



ВПЛИВ ДИСТАНЦІЙНОЇ ФОРМИ  
НАВЧАННЯ НА ЯКІСТЬ ОСВІТНЬОГО  
ПРОЦЕСУ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ  
У ЗАКЛАДІ ВИЩОЇ ОСВІТИ

*Мацухова Єлизавета, Микитчик Ольга*

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

**DOI: 10.32540/2071-1476-2023-1-096**

**Annotation**

**Introduction.** Modern distance learning is a dynamic and rapid process of development in the fields of higher education. The increase in the amount of information and the progress of technical means allows distance learning to compete alongside the traditional model of education.

**Purpose of the study** is to determine the impact of distance learning on the quality of the educational process in physical education in a higher education institution.

**Research methods.** Analysis, systematization of scientific sources on the studied issues; determination of the impact of distance learning on the quality of the educational process in physical education in a higher education institution.

**Results.** The analysis of the respondents' answers showed that the vast majority (57.3%) of respondents had not previously engaged in physical education using distance learning tools. Only 32% of respondents indicated complete satisfaction with distance learning tools used by teachers to conduct physical education classes in higher education institution. 22.7% of students were undecided with the answer to the question. The rest of the respondents were either partially satisfied with the distance learning tools or not satisfied at all.

**Conclusions.** The conducted survey allowed to identify the main difficulties and problems of students in the process of studying in a distance format, to determine the awareness of students with distance learning tools, to establish the level of their satisfaction with the experience of online classes in the discipline «Physical education».

**Keywords.** Distance learning, electronic platforms, physical education, students.

**Анотація**

**Вступ.** Сучасне дистанційне навчання – це динамічний і швидкий процес розвитку галузей вищої освіти. Збільшення кількості інформації та прогресу технічних засобів дозволяє дистанційному навчанню конкурувати поруч із традиційною моделлю освіти.

**Мета дослідження.** Визначити вплив дистанційної форми навчання на якість освітнього процесу з фізичного виховання у закладі вищої освіти.

**Методи дослідження.** Аналіз, систематизація наукових джерел з досліджуваної проблематики; визначення впливу дистанційної форми навчання на якість освітнього процесу з фізичного виховання у закладі вищої освіти.

**Результати.** Аналіз відповідей респондентів показав, що переважна більшість (57,3%) респондентів не займались раніше фізичним вихованням з використанням засобів дистанційного навчання. Цілковиту задоволеність засобами дистанційного навчання, що використовували викладачі для проведення занять з фізичного виховання у закладі вищої освіти вказало лише 32% респондентів. Не визначилися з відповіддю на поставлене питання 22,7% студентів. Решта респондентів були або частково задоволені засобами дистанцій-

ного навчання, або взагалі не задоволені.

**Висновки.** Проведене анкетування дозволило виявити основні труднощі і проблеми студентів в процесі навчання у дистанційному форматі, визначити обізнаність здобувачів освіти з засобами дистанційного навчання, встановити рівень їхньої задоволеності досвідом онлайн занять з дисципліни «Фізичне виховання».

**Ключові слова.** Дистанційне навчання, електронні платформи, фізичне виховання, здобувачі освіти.

**Вступ.** Поява Інтернету та швидкий науковий прогрес сприяли підвищенню зацікавленості освітньої та наукової спільноти до запровадження дистанційних форм навчання. У той же час у зв'язку із запровадженням карантинних обмежень по всій території України навесні 2020 року (відповідно до статті 42 Закону України «Про вищу освіту», наказу Міністерства освіти і науки України від 16.03.2020 № 406 «Про організаційні заходи для запобігання поширенню коронавірусу COVID-19» та офіційного листа «1/9-176 від 25 березня 2020 року «Щодо особливостей організації освітнього процесу під час карантину») з метою навчально-методичного, науково-методичного, інформаційного забезпечення організації навчально-виховного процесу було здійснено перехід до дистанційних форм навчання [12, 18]. З 24 лютого 2022 року по всій території України було запроваджено військовий стан, що лише погіршило наявні освітні умови. Таким чином дистанційне навчання перейшло зі статусу можливого до статусу обов'язкового [2] та стало актуальною проблемою для закладів освіти [1].

