

Для залучення молодих людей до формування власного здоров'я, посиленню оздоровчого та профілактичного аспектів фізкультурно-оздоровчої діяльності необхідно на державному рівні розвивати спроби зі створення позитивної громадської думки про фізичний культуру та спорт, «модність» фізкультурно-оздоровчих занять та здорового способу життя. Це важливо, оскільки фізкультурно-оздоровча діяльність є типом діяльності, який на шляху до результату дозволяє знайти нові засоби підготовки, методи та умови мобілізації функціональних та рухових здібностей, неухильно розсувати межі їх кордонів. Крім того, вони мають можливість емоційного спортивно-видовищного впливу на велику кількість людей через середовище масової комунікації [3].

Висновки. Таким чином, виявлено, що політика держави у сфері формування здоров'я населення, зокрема студентської молоді, проводиться недостатньо активно. Культ здоров'я та здорового способу життя є життєво важливим лише у невеликій кількості людей. Хоча відомо, що на міжнародному рівні фізкультурно-оздоровча діяльність широко пропагується в засобах масової інформації, підтримується державою і є найважливішою складовою життєдіяльності кожного громадянина.

На наш погляд, для вирішення цієї проблеми необхідно використати можливості закладів освіти, які є найважливішим засобом соціалізації молоді. Викладачі з фізичного виховання повинні допомагати студентам у придбанні необхідної мотивації, заснованої на індивідуальних потребах, створюючи умови для отримання необхідних знань та способів досягнення цих знань, пропонуючи свободу вибору виду та форми діяльності для реалізації мотивації у формуванні здоров'я.

Можна сказати, що ЗВО має допомогти у вирішенні проблеми, що стоїть перед суспільством: сформувати у кожного студента потребу в постійному підвищенні своєї професійної підготовки, що включає і аспект здоров'я. Наявність такої потреби є важливою умовою та необхідною ознакою гармонійно розвиненої особистості.

Список використаних джерел

1. Білогур В. Є. Теоретико-методичне забезпечення фізичного виховання у вищих закладах освіти: Автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання: 24.00.02. Рівне, 2002. 18 с.
2. Драчук А. І. Оптимізація фізичного виховання студентів вищих закладів освіти гуманітарного профілю : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». Львів, 2001. 20 с.
3. Дрозд О. В. Фізичний стан студентської молоді західного регіону України та його корекція засобами фізичного виховання : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». Луцьк, 1998. 17 с.
4. Закон України «Про фізичну культуру і спорт». URL: http://www.kmu.gov.ua/control/ukpublish/art/icleart_id=159092&cat_id=43145.
5. Карпюк І. Ю. Цільова орієнтація на ціннісний пріоритет здоров'я у навчальному процесі фізичного виховання студентів. *Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту*. 2007. № 1. С. 44-47.
6. Солдатенко М. М. Самостійна пізнавальна діяльність у контексті Болонського процесу. *Підна школа*. 2005. С. 45-48.

Reference

1. Bilogur V. (2002). Theoretical and methodological provision of physical education in higher education institutions: *Abstract of Candidate's thesis*: 24.00.02. Rivne, Ukraine. 18.
2. Drachuk A. (2001). Optimization of physical education of students of higher educational institutions of the humanitarian profile: *Abstract of Candidate's thesis*: 24.00.02. Lvi, Ukraine. 20.
3. Drozd O. (1998). Physical condition of student youth of the western region of Ukraine and its correction by means of physical education: *Abstract of Candidate's thesis*: 24.00.02. Lutsk, Ukraine. 17.
4. Law of Ukraine "On physical culture and sport". URL: http://www.kmu.gov.ua/control/ukpublish/art/icleart_id=159092&cat_id=43145.
5. Karpuk I. (2007). Targeted orientation on the value priority of health in the educational process of physical education of students. *Pedagogy, psychology and medical-biol. problem physical education and sports*, 1, 44-47.
6. Soldatenko M. (2005). Independent cognitive activity in the context of the Bologna process. *Home school*, 45-48.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.3K(162).60

УДК 378.018.43:004]:[37.091.279.7:796]"364"(477)

Мунтян В.С.

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
доцент кафедри фізичного виховання

Національного юридичного університету імені Ярослава Мудрого, м. Харків
ORCID: 0000-0002-9133-684X

Попрошаєв О.В.

