

specialnostej zasobamy interaktyvnogo navchannya [Formation of English lexical competence in students of economic specialties by means of interactive learning]: avtoref. dys. na zdobuttya nauk. stupenya kand. ped. nauk: specz. 13.00.02 «Teoriya ta metodyka navchannya: germanski movy». Kyiv, 2007. 26 p.

7 Kobzeva N.A. “Edutainment kak sovremennaja tehnologija obuchenija [Edutainment as a modern learning technology]”. Jaroslavskij pedagogicheskij vestnik: sb. ped. tr. Jaroslavl': Vysshaja shk., 2012. №4: Psiho-pedagogicheskie nauki, vyp. 2. P. 192-195. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/edutainment-kak-sovremennaya-tehnologiya-obucheniya/viewer>

8. Serdyukov, P., Does online learning need a special pedagogy? Journal of Computing Information Technology, Vol-23, # 1, 2015. P. 61-74.

9. Ushinskij K.D. “Pedagogicheskie sochinenija v dvuh tomah [Pedagogical essays in two volumes]”. Moskva:

Pedagogika, 1974. 357 p.

10. Badan, A., Onishchenko, N. Multimedia technologies in foreign language learning under pandemic. Proceedings of the 5th International Conference on Computational Linguistics and Intelligent Systems (COLINS 2021). Volume I: Main Conference. Lviv, Ukraine, April 22-23, 2021. Vol-2870. P. 642-656. ISSN 1613-0073, CEUR-WS.org (<http://ceur-ws.org/>)

11. Kats Dzh. “Pokolenija i stili obuchenija [Generations and learning styles]”. Moskva: MAPDO, 2011. 221p.

12. Resnick, M. Edutainment? No thanks. I prefer playful learning, Associazione Civita, 2004. Vol-1, no. 1, P. 2-4.

(Resnick, 2004: 3). URL:<http://web.media.mit.edu/~mres/papers/edutainment.pdf>

Надійшла (received) 30.09.2021

Відомості про авторів / Сведения об авторах / About the Authors

Бац Анастасія Сергіївна (Bats Anastasiia) – магістрант Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна, спеціальність: 035 Філологія, м. Харків, Україна

УДК 37.015.3:614.46

doi: 10.20998/2227-6890.2021.1.09

Н.Ю. БОРЕЙКО, Л.Л. АЗАРЕНКОВА, С.О. ГЛЯДЯ, О.В. ЮШКО

ОРГАНІЗАЦІЯ НАВЧАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ

За останні два роки через пандемію COVID – 19 дуже значно змінилися умови навчання, і усі заклади освіти намагаються пристосуватися до нових викликів, знайти ефективні рішення. В НТУ «ХПІ», як і в більшості університетів, у 2020 – 2021 навчальних роках заняття проводились у дистанційній та змішаній формі навчання. Тому актуально розглянути питання організації навчальних занять під час пандемії. Фізичне виховання – це одна з дисциплін в університеті, яка спрямована на гармонійний розвиток студента, дозволяє сформувати високу працездатність та адаптивність до умов праці, через забезпечення високого рівня здоров'я. Тому метою дослідження є визначення основних засобів організації фізичного виховання в університеті в умовах пандемії. Проаналізовано теоретичні відомості щодо організації навчального процесу з фізичного виховання у студентів. Розроблено комплекс заходів для удосконалення навчального процесу з фізичного виховання студентів. Визначено ефективність експериментальних засобів організації фізичного виховання в університеті в умовах пандемії. Надано рекомендації щодо організації навчального процесу з фізичного виховання студентів в умовах пандемії. Використано такі методи дослідження, як: аналіз і узагальнення науково-методичної літератури з проблем організації фізичного виховання в університеті, педагогічне спостереження за навчальним процесом з фізичного виховання в НТУ «ХПІ»; анкетування студентів; математично-статистичні методи. У ході дослідження було розглянуто основні положення щодо організації занять з фізичного виховання у студентів в сучасних умовах. Представлено комплекс заходів для удосконалення занять з фізичного виховання під час пандемії, що дозволив не зупинити навчальний процес для студентів з освітнього компоненту «Фізичне виховання». Комплекс заходів включав: написання рефератів, виконання практичних робіт (складання комплексу вправ з свого виду спорту; виконання практичної роботи «Антропометричні вимірювання і оцінка функціонального стану»; виконання практичної роботи «Карта індивідуального латерального профілю»; виконання практичної роботи «Визначення добової енерговитрати людини»). А також визначено ефективність експериментальних засобів організації фізичного виховання в університеті. В дослідженні представлені рекомендації щодо організації навчального процесу з фізичного виховання студентів в умовах пандемії: 1) Студенти повинні мати чіткі методичні рекомендації щодо виконання практичних робіт. 2) Студенти повинні розуміти та контролювати хід своєї роботи. 3) Студенти повинні мати комплекси фізичних вправ протягом дня (ранкова пробіжка, фізкультурні паузи під час роботи за комп'ютером, смартфоном тощо) та їх виконувати. 4) Обов'язково, викладачі забезпечують впровадження зворотного зв'язку зі студентами та кураторами. 5) Пропонувати студентам цікаві для самопізнання та саморозвитку практичні та теоретичні завдання. За результатами дослідження визначено необхідність впровадження різних практичних завдань з фізичного виховання для студентів з метою підвищення їх теоретичної підготовки, формування ціннісного ставлення до занять фізичної культури і спорту, що дозволяє студентам більше пізнати себе, мотивуючи на самостійні заняття з рухової активності.

