

Министерство спорта Российской Федерации
Департамент по молодежной политике, физической культуре, спорту Томской
области
ФГАОУ ВО “Национальный исследовательский Томский государственный
университет”
Факультет физической культуры

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, ЗДРАВООХРАНЕНИЕ И ОБРАЗОВАНИЕ

**Материалы XV Международной научно-практической
конференции, посвященной памяти В.С. Пирусского**
г. Томск, 18 ноября 2021 г.

Под редакцией профессора Е.Ю. Дьяковой

Scientific & Technical Translation



ИЗДАТЕЛЬСТВО

Томск – 2021

ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ СТУДЕНТОК СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ ПРИ ПЕРЕХОДЕ НА ДИСТАНЦИОННОЕ ОБУЧЕНИЕ

Головко М.В., Головко Г.И., Шарафеева А.Б.

Национальный исследовательский Томский государственный университет, г. Томск

Введение

В 2020 г. в связи с пандемией вузы перешли на дистанционный формат обучения. Перемены отразились на организации занятий по физической культуре специальной медицинской группы. В условиях дистанционного образования появилась проблема мотивации студентов к систематическим занятиям физической культурой, которую необходимо решить путем оптимальной организации занятий [3]. В качестве одного из путей решения проблемы, в системе дистанционного образования используется информационно-компьютерная площадка LMS Moodle (Modular ObjectOriented Dynamic Learning Environment). Данная система позволяет управлять курсами электронного обучения (виртуальная обучающая среда) [2].

Занятия по физической культуре студенты специальной медицинской группы чаще всего воспринимают как преграду на пути получения диплома о высшем образовании, у многих отсутствует интерес к физкультурно-оздоровительной деятельности. Это связано с тем, что в основном данный контингент студентов был освобожден от практических занятий физической культурой в школе, либо эти занятия были организованы на низком уровне, что повлияло на формирование негативного отношения к занятиям физической культурой. Переходя на дистанционный формат, такие студенты испытывают огромные трудности, т.к. не могут скорректировать самостоятельно свои действия [1].

Также в начале семестра к занятиям приступили студенты первого курса, у которых проходит адаптация к новым условиям обучения, после общеобразовательных учреждений. Для них данный формат занятий является новым и вызывает много вопросов. Соответственно, суммарная нагрузка на преподавателя и студента увеличилась в несколько раз.

Цель исследования – выявить проблемы при организации занятий физической культурой в дистанционном формате специальной медицинской группы.

Задачи исследования:

- 1) выявить особенности организации физического воспитания специальной медицинской группы в НИ ТГУ в условиях дистанционного обучения;
- 2) выявить отношение студенток к новым условиям организации занятий и определения основных проблем, возникших во время обучения с использованием дистанционных технологий;
- 3) сравнить уровень физической подготовленности студенток специальной медицинской группы до и после перехода в дистанционный формат обучения.

Объект исследования – учебный процесс по физической культуре специальной медицинской группы НИ ТГУ.

Предмет исследования – проблемы при организации занятий физической культурой в дистанционном формате специальной медицинской группы.

Методы и организация исследования

Анализ научно-методической литературы по проблеме исследования, педагогическое тестирование, педагогический эксперимент (констатирующий), анкетирование, методы математической обработки данных. На первом этапе (2019 г.) изучена литература по теме исследования. На данном этапе осуществлялось накопление данных, проводился теоретический анализ по проблеме исследования, изучалась организация физического воспитания в НИ ТГУ и особенности проведения занятий со студентами специальной медицинской группы.

Второй этап (декабрь 2019 г. – декабрь 2020 г.). В декабре 2019 г. проведено тестирование уровня физической подготовленности студенток специальной медицинской группы. Анализ организации дистанционного обучения специального медицинского отделения по дисциплине физическая культура. В ноябре 2020 г. проведено анкетирование студентов с целью выявления отношения студенток к новым условиям организации занятий и определения основных проблем, возникших во время обучения с использованием дистанционных технологий.

На третьем этапе, в декабре 2020 г., было проведено тестирование уровня физической подготовленности студенток, анализ результатов тестирования, анализ полученных данных анкетирования. Проводилась обработка материалов исследования.

Результаты и их обсуждение

В Томском государственном университете используется информационно-компьютерная платформа LMS Moodle (Modular ObjectOriented Dynamic Learning Environment). На этой платформе разработаны электронные курсы по физической культуре и спорту для различных видов спорта и отделения специальной медицинской группы (СМГ). На курсы студенты могут записываться самостоятельно.

Каждую неделю преподаватель размещает задание на неделю в курсе отделения СМГ на платформе LMS Moodle. В течение недели у студентов есть возможность выполнять предложенные преподавателем практические задания, в удобное для них время. Загрузить свой видеоролик в сжатом формате (3–5 мин) и дневник самоконтроля для проверки.

Для студентов специальной медицинской группы подбираются специальные комплексы упражнений, с учетом всех рекомендаций и противопоказаний по их заболеваниям.