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,

доцент кафедри фізичного виховання
Національного юридичного університету імені Ярослава Мудрого, м. Харків
ORCID: 0000-0001-7059-341X

Джерелій В.В.
кандидат юридичних наук викладач кафедри фізичного виховання
Національного юридичного університету імені Ярослава Мудрого, м. Харків
ORCID: 0000-0001-5615-2714

ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ОНЛАЙН ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА ОЦІНКИ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Мета. Розкрити особливості організації та проведення онлайн занять з фізичного виховання та оцінки результатів навчання в умовах воєнного стану. Встановлені основні проблемні питання проведення практичних занять в складних і небезпечних умовах воєнного стану та відмінності у порівнянні з дистанційним навчанням і карантинними обмеженнями внаслідок пандемії Covid-19. Підкреслені особливості реалізації тематичного контролю з фізичного виховання, тестування рівня підготовленості студентів та оцінки результатів навчання. Дефіцит часу на засвоєння програмного матеріалу (навантаження за розкладом складає 2 години на тиждень, в середньому по чотири заняття на вивчення одного модуля/теми) не дозволяє вирішити проблему формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей студентів. Тому викладачі кафедри здійснюють акцент на засвоєння методичних рекомендацій для розвитку основних фізичних якостей та пошуку оптимальних варіантів організації та проведення студентами самостійних занять. **Висновки.** На якість і результативність проведення онлайн практичних занять впливає наявність об'єктивних (знаходження студентів у зоні бойових дій, або в регіонах постійних ворожих обстрілів, відсутність належних місць для занять, які залежить від регіону перебування, та інших обставин, пов'язаних з воєнними діями в країні; відсутність або перебої з електрикою, Інтернету та інших факторів) та суб'єктивних причин (мотивації студентів, бажання вивчати програмний матеріал, виконувати фізичні вправи для підтримання власного здоров'я, дисципліни та самодисципліни студента). Тестування рівня підготовленості відбувається в надзвичайних та неоднакових для всіх студентів умовах. Оцінка результатів навчання не є об'єктивною та відбувається на основі приблизних даних.

Ключові слова: фізичне виховання, студент, воєнний стан, оцінка, онлайн, особливості.

Muntian V., Poproshaiev O., Dzhereliy V. Peculiarities of organizing online physical education classes and assessment of learning outcomes in the martial law conditions. Purpose. To reveal the peculiarities of the organization and conducting online classes in physical education and assessment of learning outcomes during state of war. The main problematic issues of conducting practical classes in difficult and dangerous conditions during state of war and the differences compared to distance learning and quarantine restrictions due to the Covid-19 pandemic have been identified. Features of implementation of thematic control in physical education, testing the level of preparedness of students and evaluation of learning results were underlined. The lack of time to learn the program material (the workload according to the schedule is 2 hours per week, an average of four classes per module/topic) does not allow solving the problem of the formation of students' physical culture and health competencies. Therefore, the teachers of the department focus on learning methodological recommendations for the development of basic physical qualities and finding optimal options for organizing and conducting independent classes by students. **Conclusions.** The quality and effectiveness of conducting online practical classes is affected by the presence of objective factors (the presence of students in a combat zone or in regions of constant enemy fire, the lack of suitable places for classes, which depends on their location, and other circumstances related to hostilities in the country; lack or outages of electricity, Internet and other factors) and subjective reasons (students' motivations, desire to study program material, perform physical exercises to maintain their own health, discipline and self-discipline of the student). Testing of students' preparedness level takes place in extraordinary and not the same conditions for all students. Assessment of learning outcomes is not objective and is based on approximate data.

Key words: physical education, student, martial law, assessment, online, features.

Постановка проблеми. Відповідно до частини третьої статті 42, частини першої статті 79 Закону України «Про вищу освіту», Указу Президента України від 24 лютого 2022 року № 64/2022 «Про введення воєнного стану в Україні» [2], затвердженого Законом України від 24 лютого 2022 року № 573/2022 «Про продовження строку дії воєнного стану в Україні», затвердженого Законом України від 15 серпня 2022 року № 2500-ІХ, Наказу МОН України № 235 «Про деякі питання організації роботи закладів фахової передвищої, вищої освіти на час воєнного стану» від 07.03.2022 року [6]; наказів Ректора Університету «Про організацію навчального процесу у 2022-2023 навчальному році» (по семестрах), викладання навчальної дисципліни «Фізична культура» для студентів всіх факультетів НЮУ ім. Ярослава Мудрого здійснюється в дистанційно синхронному форматі, а саме: практичні

заняття проводяться дистанційно синхронно, відповідно до навчального розкладу, на платформі ZOOM.

Ситуація, в плані організації та проведення практичних занять в умовах воєнного стану, у порівнянні з дистанційним навчанням у зв'язку з карантинном, спричинений пандемією Covid-19 ускладнюється тим, що багато студентів знаходяться або у зоні бойових дій, або в регіонах постійних ворожих обстрілів. Також, у разі повітряної тривоги викладачі вимушені переривати заняття та наголосити на забезпечення мір безпеки (знаходження в бомбосховищах, інших безпечних місцях/укриттях, або дотримання «правила двох стін») та діяти заздалегідь розробленим алгоритмом дій у випадках небезпечних для здоров'я та життя студентів ситуаціях. Існує ряд інших проблем таких, як відсутність нормальних умов для занять, приміщень, електрики, Інтернету тощо.

