

Комплексные Аспекты Организации Образовательного Процесса В Условиях Пандемии Коронавируса (Covid-19)

Аббасов Бахадир Асатиллаевич

Старший преподаватель Ташкентского Финансового Института Узбекистан

Аннотация:

В условиях пандемии коронавируса (COVID-19), которая еще не уменьшила свое влияние в учебном процессе в вузах наступили очень непростые времена, потребовавшие поиска выхода из создавшегося положения с наименьшими потерями. Можно уверенно говорить, что учебная дисциплина «Физическая культура и спорт» из числа тех немногих учебных дисциплин, которые негативные последствия карантина затронули в наибольшей степени. В данной статье рассказывается об уровне удовлетворенности обучающихся именно в таких сложных условиях карантина.

Ключевые слова: *Физическая культура, спорт, теория спорта, теоретическая подготовка, самостоятельная теоретическая подготовка, дистанционная учеба.*

Как хорошо известно, сутью этой дисциплины и их исключительной особенностью является практическая деятельность, связанная с выполнением физических упражнений.

Поэтому, нисколько не умаляя важности теоретической подготовки, направленной на формирование системы специальных знаний и методических умений, следует отметить её вторичность. Тем не менее, к настоящему времени в вузах имеется немало разработанных обучающих программ на основе информационных технологий, позволяющих эффективно формировать основы знаний в области физической культуры через самостоятельную подготовку.

Именно через самостоятельную подготовку, т.к. при этом исключается необходимость забирать часы от практических занятий для лекций, на которые особо ретивые сторонники теоретической подготовки тратят до 20 и более часов, так необходимых для практических занятий, обеспечивающих физическую нагрузку.

В нашем Ташкентском финансовом институте имеется достаточно большой опыт разработки и применения информационных технологий, позволяющих осваивать учебный теоретический материал самостоятельно, вне графика учебных занятий. Централизованно было обеспечено, чтобы основные занятия были организованы с помощью программ Hemis и Platonus. В частности, с помощью программы telegram были созданы специальные группы, где всем студентам академических групп были продемонстрированы видеоролики учебных занятий по темам.

С начала 2020-2021 учебного года ситуация с карантином стала меняться в части изменения сочетания онлайн и оффлайн занятий и во втором семестре в большей части случаев в расписании учебных занятий по дисциплинам «Физическая культура и спорт» получилось примерно 50% на 50% онлайн и оффлайн занятий. Это дало возможность поиска в этих условиях возможностей манёвра для увеличения практики выполнения упражнений. В итоге в нашем случае сложился следующий подход.

Теоретическая подготовка обучающихся по дисциплинам «Физическая культура и спорт» независимо от избранного направления в занятиях физическими упражнениями и статуса обучающихся по состоянию здоровья предусматривает изучение онлайн курса «Физическая культура и спорт», расположенного в системе Nemis на сайте университета.

Однако самостоятельная теоретическая подготовка в системе Nemis не «закрывает» все часы онлайн занятий и появляется необходимость дополнительно занять обучающихся самостоятельной теоретической подготовкой иного содержания. Поэтому обучающимся наряду с теоретической подготовкой в системе Nemis и telegram было предложено:

- написать реферат по теме избранного спорта, общей физической подготовке или в связи с имеющимся заболеванием;
- разработать комплекс физических упражнений утренней гимнастики (из 10-15 упражнений);
- разработать для самостоятельных занятий комплексы физических упражнений (из 10-15 упражнений) на основные физические качества (силу, быстроту, гибкость, выносливость);
- выполнить комплексы физических упражнений по заданию преподавателя.

После того, как в весеннем семестре в расписании учебных занятий стали появляться офлайн занятия (практические занятия), обучающимся был предложен подход, в соответствии с которым:

1. Обучающийся посещает учебные занятия по дисциплинам «Физическая культура и спорт» как в формате онлайн, так и в формате офлайн в соответствии с утвержденным расписанием, находящимся в личном кабинете обучающегося и на информационном стенде института. При этом:
 - если у обучающегося в расписании занятия по дисциплинам «Физическая культура и спорт» указаны , то они проходят дистанционно с использованием инструментов электронной информационно-образовательной среды университета без привлечения обучающегося к последующей отработке занятий в формате офлайн. В этом случае обучающемуся необходимо разработать комплексы физических упражнений;
 - иногда занятия по дисциплинам «Физическая культура и спорт» со стороны преподавателей кафедры физвоспитания проводилась с обучающимся очно, с соблюдением всех требований, установленных методическими рекомендациями.

В этом случае с обучающегося снимаются обязанности по написанию реферата и разработке комплексов физических упражнений.

