

УДК 378+796/799

DOI: 10.6060/VNIISUCT2021\_16

**Ильичева О.А., Костакова Н.Е., Почкин М.О.**

*Ильичева Ольга Алексеевна* – Ивановский государственный химико-технологический университет, старший преподаватель кафедры физической культуры. E-mail: ilolga@list.ru.

*Костакова Наталья Евгеньевна* – Ивановский государственный химико-технологический университет, старший преподаватель кафедры физической культуры. E-mail: natulinka82@mail.ru.

*Почкин Михаил Олегович* – Ивановский государственный химико-технологический университет, студент 2 курса. E-mail: maikl0105@mail.ru.

**ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ». АНАЛИЗ РАБОТЫ В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ**

*Цель работы – обобщение результатов социологического исследования работы преподавателей физической культуры и студентов в рамках образовательного процесса в период пандемии весной 2020 года на примере ответов 125 студентов ФГБОУ ВО «ИГХТУ». Были получены результаты, свидетельствующие о высокой степени удовлетворённости дистанционным форматом преподавания предмета «Физическая культура и спорт». Применение новых методов обучения, разнообразие форм и методик преподавания позволяют повысить интерес и мотивацию учащихся к изучению предмета. Применение дистанционных технологий оказывает положительное влияние на усвоение теоретических аспектов дисциплины.*

**Ключевые слова:** дистанционное обучение, социологическое исследование, физическая культура в вузе.

**Ilyicheva O.A., Kostakova N.E., Pochkin M.O.****FEATURES OF DISTANCE LEARNING OF THE DISCIPLINE "PHYSICAL CULTURE AND SPORT". ANALYSIS OF THE WORK DURING THE PANDEMIC PERIOD**

*Ilyicheva O.A.* — Senior Lecturer, Ivanovo State University of Chemistry and Technology. E-mail: ilolga@list.ru.

*Kostakova N.E.* — Senior Lecturer, Ivanovo State University of Chemistry and Technology. E-mail: natulinka82@mail.ru.

*Pochkin M.O.* — student, Ivanovo State University of Chemistry and Technology. E-mail: maikl0105@mail.ru.

*The purpose of the work is to summarize the results of a sociological study of the work of physical culture teachers and students in the educational process during a pandemic in the spring of 2020 on the example of 125 students of the Ivanovo State University of Chemistry and Technology. The results were obtained, indicating a high degree of satisfaction with the distance learning format of the subject of "Physical Culture and Sport". New teaching methods and a variety of forms can increase the interest and motivation of students in the study of the subject. The application of distance technologies has a positive effect on the acquiring of the theoretical aspects of the discipline.*

**Key words:** distance learning, sociological research, physical education at a university.

Дистанционное проведение занятий по предмету «Физическая культура и спорт» (далее «ФК и С») стало реалией современного времени. Особая сложность в организации и реализации учебного плана была вызвана в начале пандемии, когда вся страна перешла в режим дистанционной работы и самоизоляции. Большинству преподавателей пришлось применить все силы и возможности, чтобы предмет «ФК и С» не потерял своей значимости и актуальности в этот период.

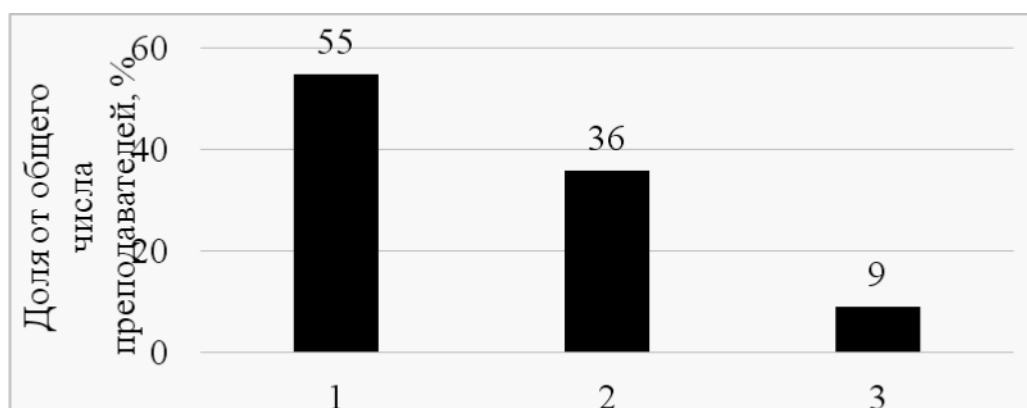
Проблемы самостоятельных занятий студентов и опыт работы преподавательских коллективов в период дистанционного обучения по предмету «ФК и С» были рассмотрены многими преподавателями физической культуры вузов [1, 3, 4]. Нас, в свою очередь, интересовали особенности организации, осуществления работы и степень удовлетворенности студентов процессом обучения.

