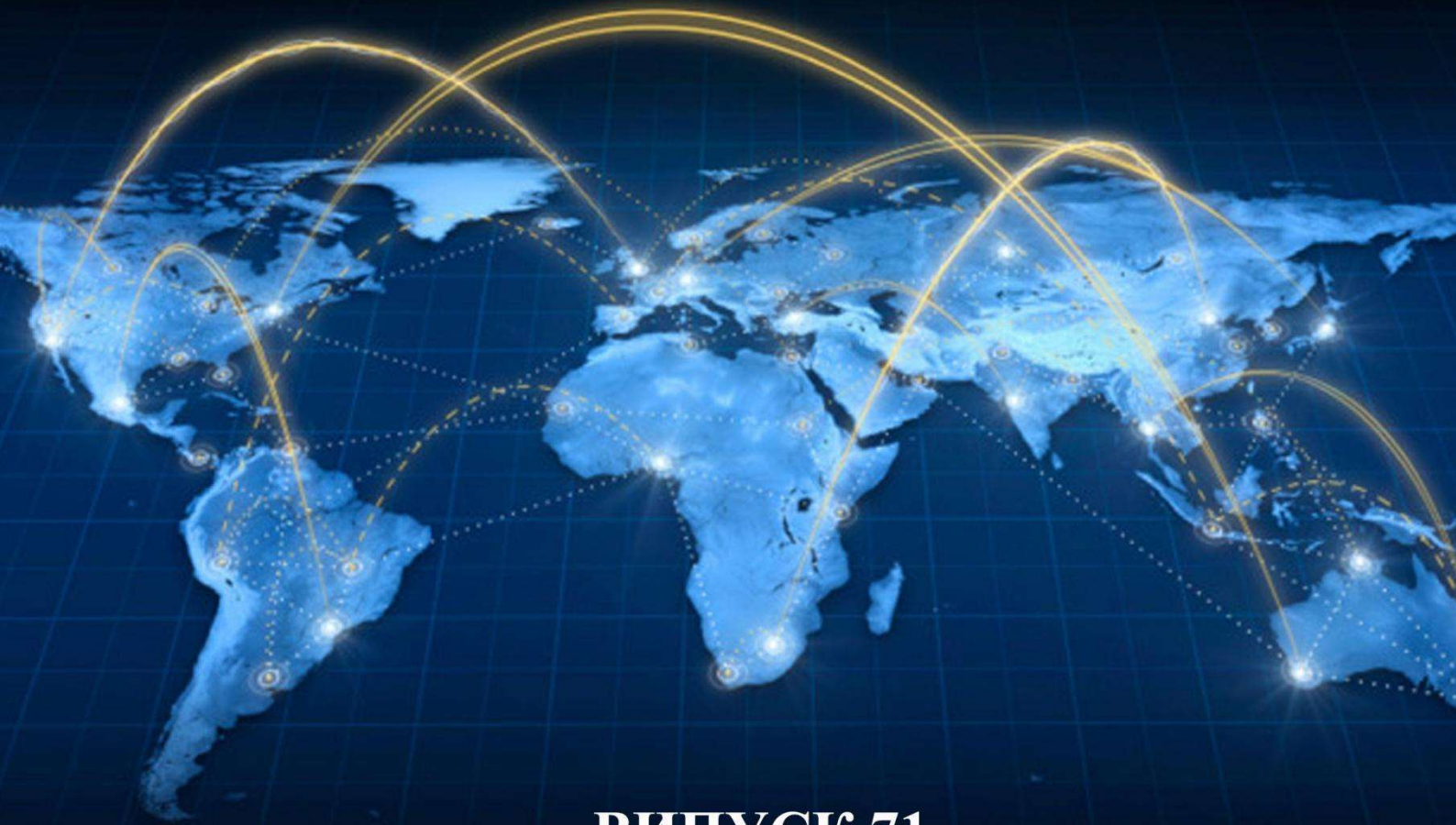


**МІЖНАРОДНА НАУКОВО-ПРАКТИЧНА
ІНТЕРНЕТ-КОНФЕРЕНЦІЯ**

**«ТЕНДЕНЦІЇ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ
НАУКИ І ОСВІТИ
В УМОВАХ ГЛОБАЛІЗАЦІЇ»**



ВИПУСК 71

31 травня 2021 р.

