

резонанс в освітніх колах. Водночас питання покращення фізичної підготовленості студентів потребує вжиття дієвих заходів, які передбачають удосконалення підходів до роботи в галузі фізичного виховання та спорту в умовах дистанційного навчання. В умовах упровадження карантинних заходів це набуває надзвичайної актуальності, коли весь час студенти вимушені витратити лише на розумову активність. Саме тому питання збереження та покращання здоров'я студентської молоді, зважаючи на реалії сьогодення, є одним із найактуальніших.

Обговорення. В аспекті суттєвого погіршення психофізичної готовності студентської молоді питання збереження її здоров'я неможливо розглядати поза контекстом фізичного виховання, що має у цьому ракурсі неабияке соціальне значення. Саме тому питання збереження та покращення здоров'я студентської молоді, зважаючи на реалії сьогодення, є одним із найактуальніших. Адекватною та єдино можливою відповіддю на виклики сучасності є використання технологій дистанційного навчання студентів для ефективної реалізації їхнього фізичного виховання в умовах карантину. При цьому однією з ключових проблем стає належна організація фізкультурно-оздоровчої діяльності студентів для збереження їхнього здоров'я в умовах украї обмеженої рухової активності.

Рекомендації. В умовах карантину навчальний процес перемістився в онлайн-режим. Проте не тільки студентам, а й всім не потрібно забувати вдома дотримуватися основ здорового способу життя, режиму праці та відпочинку, харчування та занять фізичними вправами і фізичними навантаженнями.

Враховуючи таку ситуацію, закладам освіти необхідно забезпечувати умови для дистанційного навчання студентів, включаючи теоретичний та практичний блоки. При цьому, викладачі, опановуючи цифрові технології навчання, мають застосовувати найбільш вдалі методичні прийоми для опанування навчальної програми студентами на віддалі, підбирати такі тренування, відео-лекції, майстер-класи, завдання та комплекси вправ для розвитку фізичних якостей, що не потребують спеціального обладнання, інвентарю та можуть бути виконані в домашніх умовах.

ІНФОРМАЦІЙНІ ТРЕНДИ ІНДИВІДУАЛІЗАЦІЇ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ

Дяченко Анна

*Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського
Кафедра теорії і методики фізичного виховання
anna.diachenko@vspu.edu.ua*

Постановка проблеми. В умовах дистанційного навчання значно більша кількість студентів, замислюються про свій стан здоров'я та фізичну підготовленість, що підтверджено проведеним нами анкетуванням на початку навчального року. Доцільно говорити про підвищення рухової активності в умовах, що склалися.

Обговорення. Так, у просторах інтернет є певні додатки, що дозволяють реєструвати кількість локомоцій та дещо відрізняються у своїх функціях, серед них: «StepsApp», «Google Fit», «Шагомер», «Step Counter», «Step Tracker».

Відзначимо додаток «Pacer». Одразу наголосимо, що наша доповідь не є рекламою даного додатку, а лише описом досвіду його використання.

Отже, зазначений мобільний додаток реєструє кількість кроків, витрачених калорій і активного часу, витраченого на біг або ходьбу. Також є можливість, використовувати GPS для запису маршрутів пробіжок, прогулянок і поїздок на велосипеді. Відмітимо, що в даному додатку можна створювати групи любителів ходьби, і добавляти в них рідних і друзів, порівнюючи щоденні результати за кількістю кроків в режимі реального часу. При введенні ваги і зросту, програма автоматично підрахує ІМТ.

Рекомендації. У першому семестрі поточного року даний додаток знайшов широке застосування у під час роботи із групою ПСМ з боротьби факультету ФВіС ВДПУ імені М.Коцюбинського. Відзначимо, позитивні зміни мотивації студентів, певні позитивні сторони щодо можливості здійснення контролю навантаження. Як підсумок, можемо рекомендувати застосовувати в навчально-тренувальному процесі додаток «Pacer» з метою підвищення мотивації до регулярної рухової активності.

ВИКОРИСТАННЯ ПЛАТФОРМИ LMS COLLABORATOR ДЛЯ ВИКЛАДАННЯ ДИСЦИПЛІНИ ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ

Ковальчук Андрій

*Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського
Кафедра теорії і методики фізичного виховання*

andrii.kovalchuk@vspu.edu.ua

Постановка проблеми. Останнім часом здобуття вищої освіти в Україні та у світі все більш стає дистанційним і потребує нових засобів для отримання повноцінних знань.

Обговорення. LMS COLLABORATOR – це багатофункціональна платформа для адаптації, навчання, атестації та розвитку персоналу компаній з гнучкими можливостями інтеграції. За допомогою неї викладач може завантажувати власне відео, фото, тести, практичні, лекції, презентації, книги, статті та інший матеріали. Призначати завдання здобувачам вищої освіти, які включені у платформу та оцінювати їх, створювати звіт за період проходження дисципліни. LMS COLLABORATOR забезпечує зворотній взаємозв'язок між викладачем та студентами.

Рекомендації.

За допомогою LMS COLLABORATOR є можливість:

- в одній системі використовувати інструменти контролю і аналізу результатів навчання;
- автоматизувати необмежену кількість здобувачам вищої освіти, це працює в режимі 24/7;
- в реальному часі контролювати процеси і результати навчання всіх студентів і з максимально можливими подробицями та ін.