Також, слід звернути увагу на проблему об'єктивності оцінки рівня підготовленості студентів, знань, вмінь та навичок в ситуації, що склалась. Про формування предметних та спеціальних компетентностей, які зазначені в Програмі навчальної дисципліни взагалі не йдеться. Однак, виклики сьогодення заохочують до пошуку шляхів оптимізації навчального процесу, підвищення рівня мотивації студентів до навчання та зокрема фізичного виховання і ведення здорового способу життя.

Дані обставини актуалізують проблему оптимізації процесу навчання, проведення онлайн занять з фізичного виховання на відповідному рівні, пошуку оптимальних способів і методів тестування рівня підготовленості і оцінки результатів навчання студентів в складних та небезпечних умовах, пов'язаних з агресією військ російської федерації проти України.

Аналіз літературних джерел. Своєрідним поштовхом для більш ретельного вивчення світового досвіду дистанційної освіти та впровадження широкомасштабних дистанційних форм навчання в закладах освіти України набуло особливого змісту у зв'язку з поширенням вірусу Covid-19. Тоді більшість вітчизняних закладів освіти не були готові до масового переходу від традиційних форм навчання до дистанційних. Особливо гостро стояло питання функціонування кафедр фізичного виховання, так як досвід проведення онлайн практичних занять з фізичного виховання до цього часу був відсутній. Проблема розбудови ефективної системи дистанційного навчання з фізичного виховання є актуальною та потребує особливого організаційного і науково-методичного підходу відповідно до стандартів вищої освіти [5].

Дистанційне навчання має свої переваги перед іншими формами завдяки своїй значно вищій інформативності та доступності, дає можливість індивідуалізації та вибору бажаного темпу навчання. Дистанційна освіта потребує підготовки спеціальних учбових курсів та забезпечує інтерактивну взаємодію викладачів зі студентами на різних етапах, дає можливість цілодобового доступу до навчальних матеріалів та організації самостійної роботи. Модульна система навчання дозволяє здійснити якісний контроль знань та ефективно тестування [8]. Дистанційне навчання сприяє формуванню навичок самостійної роботи, позитивно впливає на формування пізнавальної активності студентів. В процесі самостійних занять відбувається самоорганізація, самоосвіта, виховується працьовитість і самодисципліна студентів, формується позитивна мотивація до навчання/занять [5].

На даному етапі розвитку системи вищої освіти гостро стоїть питання мотиваційно-ціннісного ставлення студентської молоді до навчання, фізичного виховання, здорового способу життя та регулярної фізичної активності для підтримання і поліпшення власного здоров'я. Результати досліджень (компаративного аналізу за п'ять років) показують, що позитивно ставляться та дотримуються здорового способу життя – 53.8% у 2014 р. та 45,1% у 2019 р.; позитивне, але не дотримуються – 41.8 % у 2014 р. та 47.1% у 2019 р. і байдуже (індиферентне відношення до свого здоров'я) – 4.4% у 2014 р. та 7.8% у 2019 р. Результати компаративного аналізу підтвердили, що на сучасному етапі розвитку системи освіти спостерігається тенденція щодо зниження рівня мотиваційно-ціннісного ставлення студентської молоді до здорового способу життя і фізичної активності та, у зв'язку з цим, погіршення стану їх здоров'я. Так за п'ять років показники наявності шкідливих звичок погіршилися на 18.9%, а вживання алкоголю та паління на 18.6%; позитивного ставлення до фізичної культури у школі на 20.8% та до фізичного виховання в університеті на 20.8%. Бажання займатися спортом та фізичною активністю, показники гірше на 14.9% [4].

За останні роки значно зріс обсяг навчального навантаження студентів, гіподинамія, малорухомий спосіб життя стають причиною різних захворювань студентської молоді [9]. Потреби, мотиви та інтереси в галузі фізичного виховання мають свої вікові особливості і пов'язані з психологічним розвитком, соціальним формуванням особистості, темпераментом, соціально-економічними умовами життя конкретної сім'ї [10].

Тривала ситуація та обтяжливі заходи, пов'язані з пандемією Covid-19 негативно вплинуло на ефективність вищої освіти. Результати дослідження підкреслюють нагальну потребу в розробці втручань і профілактичних стратегій для вирішення проблеми психічного здоров'я студентів. Стало актуальним проблема пошуку механізмів подолання дезадаптивної поведінки, яка є предиктором депресії серед молоді. Автори підкреслюють, що адаптивне подолання, таке як прийняття та

проактивна поведінка, позитивно впливає на психічне здоров'я, але результати досліджень свідчать про те, що більшість учасників демонстрували неадаптивну поведінку. Виявлення поведінки студентів є важливим для планування та розробки систем підтримки та розробки програм психічного здоров'я для вирішення даної специфічної проблеми через використання їх природної позитивної поведінки [11].

