

*В. А. Лопатин¹**

Дистанционное обучение в области физической культуры – возможности и реалии

Сибирский государственный университет геосистем и технологий, г. Новосибирск,
Российская Федерация
* e-mail: 777_valery@mail.ru

Аннотация. В данной работе рассмотрены важные моменты использования дистанционного обучения по дисциплине «Физическая культура». Направлено внимание на необходимость таких подходов в процессе обучения. Проведён анализ позитивного внедрения дистанционных, цифровых технологий в улучшение спортивных результатов. Внесены предложения о гармоничном сочетании традиционных занятий с вкраплениями дистанционных возможностей. Цель данного исследования – выяснить проблему, почему дистанционное обучение рассматривается, как возможное применительно к занятиям физкультурой и спортом. Существуют ли риски при полном переводе на дистанционное обучение студентов с отменой академических занятий? Найти компромиссное решение в принятии новых технологий и традиционных подходов в повседневной деятельности занимающихся здоровым образом жизни.

Ключевые слова: Физкультура, спорт, дистанционное обучение, упражнения, физическая активность, академические занятия, обучающиеся

*V. A. Lopatin¹**

Distance learning in the field of physical education - possibilities and realities

¹ Siberian State University of Geosystems and Technologies, Novosibirsk, Russian Federation
* e-mail: 777_valery@mail.ru

Abstract. This paper discusses the important aspects of using distance learning in the discipline “Physical Education”. Attention is directed to the need for such approaches in the learning process. An analysis of the positive implementation of remote, digital technologies in improving sports results was carried out. Proposals have been made for a harmonious combination of traditional classes interspersed with distance learning opportunities. The purpose of this study is to find out the problem of why distance learning is considered as possible in relation to physical education and sports. Are there any risks when completely transferring students to distance learning with the cancellation of academic classes? Find a compromise solution in the adoption of new technologies and traditional approaches in the daily activities of those involved in a healthy lifestyle.

Keywords: physical education, sports, distance learning, exercise, physical activity, academic studies, students

Введение

Дистанционное обучение, как новая форма проведения занятий, получение знаний в вузе применительно к физкультуре. Поиск возможностей сочетания различных форм преподавания в эволюционном росте совершенствующихся технологий в спорте. Поиск решений в сохранении двигательной активности при широком спектре инноваций в физкультурно-спортивной среде.

Методы и материалы

Время диктует мобильное принятие решений в различных областях деятельности современного общества. Так в высшей школе проявляют себя различные формы, подходы в образовательной среде. В том числе необычные для предмета «Физическая культура» связанные с обучением вне стен вуза. Можно считать подобные технологии вынужденной мерой, но имеющее место быть в форс-мажорных ситуациях. И так речь идёт о замене привычных академических занятий на дистанционные.

Дистанционное обучение привносит в студенческую жизнь обучающихся новый багаж знаний о современных технологиях в области образовательных услуг. На примере предмета «Физическая культура», хочу рассмотреть необходимость использования такой возможности в потоке новых веяний времени. Физическая культура – это специфический предмет, входящий в обязательную, государственную программу обучения в вузе подразумевает под собой непосредственный физический контакт преподавателя и студента [1]. Связано это в первую очередь с тем, что обучающиеся впитывают в себя не только опыт преподавателя, но берут с него пример, как наставника, обладающего набором умений и навыков, которыми преподаватель владеет в совершенстве. Студенты считают психоэмоциональные возможности, что приводит к коррекции их собственных качеств, дисциплинирует, вызывает интерес к академическим занятиям. Несмотря на все трудности, назревшие в современном обществе, так или иначе, происходит развитие в области электронных технологий. К сожалению, на сегодняшний момент подобные технологии мало задействованы в процессе обучения предмету физическая культура. В большей степени это коснулось такого понятия, как спорт, хотя на первый взгляд спорт неразрывно связан с физкультурой, однако задачи в этих областях решаются с большим отличием друг от друга. В большом, профессиональном спорте задействованы технологии, которые видимо, не скоро коснутся физической культуры в целом. Крупные университеты страны, готовящие учителей для средней школы и преподавателей для высшей, имеют в своём арсенале возможности внедрения и использования различных технологий, в том числе электронных, специальное оборудование для исследования резервных сил человеческого организма. Компьютерные программы помогают рассчитать множество параметров для экономичных движений спортсмена с наименьшими затратами физического и психоэмоционального ресурса.

Новые информационно-цифровые формы в физической культуре на современной научной площадке выглядят неубедительно и применяются только в процессе дистанционного обучения в виде реферативной работы обучающихся, что

противоречит самому предназначению физкультуры. Которая в свою очередь была внедрена в образовательный процесс, как предмет, отвлекающий от умственного перенапряжения при получении знаний и способствующая восстановлению организма посредством переключения с умственной деятельности на физическую. Можно предположить, что онлайн-занятия через электронные устройства, интернет-ресурсы позволят качественному усвоению информации о двигательных действиях, упражнениях, развивающих различные мышечные группы и это несомненно важный фактор. Особенно такой подход актуален в формате обучения через электронные технологии с контингентом обучающихся, которые имеют проблемы со здоровьем и для них двигательный режим ограничен медицинскими показаниями. Студенты, имеющие допуск врача к занятиям в основной группе, предпочитают проводить отведённое в процессе обучения время на предмет «Физкультура» на спортивных площадках [2]. Подрастающему поколению такой подход позволяет социализироваться в обществе, наблюдать за поведением сверстников в различных игровых ситуациях, находить новых друзей, объединяться по принципу общих интересов, выявлять собственные слабые стороны развития и корректировать их.

