

організація фізкультурно-оздоровчої діяльності студентів задля збереження їхнього здоров'я в умовах вкрай обмеженої рухової активності.

**Обговорення.** Дистанційне навчання з дисципліни «Фізичне виховання» на нашу думку, має здійснюватися за допомогою використання технічних та інформаційних засобів, навчальних ресурсів, а також через сервіси Viber, Zoom, Facebook, безкоштовної інтерактивної платформи GoogleClassroom, електронної пошти та мобільного зв'язку з викладачами кафедри.

Здобувачам вищої освіти Глухівського національного педагогічного університету І-ІІІ курсів денної форми навчання під час карантину пропонуємо виконувати самостійно завдання з дисципліни «Фізичне виховання», які складаються з двох блоків: теоретичного та практичного.

Завданнями теоретичного блоку можуть бути: ознайомлення з лекційним матеріалом, написання реферату з обраної теми, тестова робота, ведення щоденника самоконтролю, розробка комплексу вправ для підтримки фізичної підготовленості в умовах карантину.

Завдання з практичного блоку – зняти відеофільм з власним виконанням комплексу фізичних вправ або окремих вправ.

**Рекомендації.** Отже, в процесі організації самостійної роботи з фізичного виховання студентів закладів вищої освіти в умовах дистанційного навчання варто забезпечувати систематичний і планомірний контроль. Крім цього необхідно забезпечити належні педагогічні умови організації освітнього процесу з фізичного виховання здобувачів закладів вищої освіти із використанням дистанційних технологій.

## **УДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНІЧНИХ ЕЛЕМЕНТІВ З ФУТБОЛУ У СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ**

**Бондар Анна**

*Вінницький торговельно-економічний інститут КНТЕУ  
Кафедра фізичного виховання та спорту  
[grinchukanna366@gmail.com](mailto:grinchukanna366@gmail.com)*

**Постановка проблеми.** Аналіз науково-методичної літератури і опитування тренерів показав, що проблема формування, розвитку і удосконалення технічних елементів у студентів-футболістів розглянута недостатньо. В практиці роботи тренерів з футболу відсутні науково обґрунтовані програми удосконалення техніки з врахуванням індивідуально-типологічних особливостей, що призводить до зниження ефекту тренувального процесу. Все це стало основою для пошуку шляхів цілеспрямованого диференційованого підходу до вирішення завдань, пов'язаних з удосконаленням технічних елементів у студентів-футболістів у закладах вищої освіти.

**Обговорення.** Виявлено, що техніка впливає на всі сторони підготовки футболістів. При цьому варто зауважити, що фізіологічною основою техніки є координаційні здібності. Так, розвиток одного або іншого аспекту сприяє зростанню рівня спортивної майстерності. Проаналізувавши літературні джерела нами вивчені такі підходи до удосконалення технічних елементів: вдосконалення «техніки епізодів гри», посилення організації взаємодій в середині поля та у всіх її фазах, також підвищенні вимог до застосування колективних дій, повторення всіх елементів техніки з імітацією різних ігрових ситуацій.

**Рекомендації.** Виконання технічних дій футболістами визначається різноманітними факторами. Кращі футболісти світу, незважаючи на широкі і всебічні вимоги до технічної підготовки, показують стабільні результати в умовах, що змінюються. Це виражається в здатності застосовувати, вільно вибирати доцільну техніку як в умовах високої фізичної та психічного навантаження, так і в жорсткому протистоянні, що відбувається найчастіше на обмеженому просторі. Без сумніву, що такі гравці показують високий рівень розвитку координаційних здібностей. Необхідно відмітити, що збільшення об'єму координаційної підготовки в тренувальному процесі у футболістів значно підвищує їх ігрову результативність

## **ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ В ВТЕІ КНТЕУ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ**

**Васькевич Сніжана**

*Вінницький торговельно-економічний інститут КНТЕУ  
Кафедра фізичного виховання та спорту  
[pavlova87-18@ukr.net](mailto:pavlova87-18@ukr.net)*

**Постановка проблеми.** Введення карантину в Україні змінило звичні форми і методи викладання навчальних дисциплін. Освітній простір країни перейшов на дистанційне навчання. Не виключенням стало й фізичне виховання. Посеред навчального року викладачі та вчителі терміново опанували новітні технології.

**Обговорення.** Заняття з фізичного виховання у Вінницькому торговельно-економічному інституті КНТЕУ зі студентами проводилися дистанційно на платформі MOODLE.

Викладачами кафедри було розроблено програму якої ми чітко дотримувались. Було розроблено кожне заняття яке відповідало навчальним вимогам з фізичного виховання, підготовлені відео ролики за темами навчальної програми з фізичного виховання, розроблено чітке пояснення та практичний показ. Тестові завдання для перевірки знань.

Під час дистанційної роботи знімалися та монтувалися навчальні матеріали. Викладачі шукали дійсно грамотні матеріали в інтернеті, які можна було пропонувати студентам. Після терміново виконаної підготовчої роботи всі студенти були запрошені на платформу дистанційного навчання і сформовані за групами, закріпленими за викладачами.

Кожного тижня студенти отримували завдання і мали можливість виконувати його у зручній для себе час. Завдання включали: необхідну теоретичну та методичну інформацію, комплекси різноманітних фізичних вправ, які були розроблені викладачами кафедри, відеоролики з інтернет-ресурсів. Кожен студент індивідуально мав змогу обрати вид рухової активності, навантаження, зручний час та місце виконання (кімната, двір, майданчик). Враховуючи специфіку навчання, ми пропонували виконання нескладних вправ.

Для звіту потрібно було надати фото або відео з елементами виконання запропонованих вправ. За виконання завдання виставлялися бали.

Оскільки живе спілкування з усіма студентами не можливе, було створено групи в Viber де кожен викладач мав можливість мотивувати студентів закріпленою за ним групи. викладачі кафедри розробили яскраві презентації на основні тем: здоровий спосіб життя;