

ВИКОРИСТАННЯ ОНЛАЙН-ІНСТРУМЕНТАРІЮ ПРИ ПЛАНУВАННІ САМОСТІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ ГАЛУЗІ «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ» В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОЇ ФОРМИ НАВЧАННЯ

Дистанційне навчання, як певна педагогічна технологія, що передбачає опосередковану взаємодію студентів і викладачів між собою в умовах значного фізичного віддалення, найчастіше, з використанням для полегшення умов спілкування сучасних інформаційно-комунікативних технологій, з одного боку стає своєрідним способом захисту студентів і викладачів від необхідності переміщатися в громадському транспорті, тривалого знаходження в заповнених аудиторіях, тощо як в умовах пандемії, так і за сучасних умов воєнного стану, що створюють значні небезпеки для навчальної та професійної діяльності фахівців галузі та здобувачів вищої освіти.

З іншого боку, в умовах дистанційного навчання студентство є однією з найбільш вразливих категорій населення, що стикається як з низькою руховою активністю, викликану, зокрема, необхідністю підтримання статичної пози під час роботи робота з комп'ютером, так і зі значним збільшенням навчального навантаження, в тому числі і пов'язаному з необхідністю виконання різноманітних індивідуальних письмових робіт і самостійних завдань, що замінили традиційні форми роботи під час очного спілкування (опитування, бесіди, семінари, тощо).

В умовах, коли обмежуються заняття руховою активністю на відкритих майданчиках, у спортивних залах, на стадіонах і в фітнес-центрах, єдиним місцем, де можна займатися безпечно фізичними вправами залишається місце проживання студента – дім, квартира, гуртожиток, або місця перебування тимчасово переміщених осіб.

У зв'язку з вищезазначеним, постає актуальна проблема проведення досліджень, спрямованих на вивчення проблем студентської молоді, пов'язаних з організацією освітнього процесу з профільних дисциплін спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» у форматі дистанційного навчання, зокрема, при плануванні та організації самостійної підготовки студентів. Комп'ютерні технології у фізичній культурі та спорті активно розвивалися й раніше, що проявлялося у виникненні великої кількості технічних розробок, пов'язаних з обліком, проведенням певних розрахунків, статистичним аналізом різноманітних параметрів рухів людини, що реалізуються в усіх напрямках фізкультурно-спортивної діяльності. Однак сьогодні в цю сферу життя людей активно і практично безальтернативно

увійшли також Інтернет-технології, що дозволяють здійснювати планування, облік, та контроль за самостійною підготовкою студентів у віддаленому режимі.

Досить цікавими, на наш погляд, виявилися інструменти для розрахунку параметрів обсягів та інтенсивності самостійних занять і оцінки рівня підготовленості за певними критеріями, реалізованими в формі доступного онлайн порталу. Прикладом такого ресурсу можна назвати мережевий ресурс «Strength Level», що пропонує одночасно онлайн-калькулятор, перелік орієнтовних стандартів рівня силових та функціональної підготовленості на прикладі окремих вправ, короткі відомості про техніку та умови виконання основних вправ, та можливість ведення щоденника тренувань. Іншим прикладом інформаційного ресурсу дещо іншої спрямованості можна назвати портал «Muscle Wiki», що містить відеотеку силових вправ, розподілених відповідно до цільової групи м'язів, використаного приладдя, умов виконання, тощо. Завдяки простому та інтуїтивно зрозумілому інтерфейсу, цей ресурс не вимагає значного часу для пошуку потрібної інформації та опанування навичок його використання. Для організації самостійних занять на відкритих майданчиках у нагоді стане вітчизняний інформаційний портал «Активні парки», що пропонує не лише відеотеку корисних вправ, записаних з залученням провідних вітчизняних спортивних та громадських діячів, і розподілених відповідно до рівня складності та переважного впливу на ті, чи інші фізичні якості. Ресурс пропонує організовувати активну взаємодію та обмін досвідом між учасниками фізкультурного руху з різних міст та населених пунктів країни, залучає до співпраці ентузіастів з метою пропаганди здорового способу життя та проведення спеціалізованих спортивно-масових заходів в рамках програми «Здорова Україна».

Зазначені ресурси добре зарекомендували себе, зокрема, при організації самостійних занять студентів з дисциплін «Спортивно-педагогічне вдосконалення», «Атлетизм», «Інформаційні технології у фізичному вихованні та спорті», «Гімнастика з методикою викладання» і «Нетрадиційні види гімнастики», та «Тренажерні пристрої у фізичному вихованні та спорті».

Можна констатувати, що для ефективної підготовки фахівців за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» потрібно враховувати відповідні виклики сьогодення і окремими блоками виділити компетенції пов'язані з використанням сучасних інформативно-комунікативних технологій, в тому числі і при плануванні самостійних занять. Важливим чинником при підготовці фахівців галузі «Фізична культура і спорт» можна вважати також високу лабільність та здатність до запозичення новітніх досягнень як педагогічних технологій, так і надбань науково-технічного прогресу, безпосередньо пов'язаних з їх впровадженням.