

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА РУХОВА АКТИВНІСТЬ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ В СУЧАСНИХ УМОВАХ

Галась Б., студент ІСТН курсу факультету
агротехнологій і природокористування

Керівник: викладач кафедри фізичного виховання Хомовський О. І.

Подільський державний аграрно-технічний університет



Епідеміологічна ситуація, яка склалася в усьому світі, внесла свої корективи в систему освіти – заклади вищої освіти змушені були перейти на дистанційну форму навчання, а здобувачі вищої освіти – навчитися працювати в нових умовах. Дистанційна форма навчання практично паралізувала рухову активність студентів, при такому форматі вони опинилися «прикуті» до моніторів. Гіподинамія негативно вплинула на функціонування адаптаційних механізмів організму по відношенню до фізичних і психічних навантажень, змін зовнішніх умов життя.

Працюючи дистанційно, багато викладачів зіткнулися з проблемою нерозуміння здобувачами вищої освіти необхідності систематичного виконання фізичних вправ в умовах обмеженої рухової активності. Якщо студент не усвідомить всю важливість фізичної активності, навмисно і систематично не буде свідомо займатися руховою активністю, то це означає, що всі негативні наслідки відсутності фізичної активності найближчим часом будуть відображені на його фізичному, розумовому та фізіологічному розвитку. [2]

Необхідно зрозуміти, що після закінчення пандемії багато що зміниться і освіта не буде винятком. Зважаючи на те, що освіта стає змішаною, сьогодні як ніколи набула актуальності ефективна організація викладання фізичного виховання, основним завданням якого було і є зміцнення та збереження здоров'я. Постало нагальне питання, як в умовах сьогодення здобувачі освіти мають повноцінно опрацювати курс дисципліни «Фізичне виховання»? Враховуючи специфіку предмету, дисципліна вимагає особливого підходу і тут неможливо обмежитися заочним виконанням тестових завдань. Освіта вимушено перейшла на дистанційну форму і різномічні цифрові платформи отримали новий імпульс для розвитку. [1].

Незважаючи на те, що, самі викладачі зіткнулися з рядом труднощів, наприклад, освоєння технологій володіння інформаційними ресурсами, інструментами взаємодії зі студентами в форматі онлайн, вони повинні навчити молоде покоління свідомо працювати як в спортивному залі, так і в електронному середовищі, яке вже стає невід'ємною частиною навчального процесу. Велика частина роботи перейшла на самостійне вивчення і опрацювання, що полягала у використанні та опрацюванні масових відкритих онлайн курсів. Звичайно, на перших порах самонавчання дається важко і вимагає великої наполегливості, але якщо у студента є мотивація, він швидко набуває певного досвіду, постійне самовдосконалення готує його до самостійного життя після закінчення ЗВО. Безперечно, що сучасні гаджети не замінять заклад вищої освіти, але необхідно визнати і сильну сторону дистанційної освіти. І як вже показує досвід, багато з того, що колись вважалося неможливо зробити в середовищі онлайн, наразі цілком реально.

Зважаючи на умови сьогодення в яких опинилося людство, вважаю питання підвищення фізичної активності здобувачів вищої освіти досить актуальним. В умовах змішаної (очної та дистанційної) освіти необхідні різномічні дослідження і вдосконалення навчального процесу з дисципліни «Фізичне виховання» у ЗВО, включаючи опрацювання нових методик з розробкою і впровадженням сучасних інформаційних технологій.

Література

1. Петренко Ю. І., Махонін І. М., Фізична активність студентів в умовах вимушеного дистанційного навчання з використанням інформаційних технологій. Науково-методичні основи використання інформаційних технологій в галузі фізичної культури та спорту, 2020, №4, С.60–63.
2. Донець О. В. Підвищення рухової активності студентів в умовах дистанційної освіти / О. В. Донець, В. І. Бугай // Проблеми та перспективи розвитку фізичного виховання, спорту і здоров'я людини : матеріали V Всеукр. наук.-практ. конф. (23–24 квітня 2020 р.) / голов. ред. О. К. Корносенко. – Полтава : Сімон, 2020. – С. 164–166.