

## ПЕРСПЕКТИВЫ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ И РЕАЛИЗАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Чедова Т.И.

*ФГАОУ ВО «Пермский государственный национальный исследовательский университет», Пермь, e-mail: tania.chedova@yandex.ru*

---

В статье затрагивается проблема того, что в сложившейся ситуации, связанной с появлением и развитием коронавирусной инфекции, студенты и преподаватели вузов вынуждены находиться удаленно друг от друга, иногда в режиме полной или частичной самоизоляции. В статье автор раскрывает актуальные особенности дистанционного образования, рассматривает имеющиеся перспективы, позитивные и негативные особенности реализации дистанционного обучения в высших учебных заведениях. К позитивным особенностям, например, можно отнести возможность одного преподавателя охватить большое количество студентов. Также стираются и престают играть роль географические границы. К отрицательным особенностям можно отнести своеобразное «обезличивание» студента в огромном потоке, а также невозможность преподавания удаленно учебных дисциплин, которые требуют наличия специальных лабораторных условий, техники и оборудования. Тем не менее, в данном контексте полный или частичный переход на дистанционный формат обучения становится своеобразным решением в сложившейся ситуации. При этом студенты вузов в соответствии с законодательством Российской Федерации имеют право в должной степени продолжать получать полноценное качественное образование. Также автор анализирует опыт организации модуля «Физическая культура» в дистанционном формате в Пермском государственном национальном исследовательском университете и раскрывает особенности преподавания и контроля знаний студентов по учебным дисциплинам «Физическая культура» и «Прикладная физическая культура», приводит результаты анкетирования студентов, в которых раскрывает отношение респондентов к изменению их двигательного объема из-за перехода на дистанционную форму обучения. Результаты опроса подтверждают необходимость целенаправленного самоконтроля и физического самосовершенствования со стороны студентов для развития собственного здоровья в условиях вынужденного дефицита двигательной активности.

---

Ключевые слова: дистанционное образование, вуз, физическая культура, двигательная активность.

## PROSPECTS FOR DISTANCE LEARNING AT THE HIGHER EDUCATION INSTITUTION AND THE IMPLEMENTATION OF THE DISCIPLINE «PHYSICAL EDUCATION»

Chedova T.I.

*Perm State National Research University, Perm, e-mail: tania.chedova@yandex.ru*

---

The article addresses the problem that in the current situation associated with the emergence and development of coronavirus infection, students and university professors are forced to stay far from each other, sometimes in full or partial self-isolation. In the article, the author reveals the actual features of distance education. The existing prospects, positive and negative features of the implementation of distance learning in higher educational institutions are considered. Positive features, for example, include the ability of one teacher to cover a large number of students and erase and cease to play the role of geographical boundaries and others. The negative features, for example, include a kind of «depersonalization» of a student in a huge stream, as well as the impossibility of remotely conducting academic disciplines that require special laboratory conditions, equipment and equipment. However, in this context, a full or partial transition to a distance learning format becomes a kind of solution in the current situation. At the same time, university students, in accordance with the legislation of the Russian Federation, have the right to continue to receive a full-fledged high-quality education in due course. The author also analyzes the experience of organizing the «Physical Education» module in a remote format at the Perm State National Research University and reveals the features of teaching and monitoring students' knowledge in the academic disciplines «Physical Education» and «Applied Physical Education». He gives the results of a survey of students, in which he reveals the attitude of respondents to a change in their motor volume due to the transition to distance learning. The results of the survey confirm the need for purposeful self-control and physical self-improvement on the part of students for the development of their own health in conditions of a forced lack of physical activity.

---

Keywords: distance education, university, physical education.

Вопрос дистанционного образования в вузах очень актуален на сегодняшний день и обусловлен не столько цифровизацией образования [1], сколько сложившейся ситуацией в мире, связанной с эпидемиологической обстановкой и распространением коронавирусной инфекции. Студенты и преподаватели вузов вынуждены находиться удаленно друг от друга, иногда и в режиме полной или частичной самоизоляции. Дистанционное образование становится своеобразным решением в сложившейся ситуации. При этом студенты вузов в соответствии с законодательством Российской Федерации имеют право в должной степени получать полноценное качественное образование. Предполагается, что организация дистанционного формата обучения может дать им такую возможность.

Однако внезапность возникновения сложившейся ситуации, несмотря на развитость информационных технологий в образовании, подтвердила необходимость совершенствования организации дистанционного обучения по разным учебным дисциплинам в вузе, в том числе и по модулю «Физическая культура».

Целями исследования являются изучение перспектив онлайн-обучения в вузах и анализ имеющегося опыта организации учебного модуля «Физическая культура» в Пермском государственном университете.