Пандемія коронавірусу і супутні карантинні заходи представляли серйозну загрозу для психологічного благополуччя в усьому світі. Результати досліджень показали, що перебування на свіжому повітрі асоціюється з кращим психологічним благополуччям, тоді як більша самотність і більший щоденний час перед екраном комп'ютера асоціюються з гіршим самопочуттям. Крім того, вплив самотності на самопочуття був слабшим, коли учасники були на вулиці, ніж у приміщенні. Дані результати можуть мати вплив на політику охорони здоров'я для сприяння добробуту населення під час пандемій [12] (під час певних обмежень (прим. автора)).

Суттєво відрізняються від проблем дистанційної освіти у період пандемії Covid-19, виклики, які постали перед вищою освітою України у зв'язку з масштабним вторгненням російської федерації в Україну. Вони пов'язані із знищенням інфраструктури закладів вищої освіти, втратою кадрового потенціалу, скороченням фінансування вищої освіти, відтоком українських та іноземних студентів, забезпеченням академічної доброчесності у закладах вищої освіти в умовах воєнного стану [7].

Студенти є представниками основного трудового резерву країни, вони стануть батьками, і їх здоров'я і благополуччя є запорукою здоров'я і благополуччя всієї нації. Оскільки заняття з фізичного виховання найбільш ефективно впливають на покращення психоемоційного стану, здоров'я, фізичної підготовленості, було проаналізовано мотиваційні аспекти та ставлення здобувачів вищої освіти до занять з фізичного виховання. Виявлено, що рівень мотивації у студентів закладів вищої освіти значно знизився з початку війни. Однією з основних причин є пригнічений настрій, небажання вчитися, через події, які відбуваються в нашій країні. Тому оновлені підходи до проведення занять з фізичного виховання з урахуванням, реалій сьогодення матиме вплив на позитивне вирішення зазначеної проблеми [1].

Дистанційне навчання в умовах війни зіткнулося з рядом обмежень, серед яких - відсутність живого спілкування, що впливає на навчання та на погіршення стану психічного здоров'я і втрату мотивації. Сьогодні багато учасників освітнього процесу залучені у волонтерстві, працюють або перебувають у лавах Територіальної оборони або Збройних Сил України, багатьом з них стає складно пристосуватися до нових норм життя, тому не мають змоги приділяти навчанню стільки ж уваги, скільки до початку війни [3].

Мета статті. Розкрити особливості організації та проведення онлайн занять з фізичного виховання та оцінки результатів навчання в умовах воєнного стану.

Завдання дослідження:

1. Здійснити аналіз науково-методичної літератури з питань організації навчального процесу з фізичного виховання під час карантину, пов'язаного з пандемією Covid-19 та воєнного стану в Україні.

2. На основі педагогічних спостережень та практичного досвіду встановити основні проблемні питання пов'язані з проведенням практичних занять і оцінки результатів навчання в умовах воєнного стану та відмінності у порівнянні з дистанційним навчанням у зв'язку з карантинними обмеженнями внаслідок пандемії Covid-19.

3. Узагальнити дані, отримані під час дослідження, виділити та обґрунтувати проблемні питання стосовно особливостей організації навчального процесу та оцінки результатів навчання під час воєнного стану.

Методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, педагогічні спостереження, узагальнення теоретичних даних та результатів практичного досвіду.

Виклад основного матеріалу дослідження. У колективному зверненні спортивної спільноти Слобожанщини до Міністрів освіти і науки України: 1. Квіта С. М. (квітень 2016 р.); 2. Гриневич Л. М. (червень 2016 р.); 3. Шкарлета С. М. (січень 2021 р.) вказано, що «Фізичне виховання» – навчальна дисципліна, яка сприяє розвитку фізичних і духовних сил молодій людині, становленню її як особистості і, що дуже актуально, як захисника Вітчизни. Нажаль, після видання Міністерством освіти і науки України протягом 2014-2015 рр. низки наказів та інструктивних листів фізичне виховання перестала вважатися обов'язковою дисципліною, а в деяких у закладах вищої освіти була виключена з навчальних планів, значно зменшилася навчальне навантаження кафедр фізичного виховання та скоротився штат викладачів і ця тенденція продовжується. Відповідно до постанови Кабінету Міністрів України від 09.12.2015 р. № 1045 «Про затвердження Порядку проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України» протягом 2016 р. Міністерством освіти і науки України разом з Міністерством молоді та спорту, Міністерством внутрішніх справ та Міністерством оборони України, іншими органами виконавчої влади були розроблені тести і нормативи для проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України починаючи з травня 2017 року. Однак, виникає питання, яким чином реалізовувати вказану Постанову

та проводити попередню підготовку студентів до тестування на фоні закриття кафедр фізичного виховання та скорочення штату викладачів? Студенти отримують базову фізичну підготовку саме під час систематичних практичних занять з фізичного виховання у закладах вищої освіти. Тому було б доцільно закріпити навчальну дисципліну як обов'язкову та проводити заняття як мінімум чотири семестри (на першому та другому курсах).