Ключові слова: студенти, організація, комплекс засобів з фізичного виховання, фізичне виховання, пандемія, навчальні заняття, дистанційне навчання, змішана форма навчання.

Н.Ю. БОРЕЙКО, Л.Л. АЗАРЕНКОВА, С.А. ГЛЯДЯ, А.В. ЮШКО

ОРГАНИЗАЦИЯ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ

За последние два года из-за пандемии COVID-19 очень значительно изменились условия обучения, и все учебные заведения пытаются приспособиться к новым вызовам, найти эффективные решения. В НТУ «ХПИ», как и в большинстве университетов, в 2020-2021 учебных годах занятия проводились в дистанционной и смешанной форме обучения. Поэтому актуально рассмотреть вопросы организации учебных занятий во время пандемии. Физическое воспитание – это одна из дисциплин в университете, направленная на гармоничное развитие студента, позволяющая сформировать высокую работоспособность и адаптивность к условиям труда через обеспечение высокого уровня здоровья. Поэтому целью исследования является определение основных средств организации физического воспитания в университете в условиях пандемии. Проанализированы теоретические сведения организации учебного процесса по физическому воспитанию студентов. Разработан комплекс мер по усовершенствованию учебного процесса по физическому воспитанию студентов. Определена эффективность экспериментальных средств организации физического воспитания в институте в условиях пандемии. Предложены рекомендации по организации учебного процесса по физическому воспитанию студентов в условиях пандемии. Используются такие методы исследования, как: анализ и обобщение научно-методической литературы по проблемам организации физического воспитания в университете; педагогическое наблюдение за учебным процессом по физическому воспитанию в НТУ «ХПИ»; анкетирование студентов; математико- статистические методы. В ходе исследования были рассмотрены основные положения по организации занятий по физическому воспитанию у студентов в современных условиях. Представлен комплекс мероприятий по усовершенствованию занятий по физическому воспитанию во время пандемии, что позволило не останавливать учебный процесс для студентов по образовательному компоненту «Физическое воспитание». Комплекс мероприятий включал: написание рефератов, выполнение практических работ (составление комплекса упражнений по своему виду спорта; выполнение практической работы "Антропометрические измерения и оценка функционального состояния"; выполнение практической работы «Карта индивидуального латерального профиля»; выполнение практической работы «Определение суточной энергозатраты человека»). Также определена эффективность экспериментальных средств организации физического воспитания в университете. В исследовании представлены рекомендации по организации учебного процесса по физическому воспитанию студентов в условиях пандемии: 1) Студенты должны иметь четкие методические рекомендации по выполнению практических работ. 2) Студенты должны понимать и контролировать ход своей работы. 3) Студенты должны иметь комплексы физических упражнений в течение дня (утренние пробежки, физкультурные паузы во время работы за компьютером, смартфоном и т.д.) и их выполнять. 4) Обязательно, преподаватели обеспечивают внедрение обратной связи со студентами и кураторами. 5) Предлагать студентам интересные для самопознания и саморазвития практические и теоретические задачи. По результатам исследования определена необходимость внедрения различных практических задач по физическому воспитанию для студентов с целью повышения их теоретической подготовки, формирования ценностного отношения к занятиям физической культурой и спортом, так как это позволит студентам больше познать себя, мотивируя на самостоятельные занятия по двигательной активности.