Комплексы представлены в формате видео-тренировок, студенты просматривают занятие, одновременно выполняя упражнения с указаниями особенностей техники. В комплексы включаются упражнения на все группы мышц, упражнения на растяжку, для развития подвижности в суставах, гибкости, равновесия и координации, а также специальные упражнения, направленные на коррекцию основных групп заболеваний данного контингента студентов. Все это позволяет приблизить обучение в дистанционном формате к условиям очного обучения. Комментарии преподавателя о технике выполнения упражнений студент получает в течении недели со дня отправки задания на проверку.

В середине осеннего семестра 2020 г. проводилось анкетирование с целью выявления отношения студенток к новым условиям организации занятий и определения основных проблем, возникших во время обучения с использованием дистанционных технологий. Анкета была представлена в форме Google-опроса на платформе LMS Moodle. В анкетировании приняли участие 93 респондента – студентки специальной медицинской группы.

В опросе приняли участие студентки от 17 до 22 лет. 44,1% опрошенных учатся на втором курсе (41 чел.), 28% опрошенных обучаются на III курсе (26 чел.), 25,8% опрошенных учатся на I курсе (24 чел.). 4% (2 чел.) учащихся ответили что они учатся на IV курсе.

В анкете студенток попросили оценить свою физическую активность при переходе на дистанционный формат обучения. 40,9% студенток (38 чел.) ответили, что физическая активность снизилась при переходе на дистанционный формат обучения, 36,6% опрошенных (34 чел.) считают, что физическая активность не изменилась, а 22,6% обучающихся (21 чел.) ответили, что их физическая активность возросла.

На вопрос “При переходе на дистанционный формат обучения сколько времени стала занимать учеба?” 66,7% опрошенных (62 чел.) ответили, что при переходе на дистанционное обучение учеба стала занимать больше времени, 18,3% анкетированных (17 чел.) считают, что время уделяемое учебе не изменилось, 15,1% (14 чел.) студенток ответили что учеба стала занимать меньше времени в сравнении с традиционным форматом обучения. Большинство студентов ответили, что учеба стала занимать больше времени, мы думаем, что это связано с большим объемом материала, который они вынуждены проработать самостоятельно.

Для выявления частоты занятий физической культурой студентками в анкете был вопрос “Сколько раз в неделю вы занимаетесь физической культурой?” 71% опрошенных (66 чел.) ответили, что занимаются физической культурой два раза в неделю, 11,8% анкетированных (11 чел.) занимаются 3 раза в неделю, 8,6% (8 чел.) занимаются 4 раза в неделю, 4,3% (4 чел.) прибегают к занятиям физической культурой 5 раз в неделю, 3,2% (3 чел.) занимаются один раз в неделю, а один человек занимается ежедневно. Можно сделать вывод, что почти все студентки занимаются физической культурой не менее 2 раз в неделю, что соответствует количеству занятий по учебному плану.

Также студенток попросили оценить качество самостоятельных занятий физической культурой по 10-бальной шкале. Больше 75% студенток оценили качество самостоятельных занятий выше 7 баллов, что является положительной оценкой, можно сделать вывод о том, что студентки ответственно относятся к выполнению заданий.

На вопрос “Комфортно ли вам заниматься физической культурой в дистанционном формате?” больше половины студенток (58,1%) ответили, что не испытывают дискомфорта на самостоятельных занятиях, 22,6% студенток испытывают дискомфорт, а остальные затруднились ответить. Почти у четверти опрошенных студенток занятия вызывают дискомфорт, это связано с различными причинами. Логично предположить, что занятия в спортив-

ном зале в группе под контролем преподавателя более привычны и удобны для этой части студенток.

Для выяснения мнения студенток об эффективности занятий в анкете был задан вопрос “Считаете ли вы, что дистанционный формат занятий физической культурой эффективен?”. Мнения студенток разделились следующим образом: 51,6% студенток считают занятия эффективными, 29% студенток затрудняются ответить на вопрос, 19,4% считают занятия в дистанционном формате неэффективными.

На вопрос “Устраивает ли вас подача материала в курсе “Физическая культура для студентов СМГ?” большинство студенток (87,1%) ответило, что их устраивает подача материала в курсе, 9,7% студенток воздержались от ответа, лишь 3,2% (3 чел.) остались недовольны программой курса. По результатам ответов на данный вопрос, можно сделать вывод, что курс был построен грамотно, несмотря на все сложности дистанционной формы обучения.

На вопрос “Вы бы хотели полностью перейти на дистанционное освоение данной дисциплины?” мнения студенток разделились: 40,9% опрошенных ответили, что желают перейти на дистанционные занятия физической культурой, 30,1% девушек против перехода, остальные затрудняются ответить на данный вопрос. Выводы по этому вопросу неоднозначны и требуют дальнейших исследований.

На вопрос “Помогают ли вам самостоятельные занятия физической культурой поддерживать себя в хорошей физической форме?” почти все студентки (78,5%) ответили, что помогают, 14% студенток затрудняются отвечать на этот вопрос, 7,5% опрошенных ответили, что занятия физической культурой не помогают им поддерживать себя в хорошей физической форме. Данные ответы позволяют сделать вывод о том, что физическая культура в новых условиях благотворно влияет на физическую форму студенток специальной медицинской группы.