У той же час, за свідченнями науковців [6, 5, 7, 9], проблема збереження здоров'я, профілактика захворювань здобувачів освіти у період дистанційного навчання була і є одним із актуальних завдань закладу вищої освіти. Науковці [1, 7, 16, 18] досліджуючи дане питання вказують, що вимушений перехід на дистанційне навчання може спричинити несприятливі зміни функціонального стану організму внаслідок малого рухового компонента і значно-

го психічного напруження. Саме цьому, як вказують Т.Ю. Круцевич, Н.Є. Пангелова [8], нині актуальним стало питання визначення ефективності впливу засобів фізичного виховання на рівень рухової активності здобувачів освіти, що застосовувались у процесі дистанційного навчання.

У той же час наукові праці В.М. Кухаренка, В.В. Бондаренка [10] свідчать, що поширення використання інформаційно-комунікаційних технологій зумовлює необхідність пошуку та розробки нових методів і форм навчального процесу. Провідними науковцями зі спеціальності фізична культура і спорт встановлено, що важливою метою дисципліни «Фізичне виховання» в умовах дистанційного навчання є формування знань щодо організації здорового способу життя, зміцнення та збереження здоров'я здобувачів вищої освіти [1, 18].

Таким чином актуальність нашого дослідження обумовлена необхідністю визначення впливу дистанційної форми навчання на якість освітнього процесу з фізичного виховання у закладі вищої освіти.

**Мета дослідження.** Визначити вплив дистанційної форми навчання на якість освітнього процесу з фізичного виховання у закладі вищої освіти.

**Методи дослідження.** Аналіз, систематизація наукових джерел з досліджуваної проблематики; визначення впливу дистанційної форми навчання на якість освітнього процесу з фізичного виховання у закладі вищої освіти.

**Результати дослідження.** Протягом лютого-вересня 2022 року було проведено анонімне

опитування серед здобувачів 1-4 курсів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти Бердянського державного педагогічного університету, які здобувають освіту за спеціальністю 014 «Середня освіта» (за предметними спеціальностями). Загальна кількість респондентів – 75 осіб. Здобувачам були запропоновані запитання, які б дозволили визначити вплив дистанційної форми навчання на якість освітнього процесу з фізичного виховання у закладі вищої освіти.

Так, на запитання анкети «Який вплив, на Вашу думку, мають використання засобів дистанційного навчання у процесі фізичного виховання на рівень рухової активності» переважна більшість (42,7%) здобувачів освіти вказали, що даний вплив скоріше позитивний. У той же час, значна кількість респондентів, а саме 41,3% взагалі не змогли відповісти на дане запитання. 16% здобувачів освіти зауважили на наявність негативного впливу на рівень рухової активності засобів фізичного виховання, які пропонувались до використання із застосуванням дистанційних засобів навчання.

На питання «Чи отримуєте Ви задоволення від занять фізичним вихованням» 58,7% здобувачів відповіли «Так». У той же час, часткове задоволення від занять фізичним вихованням отримували 29,3%, оскільки вони вимушені були займатись за необхідністю. 12% респондентів або взагалі не отримували задоволення від занять фізичним вихованням, або отримували його інколи.

Враховуючи, що з 2020 року застосовувалась переважно дистанційна форма навчання, нас також цікавило питання, – чи

вже мали здобувачі вищої освіти досвід занять фізичним вихованням з використанням засобів дистанційного навчання на момент запровадження карантинних обмежень. Так, аналіз відповідей респондентів на дане запитання показав, що 57,3% респондентів не займалися раніше з використанням засобів дистанційного навчання. Це були переважно здобувачі I курсу.

Не менш важливим питанням, на наш погляд, було питання щодо зручності використання тих чи інших інформаційних ресурсів під час дистанційного навчання. Так, одним із запитань анкети було встановлення пріоритетів щодо зручності у використанні здобувачами вищої освіти інформаційних ресурсів під час занять фізичним вихованням (на дане запитання анкети респонденти мали змогу обирати декілька варіантів відповідей). У підсумку за результатами опитування у трійці лідерів опинилися – програма відеоконференцій Zoom (82,7%), кросплатформа система миттєвого обміну повідомленнями Telegram (54,7%), система управління курсами або віртуальне навчальне середовище Moodle (30,7%). Крім того, на зручність у використанні додатка-месенджера Viber вказало 20% респондентів. Популярність застосування інших інформаційних ресурсів була меншою за 12%.