м. Переяслав

УНІВЕРСИТЕТ ГРИГОРІЯ СКОВОРОДИ
В ПЕРЕЯСЛАВІ

Рада молодих учених університету

Матеріали

Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції

**«ТЕНДЕНЦІЇ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ
НАУКИ І ОСВІТИ В УМОВАХ ГЛОБАЛІЗАЦІЇ»**

31 травня 2021 року

Вип. 71

Збірник наукових праць

Переяслав – 2021

УДК 001+37(100)
ББК 72.4+74(0)
Т 33

Матеріали Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції «Тенденції та перспективи розвитку науки і освіти в умовах глобалізації»: Зб. наук. праць. Переяслав, 2021. Вип. 71. 419 с.

ГОЛОВНИЙ РЕДАКТОР:

Коцур В.П. – доктор історичних наук, професор, академік НАПН України

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:

Воловик Л.М. – кандидат географічних наук, доцент

Дашкевич Є.В. – кандидат біологічних наук, доцент (Білорусь)

Євтушенко Н.М. – кандидат економічних наук, доцент

Кикоть С.М. – кандидат історичних наук (відповідальний секретар)

Носаченко В.М. – кандидат педагогічних наук

Руденко О.В. – кандидат психологічних наук, доцент

Садиков А.А. – кандидат фізико-математичних наук, доцент (Казахстан)

Склярєнко О.Б. – кандидат філологічних наук, доцент

Халматова Ш.С. – кандидат медичних наук, доцент (Узбекистан)

Юхименко Н.Ф. – кандидат філософських наук, доцент

Збірник матеріалів конференції вміщує результати наукових досліджень наукових співробітників, викладачів вищих навчальних закладів, докторантів, аспірантів, студентів з актуальних проблем гуманітарних, природничих і технічних наук

Відповідальність за грамотність, автентичність цитат, достовірність фактів і посилань несуть автори публікацій

©Автори статей

©Рада молодих учених університету

©Університет Григорія Сковороди
в Переяславі

2. Силлах ответил хейтерам, которые критиковали Кличко за однообразный стиль. URL: <https://sport.ua/news/539150-sillah-otvetil-heyteram-kotorye-kritikovali-klichko-za-odnoobrazniy-stil>

3. Укрінформ. URL: <https://www.ukrinform.ua/rubric-sports/3253610-10-ukrainskih-bokseriv-borotimutsa-za-olimpijski-licenzii-v-parizi.html>

Науковий керівник: кандидат філософських наук, доцент Попова О. Б.

УДК 796

*Ірина Савегіна, Микола Дорош
(Харків, Україна)*

ОРГАНІЗАЦІЯ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ З ДИСЦИПЛІНИ «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ» В УКРАЇНСЬКОМУ ДЕРЖАВНОМУ УНІВЕРСИТЕТІ ЗАЛІЗНИЧНОГО ТРАНСПОРТУ В УМОВАХ КАРАНТИНУ

У статті викладені матеріали щодо організації дистанційного навчання з фізичного виховання у період карантинних обмежень. Підвищення мотивації студентів до занять фізичною культурою і спортом з використанням мобільних пристроїв та інформаційних технологій.

Ключові слова: студенти, карантинні обмеження, дистанційне навчання, фізичне виховання, мобільні додатки, інформаційні технології.

The article presents materials on the organization of distance learning in physical education during quarantine restrictions. Increasing students' motivation to engage in physical culture and sports using mobile devices and information technology.

Key words: students, quarantine restrictions, distance learning, physical education, mobile applications, information technology.

Пандемія коронавірусної інфекції COVID-19 порушила освітній процес у всьому світі і зазнала значного змінення. Тому була впроваджена примусова міра – призупинення навчання очно і перейти на дистанційний формат навчання. Якщо враховувати специфіку дисципліни «Фізичне виховання», то вона не може бути реалізована у повному обсязі дистанційно [2, с. 73].

