the main advantages and disadvantages of digital technologies of distance learning in educational institutions. The most effective version of the Internet network for distance learning in physical education has been determined. It was found that distance learning allows to ensure the continuity of the educational process even in exceptional cases when a physical visit to the educational institution is impossible. The peculiarities of distance education in the context of physical education are analyzed.*

***Key words:** distance learning, physical education, digital technologies, education seekers.*

Вступ. Навчання фізичної активності в закладах освіти є невід’ємною частиною системи виховання та підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту [1, с. 1; 2, с. 70]. Теперішні умови життя диктують використання в освітньому процесі засобів дистанційного навчання, яке вимагає від викладачів та здобувачів використання спеціального програмного забезпечення та ресурсів.

Мета дослідження – здійснити визначення основних переваг і ризиків впливу інформаційного суспільства на сучасну освіту; визначення основних характеристик інновацій в освітньому процесі та характеристика основних засобів дистанційного навчання.

Завдання дослідження:

- визначити найбільш оптимальний варіант організації дистанційного навчання з фізичного виховання та обґрунтування поняття «цифрові технології» та важливість у закладах освіти;

- огляд популярних інноваційних технологій викладання в процесі дистанційного навчання фізичного виховання та ознайомлення з основними ресурсами для дистанційного навчання у закладах освіти.

Результати дослідження. В умовах сьогодення навчальний процес перемістився в онлайн-режим. Проте не тільки студентам та учням, а й всім потрібно не забувати дотримуватися здорового способу життя, заняття фізичного виховання та спорту [3, с. 120].

Дистанційне навчання, засноване на використанні сучасних технологій, сьогодні не нове явище.

Дистанційна освіта дозволяє забезпечити безперервність освітнього процесу навіть у виняткових випадках, коли фізичне відвідування закладу освіти неможливе. Для цього використовуються електронні підручники, журнали з мультимедійними презентаціями, сучасні комп'ютерні програми, які дають змогу контролювати рівень знань здобувачів та учнів шляхом віддаленого оцінювання.

Дистанційна освіта зараз дуже популярна в Україні, спочатку через пандемію, а потім через війну, через яке деякі заклади освіти не можуть повноцінно працювати і забезпечувати доступність безперервність навчання для всіх, тощо.

Групові заняття, індивідуальні консультації, оформлення теоретичних матеріалів та контрольних робіт, визначення завдань та контроль викладачів проводяться на платформах Zoom, Google Classroom та соціальних мережах Telegram та Viber. Однак було виявлено, що заняття на платформах Zoom і Classroom недостатньо ефективні [2, с. 70].

Дистанційне навчання передбачає виконання завдань у зручній для здобувача освіти час, то онлайн-курси викличуть певні організаційні проблеми та незручності. Тепер не всі вчителі та здобувачі готові проводити заняття дистанційно, адже можливе недостатнє підключення до Інтернету, відсутність світла та сучасних електронних пристроїв ускладнюють або унеможливають проведення занять, деякі учасники навчального процесу, які не володіють

достатніми знаннями комп'ютерних технологій. Також зауважимо, що за параметрами якості оцінювання необхідних знань, умінь, навичок та прикладних навичок форми навчання та дистанційного тестування рівнів підготовки студентів порівняно з традиційними формами не є рівноцінними та достатньо об'єктивними.

Цифрові технології у фізичному вихованні – це використання сучасних інформаційних та комунікаційних технологій для покращення процесу навчання, тренування та оцінювання фізичної активності. Вони включають різноманітні інструменти та платформи, такі як мобільні додатки, онлайн-курси, відео-аналітику, віртуальну реальність, пристрої (фітнес-трекери) та інші технології [4, с. 12].

Важливість впровадження цифрових технологій у заняття закладів освіти:

1. Індивідуалізація навчання (цифрові технології дозволяють адаптувати програми фізичного виховання під індивідуальні потреби учнів та студентів, враховуючи їх рівень підготовки та інтереси).

2. Покращення мотивації (використання сучасних технологій може підвищити інтерес до фізичної активності та спорту, зробивши заняття більш інтерактивними та цікавими).

3. Доступ до ресурсів (можливість отримувати доступ до великої кількості навчальних матеріалів, відео та онлайн-курсів, що розширює їх знання про фізичну активність і здоровий спосіб життя).

4. Моніторинг прогресу (цифрові технології дозволяють викладачам та студентам легко відстежувати результати тренувань фізичної активності, що сприяє кращому плануванню занять).

5. Розвиток критичного мислення (використання технологій у навчанні сприяє розвитку аналітичних навичок у учнів та студентів, оскільки вони навчаються оцінювати власний прогрес і коригувати свої дії).

Здобувачі освіти можуть отримувати освіту з будь-якої точки світу, що дозволяє залучати більше учасників. Цифрові платформи дозволяють

відстежувати результати та адаптувати навчальні стратегії. Використання відео, анімацій та інтерактивних завдань робить навчання більш цікавим. Онлайн-платформи дозволяють проводити групові тренування та змагання, що сприяє командному духу. Доступ до відео-уроків, статей, вебінарів та інших ресурсів, що допомагають поглибити знання. Здобувачі освіти можуть вивчати нові техніки та вправи самостійно. Викладачі можуть використовувати аналітичні інструменти для оцінювання прогресу здобувачів. Платформи для обміну досвідом та досягненнями, що підвищують мотивацію. Підтримка однолітків та тренерів через форуми та чати [3, с. 120; 4, с. 37].