Крім того, впровадження карантинних обмежень у зв'язку з пандемією Covid-19 призвело до переходу на змішану або дистанційну форму навчання. Студенти тривалий час проводять сидючи перед комп'ютером і це значно впливає на рівень їх фізичного та психічного здоров'я та порушення постави. Спостерігається порушення розпорядку дня, що веде за собою зміни в організмі молодшої людини та підвищує ризик розвитку патології центральної нервової системи. Неправильно обладнане робоче місце призводить до викривлення хребта, що в свою чергу порушує роботу внутрішніх органів та головного мозку, порушення зору. Внаслідок зниження фізичної активності та малорухливого способу життя спостерігається збільшення ваги, що в подальшому підвищує ризик розвитку ожиріння, гіпертонічної хвороби, цукрового діабету та інших захворювань серцево-судинної системи.

На даний час навчальна дисципліна «Фізичне виховання – це єдина дисципліна, яка виконує одночасно освітні, виховні та здоров'язберігаючі завдання і відіграє чи не найважливішу роль у підготовці студентської молоді до військової служби. Тому спортивна спільнота Слобожанщини звернулася з проханням: внести на розгляд Верховної Ради України проект Закону України про внесення змін до Закону України «Про вищу освіту» щодо сприяння руховій активності студентів; в стандартах вищої освіти для першого (бакалаврського) рівня для кожної спеціальності враховувати формування загальної компетентності випускника щодо здатності використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя, а також відповідних результатів навчання, зокрема щодо виконання встановлених державних нормативів фізичної підготовленості студентів.

Позитивні зміни відбулися у зв'язку з переглядом Стандарту вищої освіти першого (бакалаврського) рівня вищої освіти, галузі знань 08 Право, спеціальності 081 Право, затвердженого та введеного в дію Наказом Міністерства освіти і науки України від 20.07.2022 р. № 644. Так, у параграфі V. «Перелік обов'язкових компетентностей випускника», додано нова редакція загальної компетентності (ЗК13) «Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя».

Діяльність кафедр фізичного виховання повинна бути спрямовано на вирішення питань здобуття знань, вмінь, навичок та формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей студентів, якщо не на високому, то на достатньому науково-методичному рівні вищої освіти. Дана проблема може бути вирішена за рахунок політичної волі керівництва будь якого закладу вищої освіти згідно ст. 2, ч. 3, розд. I, Закону України «Про вищу освіту» (2014 р.) шляхом запровадження дисципліни «Фізичне виховання» як обов'язкову, визначення порядку діяльності кафедр та змісту програм навчання.

В умовах скорочення часу в розкладі проведення практичних занять з дисципліни «Фізична культура», де Програмою відведено 24 годин за семестр (12 занять), викладачі кафедри фізичного виховання НЮУ ім. Ярослава Мудрого спрямовують основний акцент на опанування студентами методики розвитку основних фізичних якостей та проведення самостійних занять з метою підтримання власного здоров'я в умовах вимушеної гіподинамії. Основним завданням кафедри фізичного виховання, як структурного підрозділу закладу вищої освіти, є формування у студентів позитивної мотивації та потреби в систематичних заняттях, фізкультурно-оздоровчих компетентностей організації і проведення самостійних занять, спрямованих на укріплення власного здоров'я, підвищення рівня підготовленості та функціональних можливостей організму.

Слід підкреслити, що у даному випадку варто розраховувати на дисципліну (під час проведення онлайн занять під керівництвом викладача) та самодисципліну і самосвідомість студентів в плані проведення самостійних занять. Однак, не слід розраховувати на те, що дисциплінований студент, який сумлінно виконує фізичні вправи перед камерою під час практичних занять, котрі проводяться на платформі Zoom, буде дотримуватися певних норм здорового способу життя та проводити регулярні самостійних занять для підтримання власного здоров'я та підготовки до тематичного контролю та тестових завдань. Тобто тут значно зростає роль самодисципліни студента.

На якість і результативність проведення онлайн практичних занять в умовах воєнного стану впливає наявність об'єктивних та суб'єктивних причин.

До об'єктивних причин можна умовно віднести: відсутність відповідного місця для занять (які залежить від регіону перебування студента, та інших обставин, пов'язаних з воєнними діями в країні), відсутність або перебої з електрикою, відсутністю або поганим Інтернет зв'язком інших факторів.

До суб'єктивних причин: мотивація студентів, бажання займатися, вивчати програмний матеріал, виконувати фізичні вправи для підтримання власного здоров'я, дисципліна та самосвідомість і самодисципліна студента.

У зв'язку з військовою агресією російської федерації проти України, на підставі Закону України "Про правовий режим воєнного стану", Указу Президента України №64/2022 «Про введення воєнного стану в Україні, та наказів Ректора Університету «Про організацію навчального процесу у 2022-2023 навчального року», викладання навчальної дисципліни «Фізична культура» здійснюється в дистанційно синхронному форматі, а саме: практичні заняття проводяться дистанційно синхронно, відповідно до навчального розкладу на платформі ZOOM.