*Цели исследования:* выявить особенности проведения занятий по дисциплине «ФК и С» в формате дистанционного обучения и проанализировать работу преподавателей, студентов в период пандемии по дисциплине «ФК и С».

Основной материал по предмету «ФК и С» — это практические занятия в форме физической подготовки, направленной на укрепление здоровья, развитие физических качеств. Эти занятия готовят студентов к сдаче контрольно-нормативных тестов по программе вуза. Дистанционное обучение весной 2020 года переключило внимание студентов на освоение теоретических основ физической культуры, самостоятельное выполнение физических упражнений и формирование практических навыков контроля за физической нагрузкой.

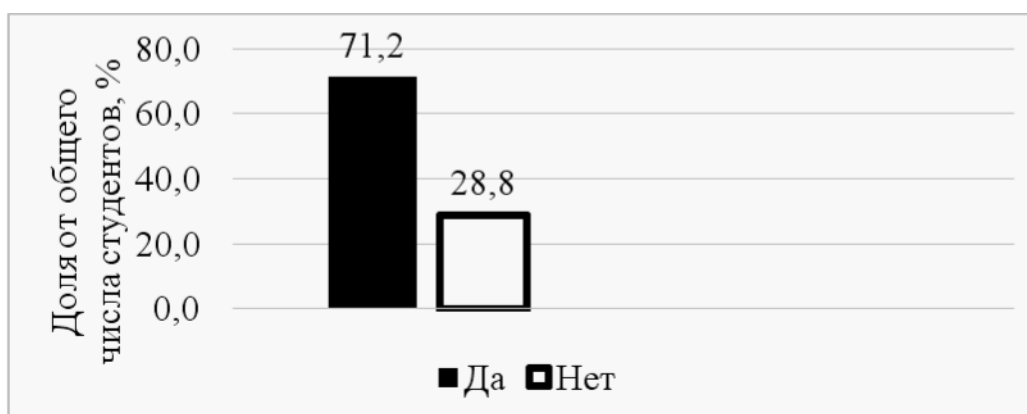
Для анализа работы преподавателей и студентов в период пандемии весной 2021 года было проведено анонимное анкетирование на кафедре физической культуры ФГБОУ ВО «ИГХТУ». В нём приняли участие 125 студентов 2-3 курсов и преподаватели кафедры физической культуры вуза. Респондентам был предложен ряд вопросов, которые помогли выявить общие взгляды на проблему. Преподаватели, в свою очередь, смогли оценить свою работу.

Первый вопрос для преподавателей был: «Понравилось ли вам работать в дистанционном режиме?». 55% преподавателей ответило отрицательно, 36% не дали конкретного ответа, сказав, что видят в этом свои плюсы и минусы, 9% понравилась работа в данном режиме. Результаты представлены на Рис. 1.



