

## ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА СТУДЕНТІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ НА ПРИКЛАДІ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМУ

**Адамчук Вадим**

*Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського*

*Кафедра теорії і методики спорту*

[vadimadamchuk@gmail.com](mailto:vadimadamchuk@gmail.com)

**Постановка проблеми.** Спортивний туризм є загальнодоступним засобом активного відпочинку та оздоровлення серед студентів. Виховання, навчання і розвиток фізичних якостей відбувається в процесі навчання, організації колективного похідного життя на спортивному маршруті та активної діяльності студентів у природних умовах. Фізична підготовка відіграє важливу роль при проходженні певних шляхів, які називають маршрутами, з подоланням природних або штучних перешкод. Тому успіх у складанні нормативів та участі у змаганнях залежить від фізичного стану та рівня підготовленості кожного студента.

**Обговорення.** Фізична підготовка – багаторічний складний процес, який повинен проводитись за принципом, поступовості та систематичності. За характером вправ та їх впливу на фізичний стан людини розрізняють загальну та спеціальну підготовку. Спеціальну фізичну підготовку набувають під час ранкової гімнастики, на практичних заняттях, у походах вихідного дня – за умови систематичності занять. Загальна фізична підготовка сприяє всебічному та гармонійному розвитку людини. Силу та витривалість дають організму в процесі занять інші види спорту, які викладаються в закладах вищої освіти: легка атлетика, плавання, спортивні ігри, гімнастика та інші.

**Рекомендації.** Організація навчального процесу при викладанні дисциплін з туризму повинна бути спрямована на збільшення практичних занять. Необхідно здійснювати планування занять з вирішенням наступних завдань:

- розвиток загальної фізичної підготовки;
- розвиток спеціальної підготовки студентів для участі в змаганнях та складанні нормативів;
- набуття похідного досвіду для організації та проходження маршрутів з активними способами пересування;
- формування туристських навичок.

## ЗАСТОСУВАННЯ MOODLE СЕРЕДОВИЩА В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ ПІД ЧАС ВИКЛАДАННЯ ДИСЦИПЛІНИ ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ

**Антонюк Андрій**

*Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського*

*Випускник магістратури кафедри теорії і методики фізичного виховання*

[andrushik123@gmail.com](mailto:andrushik123@gmail.com)

**Постановка проблеми.** [Moodle](#) (Modular Object-Oriented Dynamic Learning Environment, вимовляється «Мудл») це відкрита система управління навчанням, орієнтована на організацію взаємодії між викладачем та студентами, і яка також використовується для організації дистанційних курсів.

**Обговорення.** MOODLE є достатньо гнучкою системою: викладач може самостійно створювати дистанційний курс та управляти ним, тобто власноруч контролювати доступ до своїх курсів, використовувати часові обмеження, створювати власні системи оцінювання знань, контролювати надсилання на перевірку виконаних студентами завдань, фіксувати завдання, надіслані із запізненням, дозволяти або забороняти студентам перездавання контрольних завдань (модульних або підсумкових – заліків, іспитів) тощо.

**Рекомендації.** Система MOODLE надає зручні засоби управління контентом і різні форми організації занять. Дистанційний курс може містити різні елементи: лекції, практичні завдання, форум, чат тощо. При цьому можна використовувати текст, презентації, таблиці, схеми, графіку, відеоматеріали, посилання в мережі Інтернет, допоміжні файли та інші матеріали. За результатами виконання студентами завдань викладач може виставляти оцінки та давати коментарі.

## ОНЛАЙН СЕРВІСИ ВЗАЄМОДІЇ ЗІ СТУДЕНТАМИ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ

Асаулюк Інна

*Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського  
Кафедра теорії і методики фізичного виховання  
[innaasauliuk@gmail.com](mailto:innaasauliuk@gmail.com)*

**Постановка проблеми.** В сучасних умовах пандемії дуже гостро стоїть питання взаємодії зі студентами. Так, коли в багатьох містах і селах нашої області діє карантин через спалах коронавірусу, студенти переважно навчаються з дому. Відповідно постає питання, як найкраще спілкуватися, оскільки існує безліч варіантів підтримувати зв'язок онлайн і при цьому віддалено проводити пари.

**Обговорення.** Відзначимо, що досвід роботи у дистанційному режимі протягом першого семестру поточного року дозволяє назвати найбільш популярними корпоративними інструментами онлайн-спілкування – Google Hangouts Meet і Zoom, які використовуються по всьому світу. Обидва сервіси надають можливість спілкуватися за допомогою відеоконференцій, що дозволяє викладачам проводити відеозустрічі за допомогою різних додатків і пристроїв.

У кожній платформі є свої сильні і слабкі сторони, і один сервіс може більше відповідати вашим потребам в залежності від кількості учасників і того, які ще програми ви плануєте використовувати.

**Рекомендації.** У той же час додаткові функції можуть розширити можливості відеоконференцій. Як приклад, ви зможете проводити опитування, розділяти інтерактивну дошку з іншими користувачами, додавати до 1000 учасників за додаткову оплату і багато іншого. Однак, як показує практика ці додаткові платні функції в більшості нами не використовувались. У той же час, існує нагальна проблема, не завжди можливості провайдерів інтернет у селах, де проживають студенти, дають змогу вільного доступу використання усіх функцій дистанційного навчання без обмежень.