Вище наведені корисні властивості використання цифрових технологій не виключають й недоліки. Це відсутність безпосереднього контакту здобувача освіти та викладача. Велика трудомісткість і необхідність значних матеріальних витрат під час розробки дистанційних курсів. Складність внесення оперативних змін до освітнього контенту. Необхідність формування додаткової мотивації та самостійності у здобувачів та висока залежність від якості роботи мережі Інтернет та технічної підтримки систем. Відсутність достатньої кількості ІТ-фахівців у сфері дистанційного навчання. У фізичному вихованні важливий практичний аспект, який важко реалізувати в дистанційному форматі. Дистанційне навчання обмежує можливості для соціалізації, що важливо для розвитку командного духу та комунікаційних навичок [3, с. 120].

Оскільки фізичне виховання є специфічним предметом, повноцінно реалізувати його викладання в умовах дистанційного навчання дуже складно. Вирішенням цієї проблеми є сучасне використання нових підходів до фізичного виховання здобувачів освіти, особливо шляхом акценту на самостійну практичну підготовку та розвиток творчих підходів до навчання.

При дистанційному навчанні використовують різні освітні ресурси:

- Платформа Moodle – безкоштовна відкрита система управління дистанційним навчанням, яка дозволяє використовувати широкий набір інструментів для освітньої взаємодії викладачів, здобувачів та адміністрації закладу освіти. Надає можливість подавати навчальний матеріал у різних

формах (текст, презентація, відеоматеріал, веб-сторінка; урок як сукупність веб-сторінок з можливим проміжним виконанням текстових завдань) [4, с. 20].

- Платформа Google Classroom – дозволяє організовувати онлайн-навчання, використовуючи відео, текстову та графічну інформацію. Викладач має змогу проводити тестування, контролювати, систематизувати, оцінювати діяльність, переглядати результати виконання вправ, застосовувати різні форми оцінювання, коментувати й організовувати ефективне спілкування із здобувачами в режимі реального часу [4, с. 23].

- Zoom – сервіс для проведення відео-конференцій та онлайн-зустрічей. Для цього потрібно створити обліковий запис. Безкоштовна версія програми дозволяє проводити відео-конференцію без обмеження. Підходить для індивідуальних та групових занять. У платформу вбудована інтерактивна дошка, яку можна демонструвати [4, с. 25].

- Google Meet – платформа для відео-конференцій, розроблена компанією Google. Вона дозволяє користувачам проводити онлайн-зустрічі, вебінари та навчальні заняття. Підтримує відео та аудіозв'язок з високою якістю, забезпечує високий рівень безпеки, можна ділитися своїм екраном [4, с. 32].

Викладачі, опановуючи цифрові технології навчання, застосовують найбільш вдалі методичні прийоми для опанування навчальної програми здобувачам на віддаленні, підбирають певні тренування, відео-лекції, майстер-класи, завдання та комплекси вправ для розвитку фізичних якостей, що не потребують спеціального обладнання, інвентарю та можуть бути виконаними в домашніх умовах.

Сьогодні основним завданням вищої освіти, особливо у сфері фізичного виховання, є активне впровадження сучасних комп'ютерних технологій у повсякденну освітню практику. Проте успішний розвиток у цьому напрямку потребує цілеспрямованого створення та використання комп'ютерних навчальних програм, а також своєчасної розробки великої кількості навчально-інформаційних матеріалів. Фізичне виховання – це особлива дисципліна, яку дуже важко реалізувати в повному обсязі. Вирішенням цієї проблеми є сучасне

використання нових підходів до фізичного виховання. Особливий акцент слід робити на самостійні практичні заняття та розвиток креативних методів навчання.

Висновки. Отже, пріоритетом сучасної освіти в інформаційному суспільстві є інноваційні, цифрові технології навчання. Це забезпечить подальше вдосконалення освітнього процесу та його доступність та ефективність освіти, підготовку здобувачів освіти до життєдіяльності в інформаційному суспільстві.

Визначено, що цифрові технології для дистанційного навчання мають не тільки переваги, але й створюють певні ризики, які можуть призвести до негативних наслідків. Тому система сучасної освіти зобов'язана враховувати їх і своєчасно та адекватно реагувати на них. Вирішенням цієї проблеми є використання нових підходів до фізичної культури і спорту здобувачів освіти, шляхом наголошення на самостійній практичній підготовці та розвитку творчих підходів до навчання.

Список використаних джерел

1. Шавель Х. Є., Бойко Ю.С., Соколенко Л.С. Інноваційні моделі підготовки здобувачів вищої освіти в галузі фізичного виховання та спорту. *Академічні візі.* 2023. № 17. С. 2 - 8. URL: <https://academy-vision.org/index.php/av/article/view/219> (дата звернення: 05.10.2024).

2. 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.* Національний юридичний університет імені Ярослава Мудрого. 2020. № 4. С. 70 - 75. URL: <https://ismc.kpi.ua/index.php/wissn009/article/view/212142> (дата звернення: 05.10.2024).

3. Кучерявий О. Дистанційне навчання в системі вищої освіти в галузі фізичної культури та спорту. *Теорія і методика фізичного виховання і*

спорту, 2018. № 3. С. 120 – 126. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/TMFVS_2018_3_20 (дата звернення: 06.10.2024).

4. Лотоцька А., Пасічник О. Організація дистанційного навчання в школі: методичні рекомендації. 2020. 70 с. URL: https://nus.org.ua/wp-content/uploads/2020/06/GRYF_Metodychni_rekomendatsii-_dystantsiy-na_osvita_razvoroty.pdf (дата звернення: 03.10.2024).