**Рис. 1. Ответы преподавателей на вопрос: «Понравилось ли вам работать в дистанционном режиме?»**

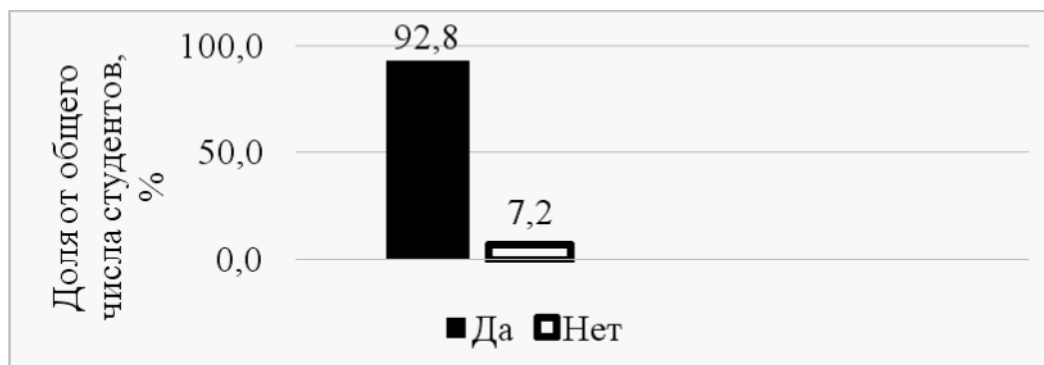
У студентов этот вопрос звучал так: «Понравилось ли вам заниматься физкультурой дистанционно?». Ответы представлены на Рис. 2.



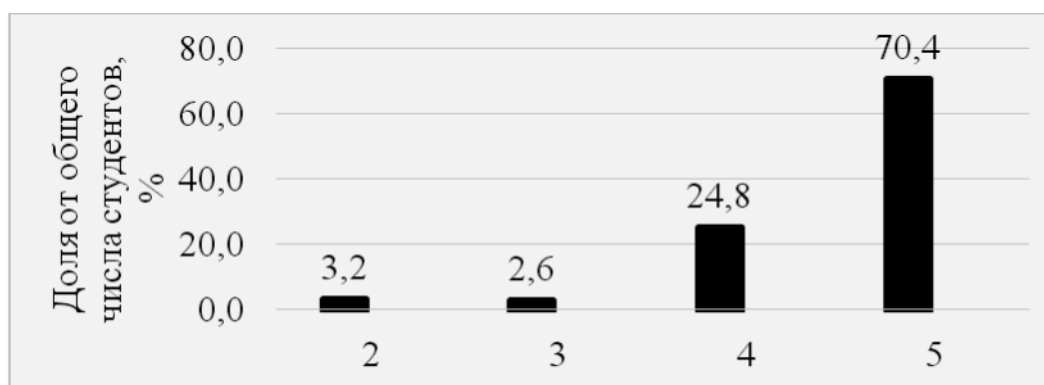
**Рис. 2. Ответы студентов на вопрос: «Понравилось ли вам заниматься физкультурой дистанционно?»**

По полученным данным можно судить, что почти 30% студентов привыкли к занятиям физкультурой в традиционном режиме, и физкультура как динамический предмет, безусловно, остался необходимым для этих студентов. Они испытывали нехватку физической нагрузки и эмоциональный дискомфорт, который был вызван отсутствием возможности быть в коллективе и общаться с друзьями.

Следующие были вопросы о качестве образования. «Остались ли вы довольны преподаванием предмета «ФК и С» в формате дистанционного обучения?» и «Как вы оцениваете работу преподавателя в формате дистанционного обучения по шкале от 1 до 5?». Анкетирование показало, что почти 93% студентов остались довольны, и лишь 7% дали отрицательный ответ. Из этого мы можем сделать вывод, что большая часть преподавателей справилась с поставленной задачей, успешно организовав процесс обучения. Это и привело к высоким оценкам их работы со стороны студентов. Опытные данные представлены на Рис.3 и Рис.4.