Ключевые слова: студенты, организация, комплекс средств по физическому воспитанию, физическое воспитание, пандемия, учебные занятия, дистанционное обучение, смешанная форма.

N. YU. BOREYKO, L. L. AZARENKOVA, S. O. GLYADYA, O. V. YUSHKO

ORGANIZATION OF EDUCATIONAL CLASSES IN PHYSICAL EDUCATION IN A PANDEMIC

Over the last two years, due to the COVID-19 pandemic, learning conditions have changed significantly and all educational institutions are trying to adapt to new challenges and find effective solutions. In NTU "KhPI", as in most universities, in the 2020-2021 academic years classes were held in distance and blended learning. Therefore, it is important to consider the organization of training sessions during the pandemic. Physical education is one of the disciplines at the university, which is aimed at the harmonious development of the student, allows to form a high efficiency and adaptability to working conditions, through ensuring a high level of health. Therefore, the aim of the study is to determine the main means of organizing physical education at the university in a pandemic. Objectives of the study: analyze theoretical information on the organization of the educational process of physical education in students; develop a set of measures to improve the educational process of physical education of students; to determine the effectiveness of experimental means of organizing physical education at the university in a pandemic; provide recommendations for the organization of the educational process of physical education of students in a pandemic. Research methods: analysis and generalization of scientific and methodological literature on the

organization of physical education at the university; pedagogical supervision of the educational process of physical education at NTU "KhPI"; survey of students; mathematical and statistical methods. In the course of the research the main provisions on the organization of physical education classes for students in modern conditions were considered. A set of measures to improve physical education classes during the pandemic was presented, which allowed not to stop the educational process for students in the educational component of "Physical Education". The set of activities included: writing essays, performing practical work: compiling a set of exercises in their sport; performance of practical work "Anthropometric measurements and assessment of functional status"; performance of practical work "Map of individual lateral profile"; implementation of practical work "Determination of daily human energy consumption". The effectiveness of experimental means of organizing physical education at the university is also determined. The study presents recommendations for the organization of the educational process of physical education of students in a pandemic: 1) Students should have clear guidelines for practical work. 2) Students must understand and control the course of their work. 3) Students must have a set of physical exercises during the day (morning exercise, sports breaks while working on a computer, smartphone, etc.) and perform them. 4) Teachers must provide feedback to students and curators. 5) To offer students interesting for self-knowledge and self-development practical and theoretical tasks. According to the results of the study, the need to introduce various practical tasks in physical education for students in order to improve the theoretical training of students, the formation of values in physical culture and sports, because it will allow students to learn more about themselves, motivates them to independent physical activity.

Key words: students, organization, complex of means on physical education, physical education, pandemic, educational employment, distance learning, mixed form.

Постановка проблеми. За останні два роки через пандемію COVID – 19 дуже значно змінились умови навчання, і всі заклади освіти намагаються пристосуватися до нових викликів, знайти ефективні рішення. В НТУ «ХПІ», як і в більшості університетів, у навчальних 2020 – 2021 роках заняття проводились за дистанційною та змішаною формою навчання.

Фізичне виховання – це одна з дисциплін в університеті, яка спрямована на гармонійний розвиток студента, дозволяє сформувати високу працездатність та адаптивність до умов праці через забезпечення високого рівня здоров'я.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. На сьогодні велика кількість науковців у сфері фізичної культури та спорту (Н. Кулик, О. Кузнецова, Б. Зубрицький, О. Сініцина, Л. Товкун, М. Царьова та інші) відмічають зниження рівня здоров'я у студентської молоді. В умовах пандемії, коли у більшості населення знижений імунітет, у великій кількості необхідні заходи з його підвищення, і фізична активність є таким ефективним засобом. Але організація фізичного виховання в умовах пандемії стала дуже важким завданням і потребує свого вирішення.

Мета дослідження – визначити основні засоби організації фізичного виховання в університеті в умовах пандемії.

Відповідно до мети визначенні такі завдання дослідження:

1) Проаналізувати теоретичні відомості щодо організації навчального процесу з фізичного виховання у студентів.

2) Розробити комплекс заходів для удосконалення навчального процесу з фізичного виховання студентів.

3) Визначити ефективність експериментальних засобів організації фізичного виховання в університеті в умовах пандемії.

4) Надати рекомендації щодо організації навчального процесу з фізичного виховання студентів в умовах пандемії.