У той же час цілковиту задоволеність засобами дистанційного навчання, що використовували викладачі для проведення занять з фізичного виховання у закладі вищої освіти, вказало лише 32% респондентів. 36% були скоріше задоволені. Не визначилися з відповіддю на поставлене питання 22,7% студентів. Решта респондентів були або частково задоволені засобами дистанційного навчання, або взагалі не задоволені.

Також було з'ясовано, які форми робіт найчастіше використовували у закладі вищої освіти

при проведенні занять фізичним вихованням при дистанційному навчанні. Так 67,2% здобувачів освіти вказали, що при проведенні занять фізичним вихованням найчастіше використовувався формат відео-занять. По 16,4% респондентів вказали на використання таких форм робіт, як перевірка завдань, які надавались для самостійного виконання та онлайн-тестування.

Для відправки виконаних навчальних завдань респонденти використовували різноманітні канали комунікації (на дане запитання анкети респонденти також мали змогу обрати декілька варіантів відповідей). Абсолютна більшість (65,3%) здобувачів освіти позначили, що для звітування їм зручніше використовувати Telegram. 50,7% віддали перевагу виконанню завдань у Zoom. Платформу Moodle обрало 41,3% респондентів. Viber використовували 25,3%. Спілкування з викладачами через електронне листування (електронну пошту) застосовувало 22,7%. На зручність у використанні GoogleMeet вказало 6,7% здобувачів, Skype – 2,7%, Messenger – 5,3%, Discord – 1,3%.

При відповіді на питання щодо труднощів, з якими здобувачі освіти зіткнулися у процесі дистанційних занять фізичним вихованням, респондентам також було запропоновано обрати декілька варіантів відповідей. Аналіз результатів дав змогу побудувати «рейтинг труднощів дистанційних занять фізичним вихованням». Лідерами стали наступні труднощі: недостатня кількість місця для рухової активності була актуальною проблемою в організації дистанційних занять фізичним вихованням для 56% здобувачів освіти; обмежена кількість інвентарю для занять у домашніх умовах заважала 18,7% здобувачів ефективно займатись фізичним вихованням; на недостатній зворотній зв'язок із викладачем

вказало 8% респондентам.

На питання щодо впливу онлайн-занять на концентрацію уваги 40% респондентів вказали, що вони не відчули жодної різниці між відвідуванням занять аудиторно та онлайн. У той же час, 60% відчули певне емоційне вигорання або відзначили, що їм важко зосереджуватись на поставлених завданнях. Відчуття емоційного вигорання у зв'язку із запровадженням дистанційної форми навчання відчуло 42,7% здобувачів, а 25,3% переймалися цим питанням час від часу.

Здобувачам освіти також було запропоновано проаналізувати питання: «Чи вважаєте Ви вірним твердження, що активний відпочинок є необхідною ланкою для зміцнення та збереження здоров'я і запобіганню розумового перевантаження». На дане запитання 86,7% одностайно відповіли «так», 13,3% не змогли визначитися з відповіддю.

На питання, щодо встановлення середніх показників кількості часу на тиждень, яку здобувачі освіти відводили для занять фізичним вихованням з метою підвищення рівня рухової активності, отримано наступні відповіді: 26,7% займалися фізичним вихованням три рази на тиждень, 25,3% – чотири рази на тиждень, 17,3% – п'ять разів.