2. При освоении дисциплину «Физическая культура и спорт» как в формате онлайн, так и в формате офлайн обучающийся имеет возможность составить индивидуальное расписание с преподавателем кафедры физвоспитания для выполнения в формате офлайн практических занятий, трудоемкость которых соответствует учебному плану.

Предложенный нами подход в организации учебного процесса по дисциплинам физической культуры и спорта позволит уменьшить отрицательные последствия от пандемии.

Из-за ограничений, направленных на борьбу с вирусом все образовательные учреждения были вынуждены перейти на платформы онлайн-обучения, чтобы это предотвратить. С введением дистанционного обучения методы традиционного обучения не смогли в полной мере реализовывать требования образовательного стандарта, что привело к необходимому поиску и созданию новых методов и форм образовательного процесса.

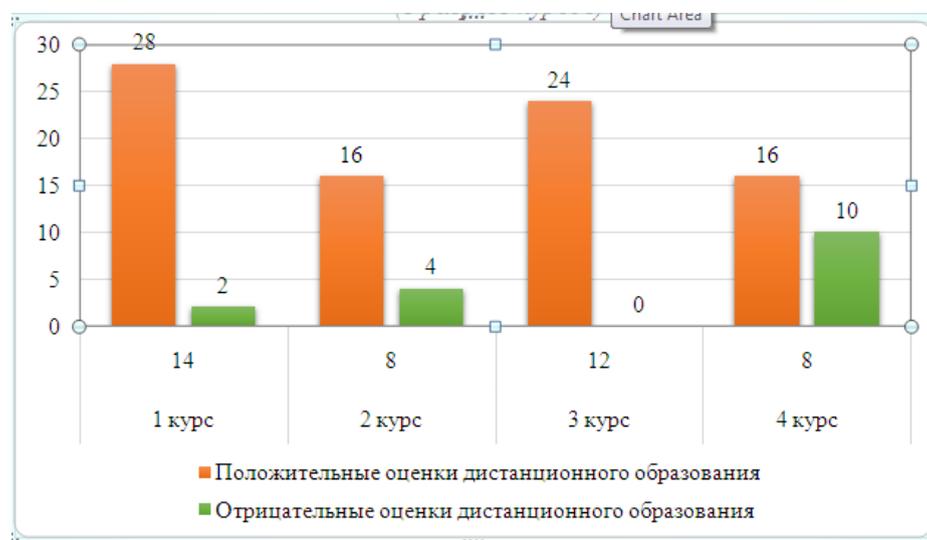
Специфику учебной дисциплины «Физическая культура и спорт» направленную на формирование процесса обучения в полном объеме, с учетом разнообразных новых форм и методов так как физкультурой можно заниматься, даже сидя на дистанционном обучении.

Мы проанализировали анкеты студентов нашего факультета, всего в опросе участвовало 50 человек. Процентное соотношение мужчин и женщин получилось одинаковое. В анкетах мы задали вопросы, связанные с дистанционным образованием.

Отталкиваясь от ответов студентов, подвели итоги и сделали выводы. Итак, первое, что мы решили выяснить, это то, как дистанционное обучение повлияло на физическое здоровье учащихся. С какими проблемами им пришлось столкнуться.

Диаграмма 1. Оценка дистанционного образования студентами института

(в разрезе курсов)



В данной диаграмме отображены результаты опроса о том, как дистанционное обучение повлияло на физическое здоровье студентов.

Студенты с переходом на дистанционное обучение стали больше времени проводить за компьютером и это отразилось на их физическом состоянии. Такой низкий уровень физической активности оказывают негативное влияние на их здоровье, благополучие и качество жизни, а самоизоляция вызывает дополнительный стресс и ставит под угрозу психологическое здоровье молодежи.

В нашем опросе мы так же поинтересовались у студентов с какими проблемами, связанными со здоровьем, они столкнулись.

Основываясь на диаграмме, можно заметить, что с наибольшим перевесом победила проблема выносливости. Учащиеся успели привыкнуть к неподвижной жизни, сидя дома. Карантинные меры, принятые Правительством РУз, заставили граждан, в прямом смысле этого слова, большую часть времени находиться дома, а для студентов – за компьютером. Заметной проблемой, обозначившейся в период дистанционного образовательного процесса, является набор веса при малоподвижном образе жизни. Это связано с тем, что не все люди готовы заниматься спортом дома, поддерживать тот образ жизни, который у них был до карантина.

Так мы приблизились к теме спорта в жизни студентов. Для реализации дисциплины «Физическая культура» должна быть выработана программа, при которой студенты могли бы выполнять индивидуальные задания с физической нагрузкой и творческим подходом к

занятиям. Сейчас такие программы активно разрабатываются и внедряются на различных платформах.

Студенты ВУЗа имеют практически неограниченные временные возможности для занятий физической культурой в любое удобное для них время.

В домашних условиях тоже можно найти возможности заниматься спортом, студенты могут использовать подручные средства: гантели, скакалки и т. д.