Для досягнення мети використанні наступні методи дослідження: аналіз і узагальнення науково-методичної літератури з проблем організації фізичного виховання в університеті; педагогічне спостереження за навчальним процесом з фізичного виховання в НТУ «ХПІ»; анкетування студентів; математично-статистичні методи.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми, котрим присвячується дана стаття. Відповідно до Листа Міністерства освіти і науки України від 25.09.2015 року, керівники закладів вищої освіти несуть персональну відповідальність за забезпечення, розвиток та модернізацію фізичного виховання студентів, а також підготовку та оприлюднення щорічного звіту про стан фізичного виховання та спорту в навчальному закладі. Це положення є незмінним і під час пандемії, тому кафедра фізичного виховання повинна забезпечити умови для реалізації цього положення.

Виклад основного матеріалу дослідження. Пандемія COVID – 19, яка вже два роки впливає на життя усього людського суспільства, внесла багато коректив на існування правил, установ, які склались на протязі століть і вимусила по новому вирішувати проблеми, в тому числі і в освіті. Ситуація, яка склалась в березні 2020 року була новою в історії людства і необхідно було її вирішувати негайно (для університетів необхідно було організувати дистанційне навчання). Для організації теоретичних занять дистанційні форми вже були апробовані в попередні роки, для практичних занять – це певний новий виклик.

Першим завданням для студентів 1-3 курсів було написання реферату за заданими темами:

1. Фізична культура у сучасному суспільстві. 2. Законодавча основа фізичної культури та спорту. 3. Фізична культура і система фізичного виховання у вищих навчальних закладах. 4. Основи організації фізичного виховання та спорту у вищих навчальних закладах. 5. Фізична культура і спорт у системі загальнолюдських цінностей, забезпечення здоров'я

і фахової дієздатності. 6. Фізична культура і спорт у системі навчання майбутніх фахівців. 7. Вплив рухової активності на тривалість життя людини. 8. Основи системи забезпечення працездатності та її відновлення засобами фізичної культури і спорту. 9. Вплив занять фізичною культурою і спортом на розумову працездатність. 10. Вплив фізичної культури і спорту на працездатність студентів в навчальному процесі. 11. Заняття фізичною культурою і спортом як засіб дії на емоційну сферу студентів. 12. Заняття фізичною культурою і спортом як засіб естетичного виховання студентів. 13. Виховання вольових рис характеру під час занять фізичною культурою і спортом. 14. Умови формування позитивних рис особистості на заняттях фізичною культурою і спортом у студентів. 15. Фізичний стан і методи його оцінки. 16. Методи фізичного удосконалення студентів. 17. Методика організації і проведення занять з обраної спеціалізації. 18. Основи методики навчання руховим діям з обраної спеціалізації.

19. Розвиток рухових якостей під час занять фізичною культурою і спортом. 20. Правила та методи самостійних занять фізичними вправами. 21. Значення гігієнічних норм та вимог на заняттях фізичною культурою. 22. Соціальне і педагогічне значення рухової діяльності. 23. Здоровий спосіб життя - основа здоров'я і довголіття. 24. Шкідливі звички: наркоманія, паління, токсикоманія, алкоголізм та їх наслідки. 25. Гігієна харчування і попередження кишечно-шлункових захворювань. 26. Роль органів травлення, дихання та кровообігу в житті людини. 27. Діагностика і самодіагностика стану організму при регулярних заняттях фізичними вправами та спортом. 28. Лікарський контроль, самоконтроль і техніка безпеки у процесі фізичного удосконалення. 29. Методичні рекомендації для самостійних занять з фізичними навантаженнями. 30. Оздоровче, прикладне значення занять фізичною культурою і спортом. 31. Фізична підготовка в системі фізичного удосконалення людини. 32. Основи професійно-прикладної фізичної підготовки. 33. Теоретико-методичні основи оздоровчого тренування. 34. Основи методики розробки індивідуальної оздоровчої та тренувальної програми з обраного виду рухової активності. 35. Соціально-біологічні основи фізичної культури. 36. Функції професійно-прикладної фізичної підготовки у формуванні трудових навичок. 37. Організм людини як біологічна система. 38. Характеристика функціональних систем організму людини та їх розвиток під впливом цілеспрямованих тренувань. 39. Обмін біологічно активних речовин та енергії в організмі людини. 40. Фізична культура у забезпеченні здорового способу життя. 41. Здоров'я людини як цінність та фактори, які визначають здоровий спосіб життя. 42. Загальна фізична та спортивна підготовка в системі фізичного виховання. 43. Методичні принципи фізичного виховання. 44. Засоби та методи розвитку основних фізичних якостей людини. 45. Фізичні вправи для гармонійного розвитку майбутньої матері. 46. Особливості самостійних занять фізичними вправами для жінок. 47. Основи методики проведення самостійних занять

