

DOI 10.36074/logos-09.12.2022.48

ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ ТЕХНОЛОГІЇ В УМОВАХ ЗМІШАНОГО НАВЧАННЯ ЗАКЛАДІВ ОСВІТИ

ORCID ID: 0000-0001-8308-5895

Отравенко Олена Вікторівна

канд. пед. наук, доцент,
доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання
Державний заклад «Луганський національний університет
імені Тараса Шевченка», м. Полтава

УКРАЇНА

Анотація. У статті приділено увагу активізації освітнього процесу за допомогою інтегрального поєднання традиційного, самостійного та онлайн навчання, використання ресурсів Teams, Google Meet, Zoom. Методичне забезпечення курсів на Освітньому порталі «Moodl» сприяло вдосконаленню навичок із різних напрямів фітнес-технологій, гімнастики, музично-ритмічних вправ, технологій фізкультурно-оздоровчої діяльності, активному прояву творчих здібностей студентів в умовах змішаного навчання закладів освіти.

Серед основних цілей сталого розвитку на 2015–2030 років Урядом України визначено «міцне здоров'я і благополуччя», досягнення якої має стати головною турботою нашого суспільства та «якісна освіта» [1, с. 31].

Дослідження проводилось згідно пріоритетного напрямку науково-дослідної роботи кафедри теорії та методики фізичного виховання «Перспективні напрямки підвищення якості професійної підготовки фахівців фізичної культури і спорту» (державний реєстраційний номер 0117U005556) у навчально-науковому інституті фізичного виховання і спорту Державного закладу «Луганський національний університету імені Тараса Шевченка».

Для якісного забезпечення освітнього процесу за дистанційною формою, МОН України затвердило «Положення про дистанційне навчання», зареєстроване в Міністерстві юстиції України 30 квітня 2013 р. за № 703/23235 [2]. Змішане навчання включає онлайн навчання, традиційне та самостійне. Дистанційне навчання поєднує сучасні технології, що забезпечують доставку інформації в інтерактивному режимі за допомогою використання інформаційних комп'ютерних технологій від викладачів до здобувачів освіти. Дистанційні заняття дозволяють викладачу використовувати індивідуальний та диференційовані підходи до кожного студента в режимі онлайн [3]. За опитуванням, впровадження дистанційних курсів на Освітньому порталі «Moodl» в цілому отримало досить високу оцінку здобувачів вищої освіти – 87%.

Мета дослідження – здійснити аналіз наукових джерел з теми дослідження та запровадити здоров'язберігаючі технології в умовах змішаного навчання.

Питанням розробки і впровадження сучасних здоров'язбережувальних технологій в процес навчання закладів освіти приділили увагу такі науковці, як: С. Гаркуша, 2014 [4], Н. Завидівська, 2014 [5], Т. Осадченко, 2015 [6], V. Zhamardiy and others 2020 [7], О. Otravenko, О. Shkola, О. Shynkarova and others 2021 [8], G. Griban, О. Kuznietsova and others 2021 [9] та ін.

Ми підтримуємо думку В. Донченко, що «певною мірою розвиток здоров'язбережувальних технологій пов'язаний із гуманізацією навчально-

виховного процесу, зміною освітньої парадигми, спробами педагогічної науки сформуванню адекватну відповідь на виклики сучасності» [10, с. 17].

Нам імпанує думка науковців М. Дутчак, Т. Круцевич, С. Трачук, які зазначили, що «сучасний стан здоров'я населення України загалом, дітей та молоді зокрема, є суттєвим викликом для суспільства і для держави й без перебільшення становить реальну загрозу для її гуманітарної безпеки» [11, с. 116], особливо в умовах вимушеного дистанційного навчання.

На наш погляд, «впровадження інформаційно-комунікативних технологій у навчально-виховний процес закладів вищої освіти, розроблених за допомогою програми «Microsoft PowerPoint», дає змогу вирішувати одну із основних задач сучасної освіти: розвиток активної особистості студентської молоді. Це дозволило створювати індивідуальні оздоровчі програми, проекти, презентації з використанням комп'ютерної анімації, рисунків, фотографій, графіки, відео, музики, проводити ділові ігри та майстер-класи» [12, с. 71].

Одним із найбільш ефективних оздоровчих засобів всебічного розвитку молоді є оздоровчий фітнес. Значна кількість різновидів фітнесу дає змогу диференційовано та максимально ефективно дозувати фізичні навантаження, що робить його використання доступним для різних вікових категорій [7; 9; 13].