В Програмі навчальної дисципліни «Фізична культура» НЮУ ім. Ярослава Мудрого зазначено, що фізична культура є навчальною дисципліною, яка викладається кафедрою фізичного виховання для студентів першого курсу на першому та другому навчальних семестрах. Всі студенти Університету, незалежно від медичної групи складають залік з навчальної дисципліни «Фізична культура».

Моніторинг знань студентів з навчальної дисципліни здійснюється шляхом поточного контролю (ПК) протягом курсу практичних занять та підсумкового контролю знань (ПКЗ) під час заліку.

Оцінювання результатів засвоєння навчального матеріалу здійснюється на основі накопичувальної бально-рейтингової системи.

Поточний контроль знань студентів включає:

- контроль якості засвоєння студентами програмного матеріалу навчальної дисципліни на практичних заняттях із застосуванням таких засобів: вирішення практичних завдань або задач, рухова активність під час практичних занять, підготовка та проведення частини заняття (розминки тощо), розробка індивідуальних планів для самостійних занять, написання та захист тематичного реферату (для студентів, які за станом здоров'я відносяться до спеціальної медичної групи або тимчасового звільнення від практичних занять через хворобу), виконання контрольних вправ (модульний контроль). Поточний контроль має на меті перевірку рівня підготовки студента до вивчення поточного матеріалу. У ході практичного заняття студент може отримати оцінку за шестибальною шкалою (0, 1, 2, 3, 4, 5);

- контроль якості засвоєння студентами програмного матеріалу навчальної дисципліни, що проводиться наприкінці модулів у формі виконання контрольних вправ (тестування рухових якостей) по завершенні кожного модуля. Оцінка за тестовий модульний контроль зараховується з коефіцієнтом 2. Виконання студентами контрольних вправ відбувається дистанційно (на платформі ZOOM або відео звітів студентів з виконання контрольних вправ за посиланнями, які розміщуються на платформі Moodle (HEIK).

Впродовж семестру студенти виконують завдання для самостійної роботи (підготовка та проведення частини заняття, розробка індивідуальних планів для самостійних занять, виконання тестових завдань, написання та захист тематичного реферату тощо). Максимальна кількість балів за самостійну роботу – 10 балів.

Формою підсумкового контролю знань здобувачів вищої освіти з навчальної дисципліни «Фізична культура» за кожен семестр є залік за результатами практичних занять (комплексна перевірка і оцінка знань, рухових умінь і навичок та рівня фізичної підготовленості). Максимальна оцінка результатів поточного контролю (рухова активність під час практичних занять) 50 балів, самостійну роботу – 10 балів, максимальна оцінка за тестовий модульний контроль (контрольні вправи) 40 балів. Максимальна кількість балів, яку студент може отримати за підсумковий контроль, становить 100 балів. Для семестрового заліку студенту необхідно отримати *min* 60 балів.

Критерії оцінювання результатів навчання. Студент може отримати максимальну оцінку 5 балів, якщо сумлінно виконує обсяг рухового навантаження, активний та проявляє зацікавленість під час практичних занять. Оцінка може бути знижена з 5 балів до 1 у випадках коли студент не вмикає камеру без поважних причин (за винятком об'єктивних причин, наприклад, відсутність світла та Інтернету, або якщо в місті перебування студента лунає повітряна тривога тощо), студент формально та не в повному обсязі виконує заплановане навчальне завдання, відсутня навчальна мотивація, без дозволу виходить з Zoom (сеансу), імітує технічні несправності та не намагається встановити контакт зі старостою групи або викладачем. Студент не отримує балів (нуль), якщо він відсутній на практичному занятті.

Студент отримує залік за навчальний семестр за результатами відвідування практичних занять, виконання самостійної роботи та складання контрольних вправ/тестування рівня фізичної підготовленості та набирає *min* 60 балів. Відпрацювання пропущених занять здійснюється за графіком індивідуальних та групових консультацій або за графіком занять викладача з іншими

академічними групами.

Однак враховуючи об'єктивну ситуацію, яка склалася у зв'язку з введенням воєнного стану (відсутність світла та Інтернету, вимушеним перериванням занять під час, коли лунає повітряна тривога тощо), а також з причинами суб'єктивного характеру, коли, наприклад, не добросовісні студенти можуть «імітувати» причини, які, за своїм характером відносяться до об'єктивних, а насправді не є такими, відтворюються багато питань щодо реальної картини процесу навчання та оцінки рівня підготовленості конкретного студента. У даному випадку, викладач не може бути впевнений, що він об'єктивно оцінює кожного студента, виходячи з причин, які були перераховані вище. Така ж ситуація, щодо інших пунктів виконання планового обсягу навантаження студентів, особливо щодо оцінки самостійної роботи студента.