Информационные технологии ставят перед подрастающей молодёжью новые задачи, ускоряется время получения информации. Увеличивается нагрузка на психо-эмоциональную сферу. Уровень выпускников высшей школы должен соответствовать современным требованиям [3]. Высокие темпы научно-технического прогресса приводят к быстрому устареванию знаний специалистов в различных областях. Возникает необходимость повышать свой уровень знаний, чтобы успеть за происходящими изменениями в мире. Поэтому такая нагрузка ложится на плечи выпускников, что в погоне за улучшением своего положения в обществе, физическая культура уходит на второй план и последняя возможность получить радость от движения, общения в команде на спортивной площадке остаётся в стенах вуза. Возможно, физическая культура в ближайшем будущем станет атавизмом, непосредственный контакт живых объектов канет в лету. Очевидно, что уже сегодня среднестатистический житель не может себе позволить выделить время и финансовый ресурс на физкультуру в процессе своего жизненного ритма. И возникает закономерность утрачивания всех полученных наработок, касающихся здорового образа жизни в предыдущий период. Это компенсируется процессами старения организма, когда повышенная двигательная активность приводит к усталости, а компенсаторные возможности уже не справляются, как прежде в восстановлении сил физического тела. Поэтому возникает вопрос, а нужен ли в обязательной программе предмет «Физическая культура»? Глобальные мировые процессы всё больше уводят человека от его природных характеристик. Можно легко спрогнозировать, что цифровые технологии полностью сотрут такое понятие, как Человек. И в этом нет большой проблемы, так запланировано в эволюционном преобразовании. Пусть изменится формулировка - человек разумный на человек цифровой. Здесь, как раз пригодится опыт исследований в современном спорте. Когда резервы человеческого организма в проявлениях на спортивных состязаниях достигли пика, и далее нет возможности устанавливать мировые рекорды в различных видах спорта, то

вступают в силу электронные технологии, когда разрабатывается эргономичная экипировка, снижающая сопротивление воздуха или воды, а так же компьютерный анализ движений спортсмена для оптимизации его физических действий. Новые информационно-цифровые формы имеют свои плюсы и минусы. Сегодняшний момент требует рекламировать только плюсы, пытаясь поддерживать эту концепцию надо сказать, что такие изменения в лучшую сторону происходят путём лёгкого нажима, иногда просто ставя перед фактом, что теперь следует поступать именно так, как например, в вышедшем каком-либо законе или распоряжении лиц, занимающих высокие должности. Что касается цифровых технологий в обслуживании спортивных соревнований, то здесь наука шагнула далеко вперёд. Более точные фиксации времени и расстояний привели к снижению мировых достижений в спорте. А это дало толчок к применению запрещённых препаратов спортсменами, способствующих улучшению спортивных результатов. Теперь многие спортсмены отстранены от участия в мировых лигах при выявлении у них присутствия допинга.

Стоит ли описывать процесс, как и чем, отличается формат дистанционного обучения от традиционного, но наверно можно только для тех, кто вообще не имеет образования и живёт на необитаемом острове. Новые электронные системы, в том числе и домашний компьютер, стали использовать специалисты в нише предоставления физкультурного продукта для желающих, но не имеющих возможности посещать спортивные клубы.

Индивидуальные и групповые интернет занятия физкультурой прочно вошли в жизнь современного общества. Теперь такая услуга может быть предоставлена потребителю, находящемуся в любой точке мира. Онлайн-консультации по здоровому образу жизни, правильному питанию, гигиене, режиму сна и отдыха, а так же комплексы упражнений, всё это помогает быстро оптимизировать получение знаний. Дистанционное обучение призвано решать задачи не подмены, а дополнения в традиционную систему образования. Так же стимулирует самостоятельную заинтересованность к учебно-познавательной деятельности. При дистанционном обучении могут возникнуть трудности в просмотре онлайн-занятий. Технические проблемы проявляются в различных аспектах, таких как внезапное отключение электричества, отсутствие личного компьютера или телефона с большой скоростью интернет соединения.

Отсутствие социального контакта с преподавателем и сверстниками приводит в дистанционном обучении к неполноценному формированию личности. Скрасить этот негативный оттенок, как раз и призвана физкультура с академическими занятиями в группах, где есть возможность контактного общения, укрепляя социальные навыки.

Изоляция в подростковом возрасте от друзей, ровесников, может стать причиной психического расстройства, т.к. живое общение важный психологический фактор.

Занятия в онлайн-формате необходимы в исключительных случаях, когда нет возможности присутствовать непосредственно на академическом занятии в естественных условиях.