В навчально-науковому інституті фізичного виховання і спорту ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка» викладачами кафедри теорії та методики фізичного виховання в освітній процес активно впроваджуються здоров'язбережувальні технології, сучасні методики й новітні технології в умовах змішаного навчання, широкого використовується мережа Інтернет, сучасні мультимедійні програмні засоби, студентоцентрований підхід, спрямовані на індивідуальний розвиток особистості, отримання задоволення від занять. Завдання здоров'язбереження здобувачів освіти вирішуються в процесі викладання наступних дисциплін: «Музично-ритмічне виховання та основи оздоровчого фітнесу», «Гімнастика з методикою викладання», «Технології фізкультурно-оздоровчої діяльності навчання осіб з особливими потребами», «Нові технології та сучасні методики викладання фізичної культури в закладах освіти», «Рекреація у фізичній культурі різних груп населення».

Готовність студентів до використання здоров'язбережувальних технологій в умовах змішаного навчання є результатом теоретичної і практичної підготовки, що відбувається завдяки дотримання певної послідовності роботи. Викладачі, в умовах карантину, налаштовують способи зворотного зв'язку зі студентами, замінюють очні практичні заняття на формат відео зв'язку онлайн за допомогою ресурсів Teams, Google Meet, Zoom; змінюють формат контролю з використанням онлайн тестувань та виконання творчих завдань, перегляду відеозаписів та створення власних фрагментів відео-роликів; пристосовують соціальні мережі Viber, Facebook, Instagram, Telegram, Skype для активного спілкування і комунікації; змінюють формат проведення заліків та екзаменів.

Для підвищення якості освітнього процесу в умовах змішаного навчання, успішного формування мотиваційного потенціалу здобувачів освіти до здоров'язбереження нами запропоновано та впроваджено такі форми роботи: проведення вебінарів, флешмобів, майстер-класів з оздоровчого фітнесу та оздоровчої гімнастики. Кожен студент зміг опанувати уміннями організації і проведення оздоровчих занять з фітнесу та гімнастики із застосуванням диференційованого підходу, вдосконалити свої навички із різних напрямів фітнес-

технологій: Step-аеробіки, Dance, Low, Pilates, кросфіт, функціонального тренінгу та ін., отримати ціннісні установки на здоровий стиль життя [8; 14].

Серед форм навчальної роботи найбільш активно впроваджують активні та інтерактивні методи [15]: кейс-метод, мозковий штурм, тренінги. Студенти регулярно виконують творчі завдання, чимала кількість практичних та семінарських занять проводиться у формі дискусій, вебінарів.

Здоров'язберігаючі технології в освітньому процесі

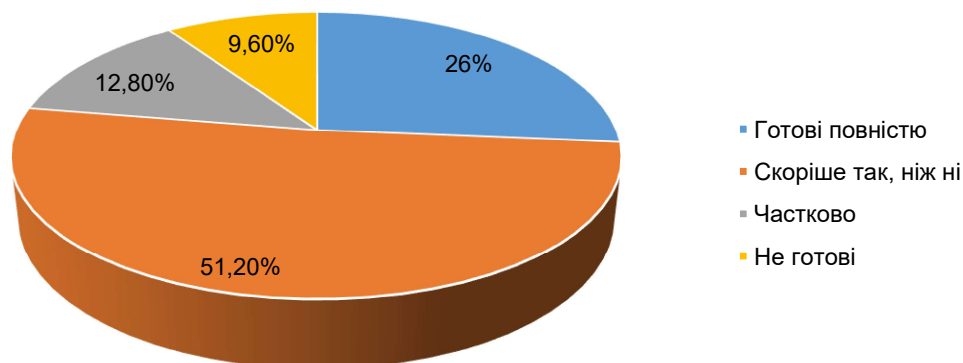


Рис. 1. Готовність студентів до використання здоров'язберігаючих технологій в умовах змішаного навчання закладу вищої освіти

З рисунку ми бачимо, що тільки 26,4% студентів повністю готові до використання здоров'язберігаючих технологій в умовах змішаного навчання закладу вищої освіти.