Ситуація ще більш ускладнюється у другому семестрі, коли студенти розуміють, що в них немає диференційованого заліку, та, якщо студент набрав 60 балів – він отримає залік. Таким чином, рівень мотивації студентів в другому семестрі в деяких випадках стрімко падає і результати навчання за перший семестр кращі (вище) ніж за другий. Причина полягає у недосконалості критеріїв оцінювання результатів навчання, тобто системи визначення реальних результатів, а не формальної реєстрації студента на курс, а по суті його перебування задля отримання заліку.

Студенти, які за станом здоров'я відносяться до підготовчої та спеціальної медичних груп, які мають протипоказання до фізичного навантаження, виконання вправ замість тематичного контролю (виконання тестових завдань) пишуть та захищають реферат на задану тему (наприклад, «Методика розвитку швидкісних якостей»).

Таким чином, до питань оптимізації навчального процесу з фізичного виховання студентів в закладах вищої освіти можна віднести:

- мотиваційно-ціннісне ставлення до фізичного виховання, фізичної активності та здорового способу життя учасників навчального процесу: керівництва ЗВО, викладачів та студентів. Мотивація викладачів. «Фізичне виховання» часто вважають другорядною дисципліною і відношення до кафедр та зокрема викладачів фізичного виховання відповідна. Мотивація студентів. Формування позитивної мотивації до регулярних занять пояснення та доведення до студентів про місце і ролі ФВ, оптимальну дозу рухової активності і користь занять, підвищення рівня адаптації організму до мінливих умов зовнішнього середовища;

- формування навичок самостійної роботи студентів (вивчення навчально-методичних та відео матеріалів, методичних рекомендацій щодо розвитку фізичних якостей, ознайомлення з програмою курсу, критеріями оцінювання, вимогами тестування рівня підготовленості тощо. В процесі самостійних занять відбувається самоорганізація, самоосвіта, виховується працьовитість і самодисципліна студентів, формується позитивна мотивація до навчання (занять);

- якість і структура навчальних курсів, так само як і якість викладання при дистанційному навчанні, часто набагато краща, іноді ефективніше ніж при традиційних формах (викладачі більш ретельно здійснює підготовку до навчальних занять).

Висновки. На результативність проведення онлайн практичних занять на час воєнного стану впливає наявність об'єктивних (знаходження студентів у зоні бойових дій, або в регіонах ворожих обстрілів, відсутність належних місць для занять, відсутність або перебої з електрикою, Інтернету та інших факторів) та суб'єктивних причин (мотивації, бажання вивчати програмний матеріал, виконувати фізичні вправи для підтримання власного здоров'я, дисципліни та самодисципліни студента). З причин дефіциту часу на засвоєння програмного матеріалу, коли навантаження за розкладом складає 2 години на тиждень, по чотири заняття на вивчення одного модуля/теми, вирішити проблему формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей студентів майже неможливо. Тому викладачі кафедри здійснюють акцент на засвоєння основних методичних рекомендацій розвитку фізичних якостей та пошуку оптимальних варіантів проведення студентами самостійних занять. Тестування рівня підготовленості на час воєнного стану відбувається в надзвичайних та не однакових для всіх студентів умовах. Оцінка результатів навчання не є об'єктивною та відбувається на основі приблизних даних.

Список використаних джерел

1. Бойко, Г., Козлова, Т., Шарафутдінова, С. Дослідження мотивації до занять з фізичного виховання в умовах воєнного стану. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*, 2023. № 1(159), С. 12-14.

2. Закон України «Про затвердження Указу Президента України "Про введення воєнного стану в Україні"» від 24 лютого 2022 року № 64/2022 URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2102-20#Text>

3. Кокарева А. М. Особливості дистанційного навчання здобувачів вищої освіти в умовах війни. *Актуальні проблеми вищої професійної освіти*. 2022. С. 52-53

4. Мунтян, В.С., Попрошаєв, О.В. Мотиваційно-ціннісне ставлення студентів до навчання, фізичного виховання і здорового способу життя: компаративний аналіз. *Науковий часопис НПУ*

ім. М.П. Драгоманова. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 2020. Вип. 5(125) 20, С. 109–115.

5. Мунтян В. С. Питання організації дистанційного навчання з фізичного виховання. *Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2021. Вип. 3К(131) 21, С. 279–284.

6. Наказ МОН України № 235 «Про деякі питання організації роботи закладів фахової передвищої, вищої освіти на час воєнного стану» від 07.03.2022 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0235729-22#Text>

7. Шевчук, І., Шевчук, А. Освітня аналітика кризь призму війни: виклики та можливості для вищої школи України. *Економіка та суспільство*. 2022. № 39. URL: <https://doi.org/10.32782/2524-0072/2022-39-80>

8. Штихно, Л. В. Дистанційне навчання як перспективний напрям розвитку сучасної освіти. *Молодий вчений*. 2016. № 6 (33), С. 489-493.