Перед викладачами постала проблема з виконання навчальної програми з дисципліни і переходом до розробки нових ідей реалізації дистанційного навчання, тому що до карантину в Українському державному університеті залізничного транспорту (УкрДУЗТ) не практикувалося засвоєння дисципліни «Фізичне виховання» дистанційними методами. Для збереження освітнього процесу та організації занять з фізичного виховання студентів кафедрою фізичного виховання та спорту Українського державного університету залізничного транспорту були запропоновані деякі рішення.

Студенти являють собою основний кадровий резерв держави, тому головною задачею вишу є підготовка фахівців, які фізично здорові та тривалий час можуть зберігати працездатність і активну життєву позицію. Зазначимо, що вимушені карантинні обмеження не повинні заважати виконувати вищезазначені задачі [1, с. 97]. Особливістю організації занять з фізичного виховання є пріоритет практичних занять, де успішно вирішується задача розвитку і удосконалення фізичних якостей та навичок.

Для організації навчального процесу з дисципліни «Фізичне виховання» в університеті були використані різні моделі дистанційного навчання, а саме синхронне і асинхронне. Синхронне навчання реалізується за допомогою організованих викладачами відеоконференцій через платформу Zoom для проведення практичних занять за розкладом та

підвищення фізичної активності студентів. Асинхронне навчання забезпечується за допомогою використання платформи Moodle та через електронну корпоративну пошту. Студенти свої теоретичні і практичні завдання отримують в Moodle, де вони розписані за елективними курсами. До практичної частині елективного курсу з фізичного виховання входить:

- оцінка рівня функціональної і фізичної підготовленості (за допомогою мобільних додатків);
- виконання контрольних вправ (контрольні тести, які доступні студентам для виконання вдома: берпі, планка, згинання і розгинання рук в упорі лежачи, піднімання тулубу в сід та ін.);
- відеозвіт (фіксація) виконання комплексів вправ або контрольних нормативів.

Використання у навчальному процесі інформаційних технологій дозволяє значно підвищити організацію і керування самостійною роботою студентів. Використання платформи Moodle надало можливість викладачам здійснювати контроль за навчальною діяльністю студентів (скільки часу студент розглядає навчальний матеріал, перевірку теоретичних знань шляхом тестування та ін.), а студентам дозволяє підвищити мотивацію до занять та їх інтерактивність.

Використання інформаційно-навчальних технологій та цифрових освітніх ресурсів дозволяє значно спростити та підвищити ефективність самоконтролю студентів, зробити процес виконання вправ та їх результативність більш цікавими і наочними. З цієї причини викладачі кафедри фізичного виховання УкрДУЗТ у процесі дистанційного навчання розглянули деякі варіанти самостійної роботи студентів з підтримки необхідного рівня фізичної активності з використанням сучасних технологій у навчальному процесі.

На теперішній час мобільні пристрої повинні асоціюватися не тільки як засоби зв'язку і розваг. Їх можна використовувати і з навчальною метою за допомогою спеціальних мобільних додатків (Endomondo, Nike RUN Club та ін.). Фітнес-трекери мають великі можливості їх використання. Ці пристрої поєднують в собі одразу декілька функцій (педометр, підрахунок калорій та частоти серцевих скорочень, акселерометр, визначення тиску та ін.). Все це дозволяє найбільш ефективно організувати тренування, враховуючи індивідуальні особливості власника та стан його здоров'я. Використання фітнес-трекеру у навчальному процесі дозволило викладачам кафедри фізичного виховання та спорту УкрДУЗТ оцінити фізичну активність студентів. Ця інформація стала корисною як для викладачів, так і для студентів, а саме:

- контроль фізичної активності студентів на заняттях;
- оцінка рівня фізичної підготовленості студентів та адекватність фізичного навантаження;
- здійснення індивідуального підходу до кожного студента;
- забезпечення студентів індивідуальним планом фізичної активності у відповідності зі станом здоров'я.