Висновки. Отже, змішане навчання - новітній підхід до інтегрального поєднання традиційного, самостійного та онлайн навчання. Сучасні підходи до підвищення якості навчання сприяють інтеграції та активізації освітнього процесу, якісному засвоєнню необхідних знань, умінь та практичних навичок, активному прояву творчих здібностей, самовдосконаленню та саморозвитку. Утім, не можна забувати, що будь-яка платформа дистанційного навчання не в змозі повною мірою забезпечити здобувачам освіти реальні умови оздоровчих занять з фітнесу або гімнастики, засвоєння методики навчання різних рухових умінь, тому традиційний компонент підготовки в закладах освіти залишається провідним. Не слід забувати також про психологічну складову занять, особливо під час воєнного стану, збільшуючи рухову активність студентів за рахунок активної дозвіллевої та самостійної діяльності.

Список використаних джерел:

- [1] Дутчак, М. & Чеховська, Л. (2018). Кадрове забезпечення як актуальна проблема сучасної фітнес-індустрії. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. (6), 31-38.
- [2] Положення про дистанційне навчання. № 703/23235 (2013). Вилучено з <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0703-13#Text>.
- [3] Отравенко, О. В. (2019). Здоров'язбережувальна компетентність як складова якісної професійної підготовки здобувачів вищої освіти. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки*. 4(327), Ч.1. 100-107. DOI: [https://doi.org/10.12958/2227-2844-2019-4\(327\)-1-100-107](https://doi.org/10.12958/2227-2844-2019-4(327)-1-100-107).

- [4] Гаркуша, С. В. (2014). Модель формування готовності майбутніх фахівців фізичного виховання до використання здоров'язбережувальних технологій *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. 118(2). 94-99.
- [5] Завидівська, Н. Н. (2014). Особливості формування загальної фізкультурнооздоровчої освіти студентів в умовах здоров'язбережувального навчання *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 1(39). 37-42.
- [6] Осадченко, Т. (2015). Використання здоров'язбережувальних технологій як педагогічна умова підготовки майбутнього вчителя початкової школи. *Витоки педагогічної майстерності: зб. наук. праць* Полтав. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. Полтава: ПНПУ імені В. Г. Короленка, (15), 229-234. (Серія: Педагогічні науки).
- [7] Zhamardiy, V., Griban, G., Shkola, O. and others. (2020). Methodical System of Using Fitness Technologies in Physical Education of Students. *International Journal of Applied Exercise Physiology* www.ijaep.com (Vol. 9 (5). pp. 27-34).
- [8] Olena Otravenko, Olena Shkola, Olena Shynkarova and others. (2021). Leisure and recreational activities of student youth in the context of health-preservation. *Journal for Educators, Teachers and Trainers*. JETT. (Vol. 12(3). pp. 146-154). DOI: 10.47750/jett.2021.12.03.014.
- [9] Griban, G., Kuznietsova, O., Lyakhova, N. and others. (2021). Dynamics of students' fitness level while differentiating physical education classes in accordance with their health and nosology of diseases. *Wiadomości Lekarskie*, 74. (3 p.II). pp. 641-646. doi: 10.36740/WLek202103214.
- [10] Донченко, В. І. (2015). *Методика навчання здоров'язбережувальних технологій студентів медичного університету* (дис ...кандидата пед. наук). Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка. Полтава, Україна.
- [11] Дутчак, М., Круцевич, Т. & Трачук, С. (2010). Концептуальні напрями вдосконалення системи фізичного виховання школярів і студентів для впровадження здорового способу життя. *Спортивний вісник Придніпров'я*. (2), 116-119.
- [12] Отравенко, О. В. (2018). Вплив сучасних інформаційних технологій на якість професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури. *Науково-методичні основи використання інформаційних технологій в галузі фізичної культури та спорту*. (2), 70-73.
- [13] Отравенко, О. В. (2016). Впровадження оздоровчих фітнес-програм у рекреаційну діяльність студенток ВНЗ. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки*. 4 (301), 137-146.
- [14] Olena Otravenko, Olena Shkola, Valeriy Zhamardiy and others (2022). Analysis Of The Current State Of Training Of Future Specialists In Physical Culture And Sports In The Conditions Of Distance Learning. *Journal of Positive School Psychology* <http://journalppw.com>, (Vol. 6, No. 8), pp. 6018-6031).
- [15] Муромець, В. Г. (2015). Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх педагогів засобами інтерактивних технологій: практичний аспект. *Освітологічний дискурс*. 2015. 4(12), 149-157.