фізичними вправами. 48. Гігієнічні основи обраних систем фізичних вправ. 49. Фізична культура у загальнокультурній та професійній підготовці студентів. 50. Оздоровче тренування в системі формування особистості. 51. Основи атлетизму. 52. Олімпійський рух в Україні. Участь спортсменів України в Олімпійських іграх. 53. Нетрадиційні системи зміцнення здоров'я і фізичного удосконалення. 54. Оздоровче і прикладне значення обраних систем фізичних вправ. 55. Основи раціонального харчування при різноманітних видах і умовах праці та особливостях життєдіяльності. 56. Оздоровчо-прикладне значення туризму. Види туризму. 57. Фізична культура, фізичне удосконалення та здоровий спосіб життя в різні вікові періоди. 58. Основи фізичного виховання в сім'ї. 59. Основи психогігієни. 60. Фізична культура і здоровий спосіб життя фахівця (обраної спеціальності). 61. Основи рухового режиму, загальної і професійно-прикладної психофізичної підготовки спеціаліста на етапі становлення професійної майстерності. 62. Сучасні фізкультурно-оздоровчі і спортивні технології. 63. Загальні принципи фізичної реабілітації. 64. Основи загальнооздоровчого тренування. 65. Особливості оздоровчого тренування при різноманітних відхиленнях у стані здоров'я. 66. Основи лікувального харчування. 67. Корекція фізичного здоров'я та фізичної підготовленості студентів в процесі занять оздоровчими видами рухової активності. 68. Організація і проведення практичних занять з фізичного виховання студентів спеціального навчального відділення в умовах природного середовища. 69. Використання фізичних вправ для профілактики захворювань студентів. 70. Оздоровчі рухові програми самостійних занять фізичною культурою і спортом [10].

Студентам надавались методичні рекомендації щодо виконання та оформлення рефератів і електронні адреси викладачів. З цим завданням впорались 87% студентів. Оцінку «відміно» А отримали 29% студентів, «добре» В – 12%, «добре» С – 21%, «задовільно» Д – 10% і 15% отримали оцінку «задовільно» Е.

Наступне завдання для студентів було складання комплексу вправ з свого виду спорту. В порівнянні з попереднім завдання складання комплексу вправ, за спостереженням та анкетуванням студентів, потребувало і розуміння спеціальної термінології і творчості студентів. Для виконання цього завдання студентам надавались методичні рекомендації. З цим завданням впорались лише 73% студентів. Оцінку «відміно» А отримали 17% студентів, «добре» В – 11%, «добре» С – 15%, «задовільно» Д – 16% і 14% отримали оцінку «задовільно» Е.

Наступним завданням з дисципліни «Фізичне виховання» є практична робота «Антропометричні вимірювання й оцінка функціонального стану». Ця робота, за проведеним анкетуванням студентів, була дуже цікавою, інформативною, з певним достатнім рівнем складності. Викладачі кафедри розробили методичні рекомендації щодо виконання цього завдання. З цим завданням впорались 95%

студентів. Оцінку «відміно» А отримали 34% студентів, «добре» В – 17%, «добре» С – 26%, «задовільно» Д – 21% і 7% отримали оцінку «задовільно» Е. Ця робота була цікавою і для викладачів, за її результатами були визначенні антропометричні показники розвитку студентів в різних спортивних секціях.

Завдання, яке надавалось студентам наступного разу, була практична робота «Карта індивідуального

латерального профілю» [7]. Студентам пропонували навести особливості когнітивної сфери у продуктивній і стресовій ситуаціях. Нижче представлена практична робота.

КАРТА ІНДИВІДУАЛЬНОГО ЛАТЕРАЛЬНОГО ПРОФІЛЮ

Прізвище, ім'я _____
 Дата народження (число, місяць, рік) _____ Група _____
 Вид спорту, Спеціалізація: _____

ТЕСТ НА ДОМІНУВАННЯ ПІВКУЛІ ГОЛОВНОГО МОЗКУ (Н. М. Тимченко)

Інструкція: уважно прочитай та постав хрестик (+) в тому стовпчику, що підходить тобі у кожному з тверджень.