#### **Материалы и методы исследования**

Материалами и методами исследования являются: теоретический анализ литературных источников, анкетирование.

#### **Результаты исследования и их обсуждение**

На текущий момент в вузах страны уже сформировался достаточно большой опыт реализации дистанционного обучения, который имеет ряд положительных и отрицательных сторон.

Положительные стороны дистанционного обучения, которые уже с уверенностью можно отметить:

- ✓ студенты свободны выбирать время и место для работы с учебным материалом;
- ✓ активно применяются средства информационно-коммуникационных технологий в самостоятельной работе, в научно-исследовательской работе студентов [2];
- ✓ дистанционное обучение позволяет студентам получать образование в домашних условиях;
- ✓ отмечаются сокращение времени и снижение транспортных расходов из-за того, что нет необходимости добираться до учебного заведения;
- ✓ имеется возможность совмещать получение образования с профессиональной трудовой деятельностью и подработкой в любое удобное время;

- ✓ существует возможность получать образование людям с ограниченными физическими возможностями инвалидам;
- ✓ один преподаватель может охватить большое количество студентов;
- ✓ в вузах экономится содержание аудиторного фонда учебного заведения;
- ✓ стираются и престают играть роль географические границы.

*Отрицательные существенные моменты* дистанционного образования проявляются в следующем:

- ✓ полностью не проработана нормативно-правовая база, существуют отдельные документы, обозначающие существование и работу данной системы, вузам приходится в рабочем порядке совершенствовать регуляцию правовых отношений в условиях перехода на дистанционное обучение. Студенты желают получить качественное образование и компетенции именно очного формата, на которое они настраивались при поступлении;
- ✓ происходит увеличение личных затрат как преподавателей, так и студентов на покупку техники и оплату большого трафика Интернета;
- ✓ высокая статическая нагрузка на мышцы спины и шеи, продолжительное нахождение в сидячем положении, а также чрезмерное напряжение глазных мышц из-за длительного пребывания за компьютером отрицательно сказываются на общем самочувствии и здоровье;
- ✓ происходит своеобразное «обезличивание» студента в огромном потоке из-за выключенных видеокамер, отсутствуют личностно-ориентированный подход и живое общение между преподавателем и студентами, одногруппников между собой;
- ✓ существует сложность в освоении дистанционных технологий у некоторых преподавателей, привыкших исключительно к аудиторной работе в очном формате;
- ✓ невозможно провести удаленно ряд учебных дисциплин, которые требуют наличия специальных лабораторных условий, техники и оборудования (физики, химии, медицинских специальностей и др.);
- ✓ в случае отъезда студентов домой в отдаленные населенные пункты может вообще сойти на нет контакт педагога и обучающегося из-за отсутствия доступа в Интернет;
- ✓ в некоторых тестовых работах студентов может присутствовать наличие списывания и плагиата из-за отсутствия «живого» углубленного контроля со стороны преподавателя, что искажает реальную объективную картину успеваемости;
- ✓ часто происходит монолог со стороны преподавателя вместо диалога и активного обсуждения, которому способствует очный формат, и как следствие, минимизирован диалог между студентами, отсутствует возникновение внутригрупповых эмоциональных связей;

✓ отсутствие очного контроля над деятельностью занимающихся на некоторых учебных дисциплинах может быть опасно для здоровья (например, по физической культуре), так как преподаватель не всегда может дистанционно проконтролировать реакцию организма занимающегося на нагрузку;

✓ имеется сложность в реализации воспитательных задач, направленных на развитие личностных качеств обучающихся.

Ситуация, которая неожиданно возникла в системе высшего образования, как отмечает О.Г. Рубцова, обусловила максимально возможную мобилизацию профессорско-преподавательского состава для обеспечения необходимых и безопасных условий обучения [3].

Дистанционный формат обучения во многих вузах коснулся, в том числе, и такой практической учебной дисциплины, как «Физическая культура».

Во время пандемии коронавирусной инфекции перед кафедрой физической культуры и спорта Пермского государственного национального исследовательского университета (ПГНИУ) встала задача организовать в дистанционном формате качественное освоение студентами модуля «Физическая культура», включающего себя две учебные дисциплины – «Физическая культура» и «Прикладная физическая культура».

Переход на дистанционный образовательный формат, связанный с эпидемиальными ограничениями и трудностями, послужил отправной точкой для организации онлайн-обучения на кафедре физической культуры и спорта, а также дал возможность усовершенствовать и отладить учебную работу в этом направлении.