Чтобы держать себя в хорошей физической форме нужно заниматься не только физической культурой, но и следить за своим питанием. Соблюдая правила здорового питания, регулярные физические упражнения и прогулки на свежем воздухе студенты самостоятельно могут сократить риск хронических заболеваний и расстройств, таких как ожирение, сердечно-сосудистые заболевания, диабет, повышенное давление и рак.

Для наглядности мы решили провести онлайн-опрос среди студентов разных курсов нашего факультета, чтобы выяснить, как изменился их образ жизни с наступлением дистанционного обучения, мы задали вопрос «Изменился ли ваш образ жизни в связи с карантинными мерами, стали ли вы меньше двигаться?» и вот какой вывод был сделан: дистанционное обучение сильно повлияло на физическую активность половины учащихся нашего факультета.

Диаграмма 2. Отображены результаты опроса об образе жизни учащихся Ташкентского финансового института во время дистанционного обучения

(в разрезе курсов)



Студенты начали реже выходить из дома, а это значит, что спортивные нагрузки сильно снизились, так как в их жизни приостановились ежедневные поездки в университет. К сожалению, правильно и эффективно заниматься дома умеют не все, поэтому хотим мы этого или нет, но активность резко упала.

Карантинные меры стали неожиданностью не только для нашего института, но и для всего мира в целом. К счастью, на сегодняшний момент обстановка постепенно налаживается и люди возвращаются в рабочий процесс.

Результаты опроса подтверждают, что наше здоровье и самочувствие напрямую связаны с тем, как мы проводим день, в каком режиме живём, как распределяем время для сна, для отдыха, для питания, физической нагрузки.

ИСПОЛЬЗОВАННЫЕ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Залевская, Е.Н. Занятия по физической культуре в вузе как средство регулирования психоэмоционального состояния студентов в условиях пандемии / Е.Н.Залевская // Материалы науч.-практ. конф. с междунар. участием «Актуальные проблемы теории и практики спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры». - Самара, 19 марта 2020 г. [Электронный ресурс]. — Электрон. текст. дан. [2,5 Мб]. С. 100-104. – Самара: ООО «Научно-технический центр», 2021.
2. Ibragimov G. Digitalization: rating of countries and prospects of uzbekistan //International Finance and Accounting. – 2021. – Т. 2021. – №. 3. – С. 31.
3. Ибрагимов Г.А. Анализ в маркетинговой деятельности //Современные проблемы социально-гуманитарных наук. – 2016. – №. 3. – С. 87-91.
4. Xudayberdieva D.A., Shodmonov X. N. Methods of teaching economic disciplines in modern conditions of the modification //Theoretical & Applied Science. – 2020. – №. 1. – С. 792-795.
5. Abidovna K.D., Asatillaevich A. B. Stages of technical training of athletes //Euro-Asia Conferences. – 2021. – Т. 1. – №. 1. – С. 94-96.
6. Мухтаров Ш.Ш. Мировая практика и национальные свойства результативного использования человеческого капитала в хозяйстве //Научный прогресс. – 2017. – №. 3. – С. 61-62.
7. Xudoyberdiyeva D.A., Ibragimov G. A. Prospects of service in Uzbekistan //Экономика и социум. – 2019. – №. 12. – С. 147-150.
8. Numonjonov S. D. Innovative methods of professional training //ISJ Theoretical & Applied Science. – 2020. – Т. 1. – №. 81. – С. 747-750.
9. Abidovna K. D., Asatillaevich A. B. Sport Management: Sport Management //JournalNX. – С. 342-345.
10. Abbasov B. A., Mavlyanov F. A. ISSUES OF IMPROVEMENT OF THE FORM OF PHYSICAL EDUCATION IN HEALTH PROMOTION //Theoretical & Applied Science. – 2019. – №. 10. – С. 659-661.
11. Xudoyberdiyeva D. A. MANAGEMENT OF THE SERVICES SECTOR AND ITS CLASSIFICATION //Theoretical & Applied Science. – 2019. – №. 10. – С. 656-658.
12. Abbasov B. A., Mavlyanov F. A. SPECIFIC FEATURES OF VOCATIONAL AND PRACTICAL PHYSICAL TRAINING OF STUDENTS //ПРИОРИТЕТНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ НАУЧНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ. – 2019. – С. 3-4.
13. VOCATIONAL S. F. O. F. UDK 37.02 Abbasov BA, senior lecturer Mavlyanov FA, teacher Tashkent Institute of Finance Uzbekistan, Tashkent. – 2019.
14. Asatillaevich A. B. et al. THE IMPACT OF SERVICE SECTOR ON WELFARE //Journal of Critical Reviews. – 2020. – Т. 7. – №. 5. – С. 330-333.