Таблиця 1 – Тест для визначення домінування півкулі головного мозку.

№ з/п	Твердження	Так	Ні
1	Іноді я люблю помріяти		
2	Я швидше сам прагну розібратися в ситуації, ніж довіритись думці іншого		
3	Мене дуже хвилює і надихає перебування на природі		
4	Я швидше обмірковую свої вчинки, ніж дію імпульсивно		
5	Я більше люблю сумну музику, ніж веселу		
6	Я краще, ніж більшість людей, обмірковую наслідки власних рішень.		
7	У мене виразна міміка		
8	Я часто й подовгу сумніваюся в чому-небудь		
9	Іноді я відчуваю себе артистом		
10	Як правило, я доводжу справу до кінця		
11	У мене більше виражені схильності до конкретних наук, ніж до абстрактних.		
12	У мене плавна, спокійна мова		
13	Я віддаю перевагу яскравому оригінальному одягу		
14	Я люблю спокійно поміркувати про що-небудь		
15	Я дуже люблю посидіти біля телевізора (більше, ніж інші люди)		
16	Я дуже ретельно вибираю собі знайомих, приятелів, друзів		
17	Я можу досить довго й ефективно працювати в умовах шуму		
18	Самокритика - моє правило.		
19	Мене вважають відкритою і безпосередньою людиною		
20	Спізнюватися – не в моїх звичках		

Після заповнення відповідних стовпчиків тесту необхідно обробити і інтерпретувати дані:

1. Підрахувати кількість відповідей «Так» і «Ні» на парні і непарні питання.

2. Занести підраховані дані до таблиці 2:

Таблиця 2 – Підраховані дані відповідей студентів


Непарні питання (1,3,5 і т.д.)		Парні питання (2,4,6 і т.д.)	
Кількість відповідей «Так»	Кількість відповідей «Ні»	Кількість відповідей «Так»	Кількість відповідей «Ні»

Висновки: _____

За результатами проведеного повного дослідження:

- Заповніть карту індивідуального латерального профілю.
- Впишіть визначені вами доміанти (П, Л або А);
- Заштрихуйте їх на малюнку (можна роздрукувати).

Таблиця 4 – Домінанти студента

Домінанти:			Зафарбуйте темним ті області, які є провідними: півкулі мозку, рук, очей, вух, ніг
Півкулі			
Рука			
Око			
Вухо			
Нога			
Положення	Праве	Ліве	

Зверніть увагу: На малюнку людина (схематично) розташована обличчям до Вас, тому штрихування виконувати за написом – Праве, Ліве!

Есе _____

Із цим завданням впорались 89 % студентів. Оцінку «відміно» А отримали 29% студентів, «добре» В – 14%, «добре» С – 20%, «задовільно» Д – 19% і 7% отримали оцінку «задовільно» Е.

Остання практична робота, яку надавали студентам була «Визначення добової енерговитрати людини» [5]. Для студентів це була інформативна і проста робота. Студенти визначали добові витрати енергії відповідно до своєї ваги. Дані хронометражу дня та часу у різних видах діяльності заносили до таблиці. За допомогою наданої таблиці визначали енерговитрати у різних видах діяльності, вели підрахунки та робили висновки.

Із цим завданням впорались 77 % студентів. Оцінку «відмінно» А отримали 19% студентів, «добре» В – 21%, «добре» С – 20%, «задовільно» Д – 7% і 10% отримали оцінку «задовільно» Е.

Аналіз усіх практичних робіт, оцінок, які отримали студенти та анкетування студентів виявили, що найскладнішим завданням було складання комплексів вправ, найбільш цікавим – практична робота з визначення антропометричних показників.

Відповідно до отриманого досвіду, можна скласти такі рекомендації щодо розробки практичних робіт:

1) Студенти повинні мати чіткі методичні рекомендації щодо виконання практичних робіт.

2) Студенти повинні розуміти та контролювати хід своєї роботи.

3) Студенти повинні мати комплекси фізичних вправ протягом дня (ранкова пробіжка, фізкультурні паузи під час роботи за комп'ютером, смартфоном тощо) та їх виконувати.

4) Обов'язково викладачі забезпечують впровадження зворотного зв'язку зі студентами та кураторами.