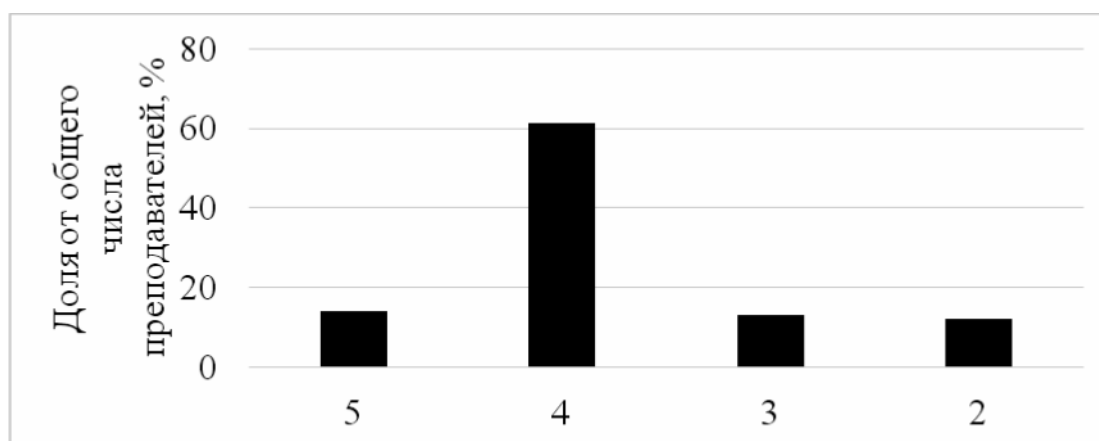


**Рис. 3. Ответы студентов на вопрос: «Остались ли вы довольны преподаванием предмета «ФК и С» в формате дистанционного обучения?»**



**Рис. 4. Ответы студентов на вопрос: «Как вы оцениваете работу преподавателя в формате дистанционного обучения по шкале от 1 до 5?»**

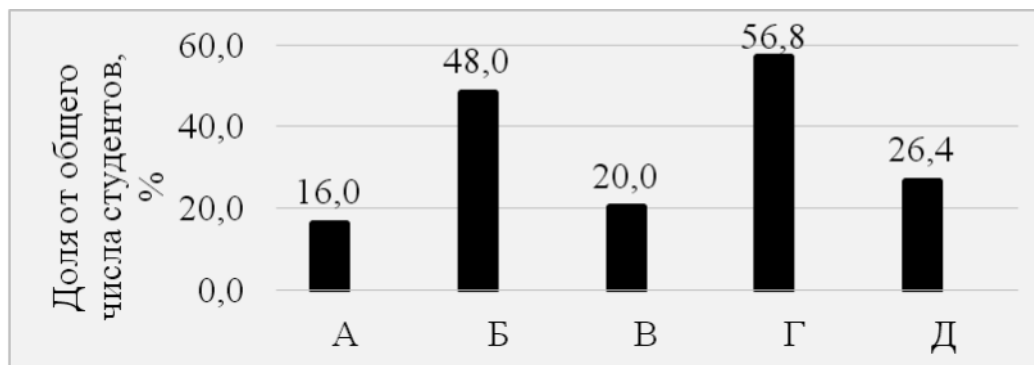
Сами преподаватели были к себе более самокритичны. Их ответы на вопрос: «Как оценил свою работу сам преподаватель?» представлены на Рис.5.



**Рис. 5. Ответы преподавателей на вопрос: «Как оценил свою работу сам преподаватель?»**

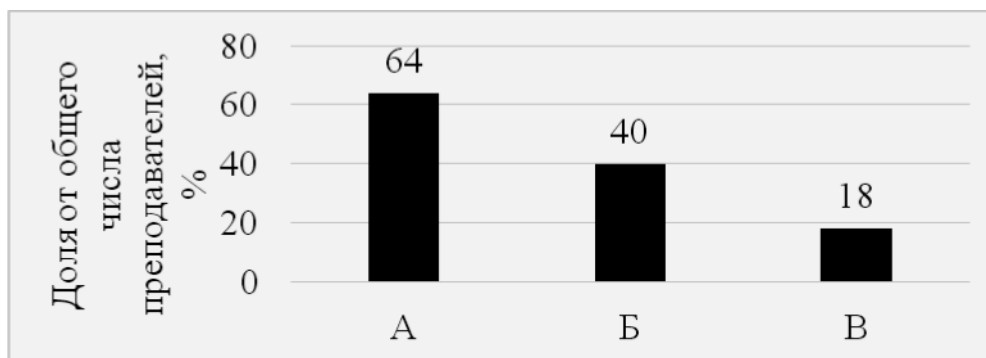
Следующим вопросом для студентов был вопрос о полученных знаниях: «Что нового вы узнали по предмету «ФК и С» в период дистанционного обучения?» В этом вопросе допускалось несколько вариантов ответов. Результаты

опроса показали, что 16% студентов ничего нового не узнали (А), 48% освоили теоретический материал (Б), более 20% ближе познакомились с преподавателем, научились выражать свои мысли устно и письменно (В), почти 57% студентов сказали, что ознакомились и частично освоили новые системы оздоровления организма (Г), более 25% поняли, что физкультура – это часть общей культуры человека (Д). Результаты представлены на Рис.6.