Такие случаи возникают в разные временные отрезки, когда происходят стихийные ситуации независящие от человека. Таким образом, можно сделать вывод, что дистанционное образование на данный момент не является совершенным, а пропаганда и внедрение этого формата в дисциплину «Физическая культура» преждевременны.

Традиционное обучение с человеческим общением, а не через гаджеты помогает сохранять традиции лучшего образования в мире [4]. Позволяет укрепить здоровье населения, получающего необходимый объём движений физического тела, улучшить эмоциональный фон, исключить навязываемый опыт других стран, в корне отличающийся от менталитета граждан нашей страны. Помнить, что человек – социальное существо и стараться контролировать препятствия, создаваемые новыми техногенными технологиями процессу становления гармоничной личности [5]. В настоящее время доступны многие возможности получать знания, поэтому следует дать шанс обучающимся самостоятельно принимать решения, какой формат обучения для них более актуален [6]. Только так мы придём к качественному приобретению знаний, беря всё лучшее от дистанционного и традиционного образования.

Для выяснения отношения студенческой молодёжи к дистанционному формату обучения, скрытым аспектам в таком подходе к получению знаний и физических навыков для поддержания полноценного набора качеств, а том числе профессионально-прикладных и формирования здорового образа жизни было проведено анкетирование. На вопросы ответило 168 респондентов с первого по третий курс.

Зная, о том, что многие студенты в процессе учёбы в вузе сталкивались с возможностью ознакомиться с дистанционным обучением, было интересным узнать, какое впечатление у них осталось за подобный отрезок времени, пока они общались с преподавателем через личный кабинет дистанционно. Выяснилось, что 34 % с большим удовольствием приняли подобный метод. Благодаря тому, что они изначально были настроены на правильное отношение к учёбе, вели позитивный, здоровый образ жизни. Занимающиеся двигательной активностью самостоятельно вне стен университета подтвердили 24 % студентов, этому способствовал личный пример родителей, привычка заниматься физкультурой и спортом со школьной скамьи. Около 14 % обучающихся знакомы с цифровыми технологиями применяемые в спорте, такими, как электронная видеофиксация результатов участников соревнований. За гармоничное сочетание традиционных и других форм, включающих в себя прогулки в парке, здоровый сон, регулярное питание, соблюдение режима дня, высказались 38 % студентов. И приоритетным моментом прослеживается ведение активного образа жизни. Рассматривая возможность полной отмены академических занятий и замена традиционной физкультуры на дистанционные ресурсы, категорически против, заявило 54 % респондентов. Так же было отмечено, что 44 % молодёжи предпочитают общение по телефону вместо дружеских встреч и совместных взаимодействий на спортивных площадках. А 68 % понимают проблему гиподинамии при отмене предмета «Физическая культура» в вузе с предоставлением бесплатных услуг в этой сфере.

Взаимодействие подбора различных возможностей в обучении прокомментировали 78 % ребят. Всего 21 % студенческой молодёжи против дистанционного обучения и нацелены на посещение обязательных занятий физкультурой и активную спортивную жизнь. Таким образом, современные студенты, в большей степени, а это 75% ориентированы на здоровый образ жизни. Но 38% опрошенных находят причины, которые ограничивают их желания выбрать тот или иной метод обучения.

Заключение

В решении задач коллаборации различных форм обучения по дисциплине «Физическая культура» преподаваемой в вузе, главенствующую позицию занимает традиционный подход, практические занятия в спортивном зале. А также в других удобных, оборудованных местах, парках и площадках под руководством грамотных преподавателей. Обучающиеся осознанно выбирают академические занятия, понимая их пользу в профессиональной деятельности. Для роста гармоничной личности необходим выбор наиболее полезных форм занятий, приносящих позитивный эффект.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. УДК: 378:796. «Формирование здорового образа жизни современных студентов на занятиях по физической культуре» Лопатин В.А., Ковалева М.И. Журнал: «Сибирский учитель». СГУГиТ, 2021. - № 5(138). – С. 48-51. <https://elibrary.ru/item.asp?id=47471689>
2. УДК 378:796. «Инновации в организации учебного процесса дисциплины «Физическая культура» в вузе» Лопатина О.В., Лопатин В.А. Журнал: «Актуальные вопросы образования». – СГУГиТ 2015. - №1. С.255-258. <https://elibrary.ru/item.asp?id=27413993>
3. Сведения о физической культуре и спорте по состоянию на 31 декабря 2021 года: Форма1-ФК. – М., Минспорта, 2022 – 14 с.
4. Генкин Б.М. Мотивация и организация эффективной работы (теория и практика). – 2-е изд., испр /Б.М. Генкин. – М.: Норма: Инфра-М, 2020-352с.
5. Егоров В.Н. Физическая культура в контексте современных проблем высшего образования /В.Н. Егоров, Н.А. Глузман, А.В. Антипов // Теория и практика физической культуры. – 2020. - №10. -С.52-54
6. Зуфарова А.С. Роль технологии визуализации в учебной информации /А.С. Зуфарова //Современные образовательные технологии. – 2020. - №9. – С.39-41

© В. А. Лопатин, 2024