У зв'язку з переходом на дистанційне навчання викладачі і студенти більшу частину свого часу знаходяться за комп'ютером або телефоном, що значно знижує фізичну активність. Під час проведення відеоконференцій як викладачі, так і студенти зіткнулися з деякими проблемами дистанційного навчання: заняття тривалістю 40-70 хв. в обмежених умовах (кімната у гуртожитку, квартира та ін.) – це незручно і одноманітно, що може призвести до зниження мотивації до занять; відсутність інвентарю і обладнання; під час демонстрації вправ викладач повинний показати вправу так, щоб студенти зрозуміли і повторили вправу правильно, тому що від правильного виконання вправи залежить здоров'я студентів; завжди бути у ракурсі камери та ін. Для вирішення задачі підтримки фізичної активності та підвищення мотивації до занять фізичною культурою та спортом як науково-педагогічного складу, так і студентів викладачами кафедри фізичного виховання та спорту УкрДУЗТ було організовано і проведено спортивні змагання в он-лайн режимі: «Карантин спорту не завада», «Швидше, вище, сильніше» – для студентів (берпі, вис на зігнутих руках,

вправа «Командо», піднімання тулубу в сід, стрибки на двох ногах через скакалку, велоїзд та ін.), «Рух – це життя» – для співробітників університету за віковими категоріями (біг 1000 та 2000 м, підтягування, оздоровча ходьба 2000 м, згинання і розгинання рук в упорі лежачи, піднімання тулубу в сід, стрибки на двох ногах через скакалку та ін.). Відеозвіти результатів змагань розміщувалися у соцмережах, що сприяло підвищенню мотивації до рухової активності за рахунок переглядів і коментарів.

Нерухомий образ життя та зниження рівня фізичної активності негативно впливає на здоров'я студентів, їх успіх у житті, а карантинні обмеження викликають непотрібний стрес, тому перехід на дистанційне навчання потребує від викладачів постійного доопрацювання нових форм і методів роботи зі студентами. Масове використання інформаційних технологій, з одного боку, відчужує від занять фізичною культурою і спортом, але з іншого – реалізація даних технологій, особливо мобільних пристроїв у сфері фізичної культури і спорту та фітнесу, сприяє активізації рухового режиму, що позитивно впливає на підвищення показників здоров'я молоді. У зв'язку з цим необхідно використовувати мобільні пристрої як засоби для організації фізкультурної діяльності студентів, але лише у якості допоміжних технічних засобів. Цифрове навчання знаходиться на початковому етапі організації, тому студентам і викладачам потрібно багато в чому навчитися, дослідити, розробляти та впроваджувати нові технології, особливо в організації занять з фізичного виховання, в яких пріоритетом є практичні заняття.

ДЖЕРЕЛА ТА ЛІТЕРАТУРА

1. Король О.С., Хрипач А.Г, Заліско О.К., Зелікова Т.І. Формування здоров'язбережувальної компетентності студентів у процесі фізичного виховання засобами дистанційного навчання. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. 2020. Вип. 7 (127). С. 95 – 99.

2. Попрошаєв О.В., Мунтян В.С., Гоєнко М.І. Особливості організації процесу дистанційного навчання з фізичного виховання. *Науково-методичні основи використання інформаційних технологій в галузі фізичної культури і спорту*. 2020. № 4. С. 70 – 75.

УДК 796.323.2-055.2

*Євгеній Стрикаленко, Олег Шалар, Ганна Череповська
(Херсон, Україна)*

МЕТОДИКА ПРОВЕДЕННЯ ТРЕНУВАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ З ПЛАВАННЯ ДЛЯ ДІТЕЙ 9-10 РОКІВ

У статті розкривається методика тренувальних занять з плавання дітей молодшого шкільного віку. Рекомендовано приділяти увагу раціональній постановці дихання та фіксацією впливу тренувальних навантажень на функціональні показники дітей через показники частоти серцевих скорочень.

Ключові слова: плавання, юні плавці, тренування, розминка, техніка плавання.

The article reveals the methodology of training lessons in swimming for children of primary school age. It is recommended to pay attention to the rational setting of breathing and fixing the influence of training loads on the functional indicators of children through the indicators of heart rate.

Key words: swimming, young swimmers, training, warm-up, swimming technique.

Постановка проблеми. На сьогодні в суспільстві відбувається значне зниження фізичного здоров'я жителів України та тривалість їх життя. Не винятком є молоде покоління, яке завдяки зниженню рухової активності з кожним роком отримує все гірші значення