Лекционные и семинарские занятия по теоретической дисциплине «Физическая культура» проводились преподавателями на различных платформах, таких как Zoom, Skype, BigBlueButton и др.

Взаимодействие со студентами и обратная связь вне занятий осуществлялись посредством личных страниц преподавателей в соцсетях, через электронную почту и университетский сервис ЕТИС.

Контроль знаний реализовывался через внутреннюю систему тестирования test.psu.ru.

Реализация практической учебной дисциплины «Прикладная физическая культура» в дистанционном формате имела свои особенности.

Поскольку в ПГНИУ часть студентов для освоения прикладной физической культуры по собственному желанию имеют возможность, помимо университетских секций, посещать частные фитнес-клубы и тренировочные занятия, возникла сложность по организации централизованного контроля посещаемости студентов, так как многие фитнес-центры

закрылись. На первом этапе все студенты присылали видеоотчеты самостоятельных занятий тренерам и преподавателям, прикрепленным за факультетом.

Позднее, когда фитнес-клубы открылись, студенты, их посещавшие, стали отправлять преподавателям кафедры специальную «карточку посещений», подписанную и заверенную тренером и организацией. Студенты, посещающие занятия при университете, продолжали отправлять видеоотчеты своим университетским тренерам. Вся информация по посещаемости занятий студентов от тренеров стекалась в единую Google таблицу, которая наглядно показывала текущую ситуацию успеваемости студентов всех факультетов. Такая организация контроля посещаемости занятий студентов позволила впоследствии преподавателям относительно быстро осуществить контрольно-зачетные мероприятия в конце триместра.

Что касается повышения уровня физической подготовленности, то здесь ситуация неоднозначная и зависит от личной мотивации отдельно каждого занимающегося.

Важно учитывать, что организация педагогического взаимодействия в дистанционном формате, как и в очном формате, должна реализовываться на основе компетентного подхода к образованию. Такой подход позволяет ориентировать целеполагание занятий на формирование и развитие умений и навыков обучающегося, что требует от преподавателя применения разных методик по повышению мотивации к знаниям у студентов. Со стороны студентов это требует проявления личностных морально-волевых качеств, таких как самоорганизованность, целеустремленность и желание находить разные способы поиска информации.

Также преподавателю физической культуры важно сохранить индивидуально-личностный подход к реализации задач физического воспитания. Данный принцип требует учета образовательных потребностей обучаемого, его особенностей, построения индивидуальных траекторий развития [4]. В дистанционном формате реализация данного подхода в равной степени ложится как на педагога, так и на самого занимающегося (или родителя), так как обучающемуся приходится самому следить за динамикой своего состояния и своих успехов в физическом самосовершенствовании.

В одном из своих исследований М.И. Васильева отмечает, что дистанционный формат обучения не лучшим образом отразился на развитии физической подготовленности студентов и в дальнейшем требует корректировки программ обучения и нормативных требований [5].

Отношение к дистанционному обучению в научных кругах неоднозначное, сложно заменить живое преподавание виртуальным, можно только дополнить, обогатить, но никак не заменить. Так, по словам Л.Г. Рудых, онлайн-обучение не заменит полностью

классическое образование, но может стать серьезным дополнением к нему, позволяющим расширить доступ к информации [6].

Так или иначе, с каких бы сторон ни рассматривалась дисциплина «Физическая культура», организационные моменты и теоретическая наполняемость содержания дисциплины должны быть направлены на то, чтобы студенты увеличивали двигательную активность, что особенно актуально в условиях дистанционного формата обучения.

В данном контексте интересно было узнать, как студенты оценивают свою физическую активность во время дистанционного обучения. В ноябре – декабре 2021 г. был проведен опрос в Гугл формах среди студентов-очников 2-го и 3-го курсов ПГНИУ. В опросе приняли участие 147 человек. Опрос назывался «Дистант и моя физическая активность». Некоторые результаты опроса представлены ниже.

На вопрос: «Во время дистанционного обучения моя двигательная активность...» были получены следующие ответы: 44% студентов отметили, что их двигательная активность во время дистанта уменьшилась, 34% отметили, что объем двигательной активности остался на прежнем уровне, так как регулярные тренировки сохранились. У 22% опрошенных респондентов двигательная активность увеличилась. Хотя это и небольшой процент, но радует, что студенты были лично мотивированы на повышение своего двигательного объема в условиях вынужденного малоподвижного образа жизни.

Свою личную мотивацию к физкультурно-спортивным занятиям во время дистанта студенты оценили следующим образом: у 60% студентов мотивация к занятиям оказалась высокой, из них у 36% мотивация осталась такой же высокой, какой и была прежде, а у 24% респондентов повысилась. У 19% респондентов в целом мотивация к занятиям снизилась. Оставшиеся 20% студентов вообще не были мотивированы к проведению физкультурно-спортивных занятий.