**Рис. 6. Ответы студентов на вопрос: «Что нового вы узнали по предмету «ФК и С» в период дистанционного обучения?»**

Преподавателям был задан вопрос: «Что вы узнали о студентах в период дистанционного обучения?» Можно было также дать несколько вариантов ответов. 64% преподавателей считают, что студенты мобильны, хорошо ориентируются в соцсетях, владеют компьютерной грамотностью (А), 40% считают, что студенты ответственны и обязательны (Б), 18% преподавателей посчитали, что студенты были ленивы (В). Данные представлены на Рис.7.



**Рис. 7. Ответы преподавателей на вопрос: «Что вы узнали о студентах в период дистанционного обучения?»**

Из устных бесед со студентами и общения с преподавателями мы узнали, что многие студенты до освоения физической культуры в дистанционном формате не рассматривали предмет «ФК и С» как часть общей культуры. В период дистанционного обучения они поняли, что физическая культура и спорт – это особое явление как в жизни отдельного человека, так и в жизни общества. Студенты расширили свои знания о многих явлениях спорта и спортивных дисциплин, больше узнали об олимпийских играх и олимпийских чемпионах, поделились сведениями о национальных видах спорта, узнали об мировых рекордах. В теории спорта познакомились с правилами спортивных игр, попробовали сами встать на место преподавателя – выступить в

качестве ведущего опрос по заранее подготовленной теме о спорте. Для обсуждения были предложены спортивные игры: волейбол, баскетбол, футбол, хоккей. Обучающиеся ознакомились с историей спортивного комплекса ГТО, с новыми нормативами комплекса ГТО от 2019 года [2]. Широко были представлены темы оздоровительной направленности и системы оздоровления от Купера, Н. Амосова, гимнастики Стрельниковой до системы Табата, Бубновского и других.

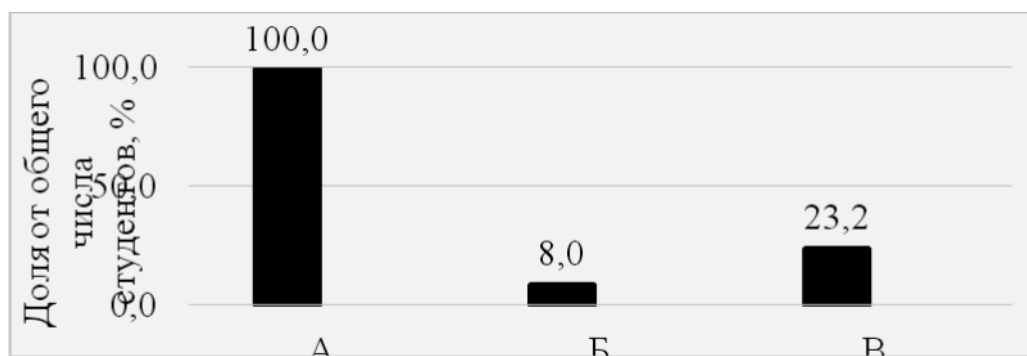
Практика показала, что при введении режима самоизоляции были ограничены занятия двигательной активностью на улицах, спортивных площадках и единственным местом, где возможно было заниматься, стало место проживания студента, его дом, либо общежитие. Для поддержания физической активности и здоровья преподаватели выбирали индивидуальную программу для работы со студентами разных групп и курсов в зависимости от их интересов и возможностей.

Студентам предлагались занятия по двум направлениям.

Первое направление: преподаватель предлагал комплекс упражнений, в котором указывал конкретное количество выполнений и подходов, а также описывал технику выполнения упражнения. Студенту было необходимо не только выполнить, но и зафиксировать своё выполнение на видео, а затем отправить преподавателю.

Второе направление: преподаватель предлагал студенту создать и выполнить свой комплекс упражнений, например, на укрепление мышц спины и живота, и прислать видеотчет преподавателю с письменным ответом, который будет содержать упражнения и технику их выполнения. Данное направление было нацелено на самостоятельный подбор упражнений, которые студенты способны выполнить в соответствии со своими физическими способностями. Многие студенты с удовольствием выполняли предложенные задания, а некоторые даже применяли творческий подход: ускоряли темп видео, накладывали музыку и делали комментарии во время выполнения. Студентам было также предложено вести дневник самоконтроля за состоянием здоровья и физической активности. Были даны образцы ведения такого дневника: графического, электронного, письменного.