9. Hakman, A. Medved, A., Moseychuk, Y., Muzhychok, V. Analysis of features of motivational priorities to recreation and recreational activities of different groups of people. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2017. № 2 (38). С. 85-90.

10. Heckhausen, J., & Heckhausen, H. (Eds.). *Motivation and action* (2nd ed.). Cambridge University Press. 2008.

11. Son C, Hegde S, Smith A, Wang X, Sasangohar F Effects of COVID-19 on College Students' Mental Health in the United States: Interview Survey Study. *J Med Internet Res*. 2020. № 22(9): e21279 DOI: [10.2196/21279](https://doi.org/10.2196/21279)

12. Stieger S, Lewetz D, Swami V. Psychological well-being under conditions of lockdown: An experience sampling study in Austria during the COVID-19 Pandemic. *PsyArXiv.com*. 2020.

References

1. Boyko, H., Kozlova, T., & Sharafutdynova, S. (2023). Doslidzhennya motyvatsiyi do zanyat' z fizychnoho vykhovannya v umovakh voyennoho stanu. *Naukovyy chasopys Natsional'noho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Dragomanova. Seriya 15. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoyi kul'tury (fizychna kul'tura i sport)*, 1(159), 12-14.

2. Zakon Ukrayiny "Pro zatverdzhennya Ukazu Prezydenta Ukrayiny "Pro vvedennya voyennoho stanu v Ukrayini" vid 24 lyutoho 2022 roku № 64/2022. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2102-20#Text>

3. Kokaryeva A. M. (2022). Osoblyvosti dystantsiynoho navchannya zdobuvachiv vyshchoyi osvity v umovakh viyny. *Aktual'ni problemy vyshchoyi profesiynoi osvity*. 52-53

4. Muntyan, V.S., Poproshayev, O.V. (2020). Motyvatsiyno-tsinnisne stavlennya studentiv do navchannya, fizychnoho vykhovannya i zdorovoho sposobu zhyttya: komparatyvnyy analiz. *Naukovyy chasopys NPU im. M.P. Dragomanova. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoyi kul'tury (fizychna kul'tura i sport)*, 5(125) 20, 109–115.

5. Muntyan V. S. (2021). Pytannya orhanizatsiyi dystantsiynoho navchannya z fizychnoho vykhovannya. *Naukovyy chasopys NPU im. M.P. Dragomanova. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoyi kul'tury (fizychna kul'tura i sport)*, 3K(131) 21, 279–284.

6. Nakaz MON Ukrayiny № 235 "Pro deyaki pytannya orhanizatsiyi roboty zakladiv fakhovoyi peredvyshchoyi, vyshchoyi osvity na chas voyennoho stanu" vid 07.03.2022. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0235729-22#Text>

7. Shevchuk, I., & Shevchuk, A. (2022). Osvitnya analytika kriz' pryzmu viyny: vyklyky ta mozhlyvosti dlya vyshchoyi shkoly Ukrayiny. *Ekonomika ta suspil'stvo*, 39. <https://doi.org/10.32782/2524-0072/2022-39-80>

8. Shtykhno, L. V. (2016). Dystantsiynе navchannya yak perspektyvnyy napryam rozvytku suchasnoyi osvity. *Molodyy vchenyy*, 6 (33), 489-493.

9. Hakman, A. Medved, A., Moseychuk, Y., & Muzhychok, V. (2017). Analysis of features of motivational priorities to recreation and recreational activities of different groups of people. *Physical education, sports and health culture in modern society*, 2 (38), 85-90.

10. Heckhausen, J., & Heckhausen, H. (Eds.). (2008). *Motivation and action* (2nd ed.). Cambridge University Press.

11. Son C, Hegde S, Smith A, Wang X, Sasangohar F. (2020). Effects of COVID-19 on College Students' Mental Health in the United States: Interview Survey Study *J Med Internet Res* 2020;22(9):e21279 DOI: [10.2196/21279](https://doi.org/10.2196/21279)

12. Stieger S, Lewetz D, Swami V. (2020). Psychological well-being under conditions of lockdown: An experience sampling study in Austria during the COVID-19 Pandemic. *PsyArXiv.com*.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.3K(162).61

УДК 378.147:796.012.656

Napalkova T.

Senior Lecturer at the Department of physical training, Olympic and Non-Olympic sports
National University "Zaporizhzhia Polytechnic", Zaporizhzhia
ORCID: 0000-0002-5928-6117

Milkina O.

Senior Lecturer at the Department of physical training, Olympic and Non-Olympic sports
National University "Zaporizhzhia Polytechnic", Zaporizhzhia
ORCID: 0000-0003-1678-3217

FEATURES OF PHYSICAL EDUCATION CLASSES AND THEIR EFFECTS ON INCREASE OF PHYSICAL
WORKABILITY OF FEMALE STUDENTS AND THE COURSE