**Дискусія.** Досліджуючи вплив дистанційного навчання на фізичний стан здобувачів вищої освіти, науковці визначили, що високе розумове навантаження, інтенсифікація навчального процесу наявної спрямованості, з високою статичністю завдань, сприяє штучному зниженню довільної рухової активності студентів, що призводить до зниження працездатності, загальної активності та підвищення захворюваності [3]. У то же час науковці зауважують, що новий формат навчання має супроводжуватись творчим підходом у поєднанні з компетентним ставленням здобувачів освіти та

викладачів до навчального процесу [4]. Таким чином, враховуючи те, що вимушений перехід на дистанційну форму навчання може спричинити несприятливі зміни функціонального стану організму внаслідок малого рухового компонента і значного психічного напруження, нині актуальним стало питання визначення ефективності впливу засобів фізичного виховання на рівень рухової активності здобувачів освіти, що застосовувались у процесі дистанційного навчання.

Нашими дослідженнями підтверджено думки дослідників [16] у тому, що дистанційне навчання вимагає від здобувачів освіти тривалої роботи за комп'ютером, що спричиняє емоційного вигорання і те, що він не здатний надати повноцінну освіту [1]. Водночас це дозволяє зосередити увагу на нових реаліях освітнього проце-

су та загострити проблему якості освіти, особливо на організації фізкультурної роботи, оскільки здобувачі освіти більшу частину часу приділяють інтелектуальній праці [17].

Розширено знання щодо переваг у застосуванні в умовах дистанційного навчання додатків Google (Google Classroom, Google Meet, Google disk та ін.), Viber і Telegram [11].

Дістали подальшого розвитку уявлення про те, що заняття з дисципліни «Фізичне виховання» в дистанційній формі проводяться за допомогою платформи ZOOM, а контрольні вправи здобувачі освіти розміщують на платформі Moodle [13]. Однак, незважаючи на швидке просування, електронні освітні платформи поки не можуть замінити класичні формати навчання, у багатьох випадках такі платформи стали частиною

самоосвіти, а також допомогли покращити знання з певних дисциплін [15].

**Висновки.** Таким чином, аналіз відповідей респондентів на питання анкети дозволив виявити основні труднощі і проблеми студентів у процесі навчання у дистанційному форматі, визначити обізнаність здобувачів освіти з засобами дистанційного навчання, встановити рівень їхньої задоволеності досвідом онлайн занять з дисципліни «Фізичне виховання».

**Перспективи подальших досліджень.** На основі результатів опитування, буде здійснено підбір оптимальних технологій і засобів під час викладання дисципліни «Фізичне виховання», а також вдосконалення внутрішньої системи забезпечення якості освітньої діяльності під час дистанційного навчання.

### Література

1. Афанасьєв С., Майкова Т., Коваленко Н., Афанасьєва О., Борисов Є. Дистанційна освіта в підготовці фахівців галузі фізичної культури і спорту Спортивний вісник Придніпров'я, 2022. № 3. С. 4-10
2. Вишнеvsька Л.В. Вишнеvsький В.П. Роль опорних схем в організації дистанційного навчання студентів. Дистанційне навчання студентів: теорія і практика [Електронний збірник]: науково-методичні праці Херсонського державного університету / відп.ред. С.А. Омельчук. Херсон : ХДУ, 2020. С.11-22.
3. Гордієнко О.І., Мовчан В.П. Шляхи удосконалення рухової активності студентів в умовах дистанційного навчання. Реабілітаційні та фізкультурно-рекреаційні аспекти розвитку людини. 2022. (10). С. 162-169.
4. Дистанційне навчання у ЗВО: моделі, технології, перспективи: матеріали круглого столу за участю порадників академічних груп та викладачів факультету управління фінансами та бізнесу (28 квітня 2021 р.). Львів: ФУФБ, 2021. 111 с.
5. Дутко О.М., Лебідь І.Ю. Проблеми та особливості проведення лекції в умовах дистанційного навчання. Педагогічна освіта: теорія і практика, 2021. Вип. 30 (91). С. 19-32.
6. Калініченко І.А. Дистанційне навчання,