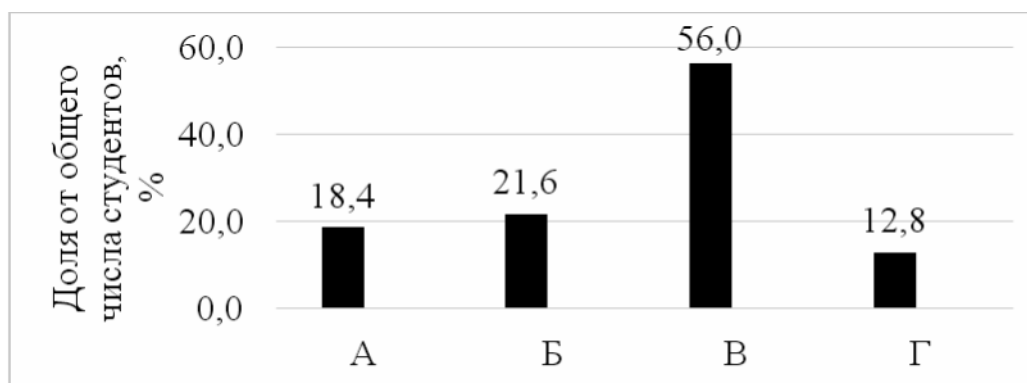
Нам важно было выяснить, на каких платформах и какими программами пользовались студенты и преподаватели, работая в формате дистанционного обучения. Большинство студентов и преподавателей работало в системе «Moodle» на образовательной платформе вуза, в чатах, выстраивая свою работу в диалогах (А). Также пользовались программой для организации видеоконференций «Zoom», платформой «Microsoft Teams» (Б). Иногда поддерживали связь через социальную сеть «ВКонтакте», через приложения-мессенджеры «WhatsApp» и «Viber». Некоторые преподаватели работали со студентами с использованием видеохостинга «YouTube» (В). Опытные данные представлены на Рис.8.



**Рис. 8. Ответы студентов на вопрос: «На каких платформах и какими приложениями вы пользовались, работая в дистанционном формате?»**

За время дистанционного обучения преподаватели старались дать студентам представление о предмете «ФК и С» как о предмете гуманитарного цикла. Студенты для культурного развития смотрели тематические фильмы о спорте и об известных спортсменах, такие как: «Чемпионы. Быстрее. Выше. Сильнее», «Легенда № 17», «Движение вверх», «Лед», «Сила воли», «Спорт, спорт, спорт». Задачей преподавателя было не просто предложить хорошее кино, которое впечатляет красивой картинкой и интересным сюжетом. Важно, чтобы просмотр фильма дал положительный импульс, благоприятно повлиял на развитие души. Эти фильмы, основанные на реальных событиях, совершенно поражают своей правдивостью, трагичностью и силой. Нынешней молодёжи этого часто очень не хватает. Преподаватели, в свою очередь, пытались до них донести, что есть истории жизни и целеустремленности, истории, которые вдохновляют и цепляют за душу, истории о людях, спортсменах, слепо идущих к своей мечте... Есть победы, которые меняют ход истории: победы духа, победы страны, победы всего мира. Военно-патриотический фильм «Сила воли», например, история легендарного чернокожего атлета Джесси Оуэнса, чье невероятное упорство привело к нескольким победам на Олимпийских играх 1936 года в нацистском Берлине. Джесси ворвался в историю, бросив дерзкий вызов самому Гитлеру и его политике. Просмотр фильма «Спорт, спорт, спорт» позволил многим студентам взглянуть на спорт как на глобальное явление современной жизни. Он также помог увидеть спорт в развитии, глазами спортсмена, тренера, массажиста, с исторической точки зрения и с точки зрения обывателя-болельщика, поэта. Студенты смогли ощутить мир победы и поражения, сочувствовать и сопереживать героям-спортсменам, понять ради чего «бежать надо до конца...», увидеть каким трудом достается победа. При обсуждении фильма многие студенты не могли выразить словами свои мысли, многие не смогли сразу увидеть главного героя и понять смысл фильма, но все-таки смогли сопереживать персонажам. Предмет «ФК и С» в формате дистанционного обучения позволил студентам больше размышлять и думать, поработать умственно, сопоставляя и анализируя факты и события, что немаловажно в период общей погруженности в информационные сети.