На вопрос: «Включали ли Вы в свой режим дня во время дистанта физкультминутки и физкультурные паузы?» – большинство студентов (60%) отметили, что только «иногда, когда долго приходилось работать в сидячем положении». Часть опрошенных студентов (20%) регулярно в течение дня выполняли физические упражнения для снятия утомления с определенных мышечных групп, и 20% студентов вообще не выполняли никаких физических упражнений. Тем не менее, по этим результатам видно, что 80% студентов понимают, что выполнение физкультминуток и физкультурных пауз в процессе учебы необходимо для поддержания своей обычной жизнедеятельности и учебной работоспособности на высоком уровне.

Учеба в вузе предъявляет значительные требования к состоянию здоровья студентов. Интенсивность учебного процесса, психические и эмоциональные нагрузки сопряжены с

высоким напряжением зрительной системы [7]. Поэтому в процессе обучения в вузе количество студентов с заболеваниями глаз значительно увеличивается [8].

Важный вопрос сохранности зрения во время учебы в вузе побудил авторов статьи рассмотреть данный аспект.

Результаты ответов на вопрос, касающийся выполнения гимнастики для глаз, заставляют задуматься над серьезностью ситуации. На вопрос: «В связи с тем, что нагрузка на глаза во время дистанта значительно возросла, выполняли ли Вы гимнастику для глаз?» – получен ответ, что всего 4% студентов регулярно выполняют гимнастику для глаз. Почти половина студентов (51%) выполняют гимнастику для глаз только иногда, когда чувствуют усталость глаз, а 44% студентов вообще ее не выполняют. Как мы знаем, это просто необходимо в условиях дистанционного обучения, где нагрузка на зрительный анализатор возрастает в разы.

Между тем на вопрос: «Как Вы считаете: во время дистанционного обучения необходимо увеличивать физическую активность?» – почти 86% студентов ответили утвердительно. Всего 7% опрошенных считают, что не нужно увеличивать физическую активность во время дистанционного обучения, столько же (7%) сомневаются в необходимости увеличения двигательной активности во время дистанта.

Результаты опроса подтверждают необходимость поиска подходов и решений для совершенствования форм, методов и средств реализации учебной дисциплины «Физическая культура» в условиях дистанционного обучения в вузе, которые будут направлены на усиление мотивации студентов к увеличению собственной физической активности для сохранения и развития здоровья.

**Выводы.** В преподавании такой практико-ориентированной дисциплины, как «Физическая культура», есть свои тонкости и подходы, когда тренер, преподаватель работает с физическим здоровьем человека как врач. Дистанционное обучение имеет место быть (особенно в условиях пандемии), но оно ни в коем случае не заменит непосредственного тесного взаимодействия педагога и обучающегося. Именно от диалога тренера и занимающегося, от грамотной организации и непрерывного контроля процесса физического совершенствования обучающихся зависит качественный образовательный результат.

### Список литературы

1. Гаирбекова П.И. Актуальные проблемы цифровизации образования в России // Современные проблемы науки и образования. 2021. № 2. [Электронный ресурс]. URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=30673> (дата обращения: 18.01.2022).

2. Далингер В.А. основные направления совершенствования современного российского образования // Современные проблемы науки и образования. 2020. № 5. [Электронный ресурс]. URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=30184> (дата обращения: 18.01.2022).
3. Рубцова О.Г. Проблемы дистанционного обучения в вузе // Символ науки: международный научный журнал. 2020. № 6. С. 124-126.
4. Страдзе А.Э. Методические рекомендации по организации дистанционного обучения по предмету «Физическая культура». М., 2020. 14 с.
5. Васильева М.И. Сравнительная характеристика динамики развития физической подготовленности студентов вуза в условиях дистанционного обучения Марианна Ивановна Васильева // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2020. № 6 (184). С. 53-56.
6. Рудых Л.Г. Дистанционное обучение в вузе: проблемы и перспективы // Молодежный вестник ИРГТУ. 2020. Т. 10. № 2. С. 158-162.
7. Колокольцев М.М., Лумпова О.М. Офтальмологический статус студентов технического университета // Современные проблемы науки и образования. 2020. № 1. [Электронный ресурс] URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=29523> (дата обращения: 18.01.2022)
8. Мухина Н.В. Оценка физического развития и образа жизни студентов на начальном этапе обучения // Общественное здоровье и здравоохранение. 2015. № 3. С. 5-9.