### References

1. Afanasiev S., Maikova T., Kovalenko N., Afanasieva O., Borysov Ye. Distance education in the training of specialists in the field of physical culture and sports. Sportivniy visnik Pridniprov'ya, 2022. № 3. PP. 4-10 (in Ukraine)
2. Vishnevskaya L.V. Vishnevskii V.P. The role of reference schemes in the organization of distance learning of students. Diŝtantsiine navchannya studentiv: teoriya i praktika [Elektronniy zbirnik]: naukovometodichni pratsi Khersonskogo derzhavnogo universitetu / vidp.red. S.A. Omelchuk. Kherson : KhDU, 2020. PP.11-22. (in Ukraine)
3. Gordienko O. I., Movchan, V. P. Ways of improving motor activity of students in distance learning conditions. Reabilitatsiini ta fizkulturno-rekreatsiini aspekti rozvitku lyudini. 2022. (10). PP. 162–169. (in Ukraine)
4. Distance learning in higher education institutions: models, technologies, perspectives: materials of a round table with the participation of advisors of academic groups and teachers of the Faculty of Financial Management and Business (28 kvitnya 2021 r.). Lviv: FUFB, 2021. 111 p. (in Ukraine)
5. Dutko O.M., Lebid I.Yu. Problems and features of conducting a lecture in the conditions of distance learning. Pedagogichna osvita: teoriya i praktika, 2021. Vip. 30 (91). PP. 19-32. (in Ukraine)

- переваги, недоліки, питання організації: рекомендаційний список літератури. Запоріжжя, ЗДМУ, наукова бібліотека, 2021. 12 с.
7. Кошелева О., Татарченко Л., Рузанов В., Максимов А. Особливості організації рухової активності студентів в умовах дистанційного навчання. Спортивний вісник Придніпров'я. 2021. № 2. С. 51-60. DOI: 10.32540/2071-1476-2021-2-051.
  8. Круцевич Т., Пангелова Н. Сучасні тенденції щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах. Спортивний вісник Придніпров'я. 2016. № 3. С. 109-114
  9. Кузнєцова О.Т. Оздоровчі технології у фізичному вихованні студентів : теорія, методика, практика : монографія. Рівне, 2018. 416 с.
  10. Кухаренко В.М., Бондаренко В.В. Екстрене дистанційне навчання в Україні: Монографія. Харків: Вид-во КП «Міська друкарня», 2020. 409 с.
  11. Малахова, Ж.В., Єщенко, Г.Л. Використання хмарних технологій під час карантину при викладання дисципліни «фізичне виховання. Практичні та теоретичні питання розвитку науки та освіти (частина II): матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції (Львів, 19-20 грудня 2020 року). Львів: Львівський науковий форум, 2020. 68 с.
  12. Наказ Міністерства освіти і науки «Про затвердження Положення про дистанційне навчання» від 25.04.2013 № 466 (зі змінами). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0703-13>
  13. Попрошаєв О., Чумаков О. Досвід організації навчальної роботи на кафедрі фізичного виховання № 1 НЮУ імені Ярослава Мудрого під час змішаної або дистанційної форми організації навчального процесу. Фізична культура і спорт. Виклики сучасності: збірка статей науково-практичної конференції, 128 с.
  14. Рябушко О.Б., Єрошенко Г.А., Климач Т.М. [та ін.]. Результати анкетування студентів щодо особливостей реалізації дистанційного навчання. Вісник проблем біології і медицини. 2021. Вип. 2 (160). С.165-169.
  15. Січкаренко К.О. Розвиток цифрових освітніх платформ та поширення цифрових компетенцій в освіті. Ефективна економіка. 2018. № 12. – URL: <http://www.economy.nayka.com.ua/?op=1&z=6792> (дата звернення: 04.02.2023). DOI: 10.32702/2307-2105-2018.12.115
  16. Слухенська Р.В., Куліш Н.М., Маланій В.І., Бамбурак В.Б. Фізична культура у вищих навчальних закладах в умовах карантинних обмежень 2020 року. Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній
  6. Kalinichenko I.A. Distance learning, advantages, disadvantages, issues of organization: a recommended list of literature.: rekomendatsiiniy spisek literaturi. Zaporizhzhya, ZDMU, naukova biblioteka, 2021. 12 p. (in Ukraine)
  7. Kosheleva O., Tatarchenko L., Ruzanov V., Maksimov A. Peculiarities of the organization of motor activity of students in the conditions of distance learning. Sportivnii visnik Pridniprov'ya. 2021. № 2. PP. 51–60. DOI: 10.32540/2071-1476-2021-2-051. (in Ukraine)
  8. Krutsevich T., Pangelova N. Modern trends in the organization of physical education in higher educational institutions. Sportivnii visnik Pridniprov'ya. 2016. No 3. PP. 109–114. (in Ukraine)
  9. Kuznetsova O. T. Health technologies in physical education of students: theory, methodology, practice: monografiya. Rivne, 2018. 416 p. (in Ukraine)
  10. Kukharenko V.M., Bondarenko V.V. Emergency distance learning in Ukraine: Monografiya. Kharkiv: Vid-vo KP «Miska drukarnya», 2020. 409 p. (in Ukraine)
  11. Malakhova Zh.V., Eshchenko G.L. The use of cloud technologies during the quarantine when teaching the discipline "physical education. Praktichni ta teoretichni pitannya rozvitku nauki ta osviti (chashtina II): materialy II Mizhnarodnoi naukovo-praktichnoi konferentsii (Lviv, 19-20 grudnya 2020 roku). Lviv: Lvivskii naukovi forum, 2020. 68 p. (in Ukraine)
  12. Order of the Ministry of Education and Science "On approval of the Regulation on distance learning" vid 25.04.2013 № 466 (zi zminami). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0703-13> . (in Ukraine)
  13. Poproshaev O., Chumakov O. Experience in the organization of educational work at the Department of Physical Education No. 1 of Yaroslav the Wise State University during the mixed or distance form of the organization of the educational process. Fizichna kultura i sport. Vikliki suchasnosti: zbirka statei naukovo-praktichnoi konferentsii, 128 p. (in Ukraine)
  14. Ryabushko O.B., Eroshenko G.A., Klimach T.M. [ta in.]. The results of a student survey regarding the features of distance learning implementation. Visnik problem biologii i meditsini. 2021. Vip. 2 (160). PP.165–169. (in Ukraine)
  15. Sichkarenko K.O. The development of digital educational platforms and the spread of digital competences in education Yefektivna yekonomika. 2018. № 12. – URL: <http://www.economy.nayka.com.ua/?op=1&z=6792> (data zvernennya: 04.02.2023). DOI: 10.32702/2307-2105-2018.12.115. (in Ukraine)
  16. Slukhenska R.V., Kulish N.M., Malanii V.I., Bamburak V.B. Physical culture in higher educational institutions under quarantine restrictions of 2020.