«Что вам не понравилось в преподавании предмета во время дистанционного обучения?» – этот вопрос был последним в анкете у студентов, ответы на него представлены на Рис. 9



**Рис. 9. Ответы студентов на вопрос: «Что вам не понравилось в преподавании предмета во время дистанционного обучения?»**

Большинству студентов 56% всё понравилось (В), более 18% отметили, что физической нагрузки не хватало (А), 22% были недовольны, что кроме работы в чате ещё задавали рефераты и домашние задания, чего нет на традиционных практических занятиях (Б), почти 13% были недовольны, что пришлось работать самостоятельно (Г).

У преподавателей последний вопрос анкеты был об организации работы со студентами: «Как вы работали со студентами дистанционно?». В нём можно было выбрать несколько вариантов ответов:

А) в вузовской системе, непосредственно общаясь;

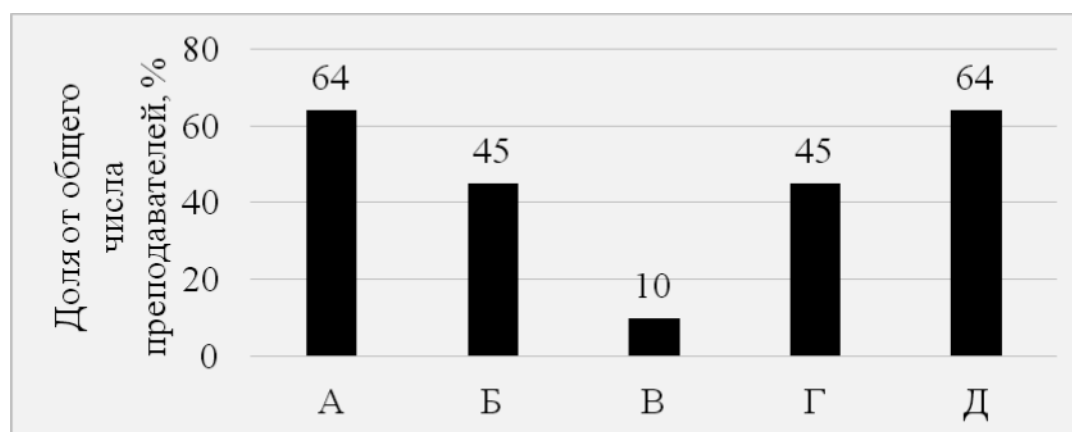
Б) давал материал в форме ссылок в соцсетях;

В) рекомендовал материал к ознакомлению, без ссылок;

Г) давал практические задания на самостоятельное выполнение, с последующим контролем в виде отчетов и видеоотчетов;

Д) давал письменные работы и рефераты;

Ответы на поставленный вопрос представлены на Рис. 10.



**Рис. 10. Ответы преподавателей на вопрос: «Как вы работали со студентами дистанционно?»**

**Вывод.** Проведенное нами исследование выявило достоинства и недостатки преподавания дисциплины «ФК и С» в форме дистанционного обучения, помогло сопоставить анкетные данные преподавателей и студентов, учесть совершённые ошибки и выявить пробелы в знаниях студентов, восполнить недостающий теоретический и методический материал, сделать акцент на мотивацию студентов к работе в самостоятельном двигательном режиме. Дистанционная форма обучения была хорошей практикой для многих преподавателей физкультуры, которая заставила научиться работать в новом информационном режиме. Применение дистанционных и информационных технологий дает преподавателю по физической культуре возможность расширить дидактический арсенал, разнообразить формы и методы работы, что повышает интерес к изучению предмета, делает процесс познания увлекательным, расширяет кругозор обучающихся, повышает мотивацию к изучению предмета. Поиск новых форм, методов, средств обучения позволяет преподавателю повысить свои профессиональные компетенции [1]. Организация дистанционного обучения дисциплине «ФК и С» требует от преподавателя большой дополнительной интеллектуальной нагрузки - разработки новых форм и методов работы со студентами.