5) Пропонувати студентам цікаві та важливі для самопізнання та саморозвитку практичні та теоретичні завдання.

Висновки. За результатами дослідження визначено необхідність впровадження різних практичних завдань з фізичного виховання для студентів з метою підвищення теоретичної підготовки студентів, формування ціннісного ставлення до занять фізичною культурою і спортом, через те що це дозволить студентам більше пізнати себе, за мотивує на самостійні заняття з рухової активності. Подальші дослідження необхідно

спрямувати на забезпечення індивідуального підходу в організації навчального процесу з фізичного виховання студентів в умовах пандемії.

Список літератури

1. Андріянова, В. А. Особливості організації та проведення навчального процесу з фізичного виховання зі студентами ЗВО в умовах пандемії коронавірусу. The 2nd International scientific and practical conference "Science and education: problems, prospects and innovations" 2020. 746 p. (P. 191).

2. Борейко Н. Ю., Азаренкова Л.Л. Потенціал фізичного виховання щодо формування компетенцій у студентів технічних вузів. Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова. 2019 Випуск. 3К (110). С. 97-100.

3. Борейко Н.Ю., Азаренкова Л.Л. Моделювання дистанційного курсу «Скандинавська ходьба» для студентів. Актуальні проблеми освітньо-виховного процесу в умовах карантинних обмежень та дистанційного навчання. 2021 – С. 229-232.

4. Грибан, Г. Оцінка стану здоров'я студентів в навчальному процесі з фізичного виховання. Молода спортивна наука 2011. Т.4. С. 25-29.

5. Домашенко, А. В. Організаційно-педагогічні засади системи фізичного виховання студентської молоді України: автореф.дис. ...канд.наук з фіз.виховання: 24.00.02. Львів, 2003. 22 с.

6. Єфременко, В. М., Сироватко, З. В. Сучасний стан фізичного виховання у закладах вищої освіти в умовах пандемії. Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова. Випуск 3К (131) 2021. С. 141-144.

7. Крот, Є. Сучасні проблеми фізичного виховання в умовах пандемії. Сучасні погляди молоді на фізичну культуру, спорт та здоров'я людини. 2021. С.125-127.

8. Кузнєцова О., Зубрицький Б., Сініцина О. Визначення рівня фізичної підготовленості студентів першого курсу університету. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2015. № 3(31). С. 147-152.

9. Кулик Н.А. Рівень здоров'я студентів-першокурсників при вступі до закладів вищої освіти. Актуальні проблеми фізичного виховання різних верст населення. 2018 С. 144 -151.

10. Любів А.Г., Юшко О.В., Борейко Н.Ю., Глядя С.О., Блошенко О.І. Програма нормативної навчальної дисципліни «Фізичне виховання». Харків: НТУ «ХП», 2020. 34 с.

11. Товкун Л. П., Царьова М. П. Оцінка рівня соматичного здоров'я студентів Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди. «Молодий вчений». 2017. № 9.1. (49.1) С. 167-170.

12. Улан А., Шинкарук О. Функціональна асиметрія у спорті: особливості прояву та підходи до використання в процесі орієнтації підготовки фехтувальників. Наука в олімпійському спорті. 2019. № 1. С. 24-35.

13. Хоменко П.В., Измайлова О.В. Вікові особливості моторики людини: навч. посіб. Полтава, 2005. 28 с.

References (transliterated)