- школах : зб. наук. пр. 3. 2020. Вип. 73. Т.2. С.194-196.
17. Согоконь О.А., Донець О.В., Гогоць В.Д. Фізичне виховання – дистанційна форма навчання : навч.-метод. посіб. Полтава : Сімон, 2021. 120 с.
18. Цибулько Л.Г., Глоба Г.В. Особливості дистанційного навчання студентів факультету фізичного виховання в умовах карантину. Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки, (6(344) Ч.2), 2021 р. С. 84-97.
- Pedagogika formuvannya tvorchoї osobistoї u vishchii i zagalnoosvitnii shkolakh : zb. nauk. pr. Z. 2020. Vip. 73. T.2. PP.194-196. (in Ukraine)
17. Sogokon O.A., Donets O.V., Gogots V.D. Physical education is a distance form of education: navch.-metod. posib. Poltava : Simon, 2021. 120 p. (in Ukraine)
18. Tsibulko L.G., Globa, G.V. Peculiarities of distance learning of students of the Faculty of Physical Education in quarantine conditions. Visnik Luganskogo natsionalnogo universitetu imeni Tarasa Shevchenka. Pedagogichni nauki, (6(344) Ch.2), 2021 r. PP. 84-97. (in Ukraine)

**Мацухова Єлизавета**

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту  
вул. Набережна Перемоги, 10 м. Дніпро, Україна  
e-mail: elizabeth1411@ukr.net  
<https://orcid.org/0000-0002-2534-9319>

**Микитчик Ольга**

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту  
вул. Набережна Перемоги, 10 м. Дніпро, Україна  
e-mail: molga.0604@gmail.com  
<https://orcid.org/0000-0002-8656-0943>