Дистанционное обучение не может заменить традиционные занятия по предмету «ФК и С», где студент получает полноценную физическую нагрузку, которая укрепляет здоровье и дарит радость от общения в дружном коллективе.



## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Закурин Л.В., Костакова Н.Е. Инновационные формы и методы преподавания предмета «физическая культура и спорт» // Сборник материалов всероссийской научно-методической конференции с международным участием «Качество образования в современном университете: интеграция профессиональной компетентности, студенческой науки, воспитательного процесса». Иваново: Иван. гос. хим-технол. ун-т, 2021. С. 167-169.
2. Ильичева О.А., Почкин М.О. Анализ готовности студенток вузов к сдаче норм комплекса ГТО // Материалы международной научно-практической конференции «Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях» (ФГБОУ ВО Чувашский ГАУ, 25 марта 2021 г.). Чебоксары: Чувашский ГАУ, 2021. С. 160-163.
3. Лыженкова Р.С. Особенности самостоятельных занятий студентов в период дистанционного обучения // Материалы международной научно-практической конференции «Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях» (ФГБОУ ВО Чувашский ГАУ, 25 марта 2021 г.). Чебоксары: Чувашский ГАУ, 2021. С. 292-296.
4. Онучин Л.А., Састамойнен Т.В, Архипова Ю.А. Опыт планирования и проведения элективных учебных занятий по дисциплине «физическая культура и спорт» в дистанционном формате обучения // Материалы международной научно-практической конференции «Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях» (ФГБОУ ВО Чувашский ГАУ, 25 марта 2021 г.). Чебоксары: Чувашский ГАУ, 2021. С. 332-335.

## REFERENCES (TRANSLITERATED)

1. Zakurin L.V., Kostakova N.Ye. Innovatsionnyye formy i metody prepodavaniya predmeta «fizicheskaya kul'tura i sport» // Sbornik materialov vserossiyskoy nauchno-metodicheskoy konferentsii s mezhdunarodnym uchastiyem «Kachestvo obrazovaniya v sovremennom universitete: integratsiya professional'noy kompetentnosti, studencheskoy nauki, vospitatel'nogo protsesssa». Ivanovo: Ivan. gos. khim-tekhno. un-t, 2021. S. 167-169.
2. Il'icheva O.A., Pochkin M.O. Analiz gotovnosti studentok vuzov k sdache norm kompleksa GTO // Materialy mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii «Aktual'nyye problemy fizicheskoy kul'tury i sporta v sovremennykh sotsial'no-ekonomicheskikh usloviyakh» (FGBOU VO Chuvashskiy GAU, 25 marta 2021 g.). Cheboksary: Chuvashskiy GAU, 2021. S. 160-163.
3. Lyzhenkova R.S. Osobennosti samostoyatel'nykh zanyatiy studentov v period distantsionnogo obucheniya // Materialy mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii «Aktual'nyye problemy fizicheskoy kul'tury i sporta v sovremennykh sotsial'no-ekonomicheskikh usloviyakh» (FGBOU VO Chuvashskiy GAU, 25 marta 2021 g.). Cheboksary: Chuvashskiy GAU, 2021. S. 292-296.
4. Onuchin L.A., Sastamoynen T.V, Arkhipova YU.A. Opyt planirovaniya i provedeniya elektivnykh uchebnykh zanyatiy po distsipline «fizicheskaya kul'tura i sport» v distantsionnom формате obucheniya // Materialy mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii «Aktual'nyye problemy fizicheskoy kul'tury i sporta v sovremennykh sotsial'no-ekonomicheskikh usloviyakh» (FGBOU VO Chuvashskiy GAU, 25 marta 2021 g.). Cheboksary: Chuvashskiy GAU, 2021. S. 332-335..

Поступила в редакцию 25.05.2021 г.

Принята к публикации 01.07.2021 г.

---

*Для цитирования:*

Ильичева О.А., Костакова Н.Е., Почкин М.О. Особенности проведения дистанционного обучения по дисциплине «физическая культура и спорт». Анализ работы в период пандемии // Вестник Гуманитарного института. 2021. №2. С. 16–25.

URL: <https://isuct-bhi.ru/sites/default/files/issue/2021/1/bhi-2021-1-016.pdf>