Студенток, принявших участие в анкетировании попросили оценить свое физическое состояние по пятибалльной шкале. Больше 85% студенток оценивают свое физическое состояние выше удовлетворительного, что является положительной характеристикой занятий физической культурой, проводимых в условиях дистанционного обучения.

На вопрос “Переход на дистанционный режим обучения вызвал у вас проблемы со здоровьем?” большинство студенток (66,7%) ответили, что переход на дистанционное обучение не вызвал про-

Таблица 1. Результаты тестирования в 2019 г и 2020 г. (n=45)

Тесты	Декабрь 2019 г. ($M \pm m_x$)	Декабрь 2020 г. ($M \pm m_x$)	p
Приседания (количество повторений)	18,0±0,57	18,1 ±0,61	> 0,05
Наклон, стоя на скамье (см)	12,9±1,2	13,6±1,7	> 0,05
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество повторений)	38,5±1,8	41,6± 2,1	> 0,05

блем со здоровьем, у 17,2% опрошенных девушек появились проблемы со здоровьем, остальные затрудняются ответить на данный вопрос. Переход на дистанционное обучение для многих стал проблемой, студенты вынуждены находится в замкнутом пространстве и время, проводимое за компьютером, увеличилось, что вызывает проблемы со здоровьем и усталость у студенток.

Для выяснения проблем, возникших при переводе на дистанционное обучение по физической культуре, студенткам был задан вопрос анкеты “С какими проблемами вы столкнулись при переводе дисциплины “Физическая культура” в онлайн?” Студентки дали следующие ответы:

- 14% – нет проблем;
- 43% – большая загруженность по другим предметам;
- 18,3% – стесненные условия;
- 12,9% – трудно заставить себя заниматься самостоятельно;
- 5,4% – стесняюсь показывать условия проживания;
- 3,2% – трудно связаться с преподавателем;
- 3,2% – нет технических возможностей для видеозаписи занятия.

Мы сравнили результаты тестирования уровня физической подготовленности студенток специальной медицинской группы II и III курса в конце осеннего семестра 2019 г. и в конце осеннего семестра 2020 г. (табл. 1).

Проведенный анализ результатов тестирования уровня физической подготовленности студенток в 2019 и 2020 гг. показал, что достоверных изменений в уровне физической подготовленности студенток при переходе на дистанционную форму обучения не выявлено ни в одном тесте ($p > 0,05$). Это показывает, что во время очного обучения преподаватели очень хорошо провели воспита-

тельную работу со студентками, что позволило повысить их уровень мотивации к самостоятельным занятиям физической культурой и показать результаты тестирования не хуже, чем до пандемии Covid-19.

Заключение

1. Физическое воспитание специальной медицинской группы НИ ТГУ в условиях дистанционного обучения организовано на платформе LMS Moodle, режим взаимодействия преподавателя и студента асинхронный – раз в неделю преподаватель выкладывает в курс задание, студенты его выполняют и присылают видео-отчет.
2. Анализ проведенного анкетирования позволил выявить отношение студенток к новым условиям организации занятий и определить основные проблемы:
 - студентки специальной медицинской группы в основном сознательно относятся к занятиям физической культурой и могут достаточно определенно указать на их недостатки и высказать свои предпочтения и пожелания;
 - студентки положительно относятся к занятиям физической культурой в дистанционном формате, почти все девушки систематически занимаются физической культурой, занятия помогают им поддерживать себя в хорошей физической форме;
 - студентки специальной медицинской группы довольны программой курса, но существует ряд проблем, которые усложняют образовательный процесс. В связи переводом всего обучения в дистанционный формат, увеличилась загруженность по другим предметам, изменилась подача материала; у части студенток есть проблемы, такие как отсутствие интернета, плохие условия для съемки и монтажа видеоматериала, стесненные условия для выполнения комплексов упражнений.
3. Проведенный анализ результатов тестирования уровня физической подготовленности студенток в начале и в конце эксперимента показал, что достоверных изменений в уровне физической подготовленности студенток при переходе на дистанционную форму обучения не выявлено ни в одном тесте.

Литература

1. Морошенко Е.В., Лопатина З.Ф. Мотивация к занятиям физической культурой в условиях пандемии // Педагогика. Проблемы, перспективы, инновации. – 2020. – С. 89–91.
2. Правдов Д.М. Повышение качества профессиональной подготовки студентов факультета физической культуры на основе использования игровых компьютерных систем тестирования // Наука, образование и культура : сборник научных статей VIII международной научно-практической конференции / отв. ред. К.Е. Романова. – 2018. – С. 35–38.
3. Правдов М.А., Шутов А.Н., Правдов Д.М. Готовность педагогов факультета физической культуры к обучению студентов в условиях коронавирусной пандемии // Физическое воспитание в условиях современного образовательного процесса. – 2020. – С. 132–136.