1. Andriyanova, V. A. "Osoblyvosti organizatsiyi ta provedennya navchalnogo procesu z fizychnogo vixovannya zi studentamy ZVO v umovax pandemiyi koronavirusu [Features of the organization and conduct of the educational process of physical education with students of the Free Economic Zone in the context of the coronavirus pandemic]". The 2nd International scientific and practical conference "Science and education: problems, prospects and innovations" 2020. 746 p. (R. 191).
2. Borejko N. Yu., Azarenkova L.L. "Potencial fizychnogo vixovannya shhodo formuvannya kompetencij u studentiv texnichnyx vuziv [The potential of physical education for the formation of competencies in students of technical universities.]". Naukovyj chasopys Nacionalnogo pedagogichnogo universytetu im. M. P. Dragomanova. 2019 Vypusk. 3K (110). P. 97-100.
3. Borejko N.Yu., Azarenkova L.L. "Modelyuvannya dystancijnogo kursu «Skandynavska xodba» dlya studentiv [Modeling of the distance course "Scandinavian walking" for students]". Aktualni problemy osvityno-vykhovnogo procesu v umovax karantynnyx obmezhen ta dystancijnogo navchannya. 2021.P. 229-232.
4. Gryban, G. "Ocinka stanu zdorovya studentiv v navchalnomu procesi z fizychnogo vixovannya [Assessment of students' health in the educational process of physical education]". Moloda sportyvna nauka 2011. T.4. P. 25-29.
5. Domashenko, A. V. "Organizacijno-pedagogichni zasady systemy fizychnogo vixovannya studentskoyi molodi Ukrainy [Organizational and pedagogical principles of the system of physical education of student youth of Ukraine]": avtoref.dys. ...kand.nauk z fiz.vixovannya: 24.00.02. Lviv, 2003. 22 p.
6. Yefremenko, V. M., Syrovatko, Z. V. "Suchasnyj stan fizychnogo vixovannya u zakladax vyshhoyi osvity v umovax pandemiyi [The current state of physical education in higher education institutions in a pandemic]". Naukovyj chasopys Nacionalnogo pedagogichnogo universytetu im. M. P. Dragomanova. Vypusk 3K (131) 2021. P. 141-144.
7. Krot, Ye. "Cuchasni problemy fizychnogo vixovannya v umovax pandemiyi [Modern problems of physical education in a pandemic]". Suchasni poglyady molodi na fizychnu kulturu, sport ta zdorov'ya lyudyny. 2021. P.125-127.
8. Kuznyeczova O., Zubryczkyj B., Sinicyna O. "Vyznachennya rivnya fizychnoyi pidgotovlenosti studentiv pershogo kursu universytetu [Determining the level of physical fitness of first-year university students]". Fizyчне vixovannya, sport i kultura zdorov'ya u suchasnomu suspilstvi. 2015. № 3(31). P. 147-152.
9. Kulyk N.A. "Riven zdorov'ya studentiv-pershokursnykiv pry vstupi do zakladiv vyshhoyi osvity [The level of health of first-year students when entering higher education institutions]". Aktualni problemy fizychnogo vixovannya riznyx verst naseleennyi . 2018. P. 144-15.
10. Lyubiyev A.G., Yushko O.V., Borejko N.Yu., Glyadya S.O., Bloshenko O.I. "Programa normatyvnoyi navchalnoyi dyscypliny«Fizyčne vixovannya» [Program of normative educational discipline "Physical Education"]". Xarkiv: NTU «KhPI», 2020. 34 p.
11. Tovkun L. P., Czarova M. P. "Ocinka rivnya somatychnogo zdorov'ya studentiv Pereyaslav-Xmelnyczkogo derzhavnogo pedagogichnogo universytetu imeni Grygoriya Skovorody [Assessment of the level of somatic health of students of Pereyaslav-Khmelnytsky State Pedagogical University named after Hryhoriy Skovoroda]". «Molodyj vchenyj». 2017. № 9.1. (49.1) P. 167-170.
12. Ulan A., Shynkaruk O. "Funkcionalna asimetriya u sporti: osoblyvosti proyavu ta pidxody do vykorystannya v procesi oriyentatsiyi pidgotovky fextuvalnykiv [Functional asymmetry in sports: features of manifestations and approaches to use in the process of orientation of fencing training]". Nauka v olymпыjskom sporte. 2019. – № 1. P. 24-35.
13. Xomenko P.V., Izmajlova O.V. "Vikovi osoblyvosti motoryky lyudyny [Age features of human motility]": navch. posib. Poltava, 2005. 28 p.

Надійшла (received) 19.09.2021

Відомості про авторів / Сведения об авторах / About the Authors

Борейко Наталя Юрїївна (Борейко Наталья Юрьевна, Natalia Voreyko) – Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», професор кафедри фізичного виховання; Харків, Україна; ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6170-1749>;

Азаренкова Любов Леонїдівна (Азаренкова Любовь Леонидовна, Lyubov Azarenkova) – Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», старший викладач кафедри фізичного виховання; Харків, Україна; ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6648-7355>;

Глядя Сергій Олександрович (Глядя Сергей Александрович, Sergii Glyadya) – Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», доцент кафедри фізичного виховання; Харків, Україна; ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-8546-4159>;

Юшко Олексій Володимирович (Юшко Алексей Владимирович, Oleksiy Yushko) – Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», професор кафедри фізичного виховання; Харків, Україна; ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3812-292X>.