

ЕФЕКТИВНІ ПІДХОДИ ДО ВИКЛАДАННЯ ДИСЦИПЛІНИ «ЛИЖНИЙ СПОРТ» В УМОВАХ ОНЛАЙН-НАВЧАННЯ В ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Тетяна Сидорова, к.фіз.вих, доцент

*Харківська державна академія фізичної культури
Харків, Україна*

Вступ. У сучасних умовах розвитку освіти дистанційні та змішані форми навчання набувають все більшого поширення. Використання інформаційно-комунікаційних технологій у навчальному процесі сприяє підвищенню доступності освіти та створює нові можливості для організації освітньої діяльності у закладах вищої освіти. Особливо актуальним це питання є для дисциплін спортивно-практичного спрямування, зокрема дисципліни «Лижний спорт».

Традиційно викладання лижного спорту передбачає значну кількість практичних занять, спрямованих на формування технічних навичок пересування на лижах, розвиток фізичних якостей та засвоєння методики підготовки спортсменів. Однак сучасні умови розвитку дистанційної освіти, а також обмеження доступу до спортивних баз або природних умов, зумовлюють необхідність адаптації методики викладання даної дисципліни до онлайн-формату [1].

Використання цифрових технологій, мультимедійних ресурсів та спеціалізованих освітніх платформ дозволяє забезпечити ефективну організацію навчального процесу навіть у дистанційному форматі. Онлайн-навчання відкриває можливості для проведення лекційних та семінарських занять, аналізу техніки пересування на лижах за допомогою відеоматеріалів, а також організації різних форм самостійної роботи студентів.

Аналіз науково-методичної літератури свідчить про те, що питання методики підготовки лижників широко висвітлюється у працях фахівців у галузі фізичної культури і спорту. У дослідженнях розглядаються проблеми технічної підготовки спортсменів, розвитку фізичних якостей, планування тренувального процесу та вдосконалення методики навчання. Водночас проблема викладання дисципліни «Лижний спорт» у дистанційному форматі залишається недостатньо дослідженою [2].

У зв'язку з цим актуальним є визначення ефективних підходів до викладання дисципліни «Лижний спорт» в умовах онлайн-навчання у закладах вищої освіти.

Мета дослідження: аналіз науково-методичної літератури та визначення ефективних підходів до викладання дисципліни «Лижний спорт» в умовах онлайн-навчання у закладах вищої освіти.

Матеріал і методи дослідження та їх обговорення. Для досягнення поставленої мети було використано такі методи дослідження: аналіз та узагальнення науково-методичної літератури з проблеми викладання

дисципліни «Лижний спорт», аналіз сучасних підходів до організації дистанційного навчання у сфері фізичної культури і спорту, а також порівняння та систематизацію отриманої інформації [3].

Застосування зазначених методів дозволило визначити основні напрямки використання цифрових технологій у процесі викладання спортивних дисциплін та обґрунтувати ефективність їх застосування у навчальному процесі.

Результати дослідження. Аналіз науково-методичної літератури дозволив визначити ряд ефективних підходів до викладання дисципліни «Лижний спорт» в умовах онлайн-навчання.

Одним із найбільш ефективних підходів є використання мультимедійних навчальних матеріалів. Відеоматеріали дозволяють студентам детально ознайомитися з технікою виконання різних способів пересування на лижах, зокрема класичних і ковзанярських ходів. Перегляд навчальних відео та аналіз виступів висококваліфікованих спортсменів сприяє кращому розумінню технічних особливостей виконання рухів.

Важливим елементом дистанційного навчання є використання освітніх онлайн-платформ, таких як системи дистанційного навчання, відеоконференції та електронні освітні ресурси. За допомогою цих засобів викладач може проводити лекційні заняття, семінари, консультації, а також здійснювати контроль знань студентів [4].

Значну роль у дистанційному навчанні відіграє організація самостійної роботи студентів. До таких видів роботи можуть належати підготовка презентацій, аналіз техніки лижних ходів, складання планів тренувальних занять, а також вивчення правил змагань з лижних перегонів.

Крім того, ефективним підходом є використання відеоаналізу техніки виконання рухів. Студенти можуть аналізувати відеозаписи тренувань або змагань, визначати основні технічні помилки та пропонувати шляхи їх виправлення. Такий підхід сприяє розвитку аналітичного мислення та формує професійні компетентності майбутніх фахівців у сфері фізичної культури і спорту.

Висновки. Таким чином, результати аналізу науково-методичної літератури свідчать про те, що використання дистанційних технологій у процесі викладання дисципліни «Лижний спорт» у закладах вищої освіти має значний потенціал. Застосування мультимедійних ресурсів, онлайн-платформ та інтерактивних методів навчання сприяє підвищенню ефективності засвоєння теоретичних знань та формуванню професійних компетентностей студентів.

Важливим компонентом дистанційного навчання є організація самостійної роботи студентів, використання відеоаналізу техніки рухів та застосування сучасних цифрових технологій у навчальному процесі. Поєднання зазначених підходів дозволяє частково компенсувати відсутність традиційних практичних занять та забезпечити належний рівень підготовки майбутніх фахівців у сфері фізичної культури і спорту.

Список використаної літератури.

1. Котляр С.М., Сидорова Т.В., Топорков О.М., Сичов О.І., Лижна Підготовка : навч.-метод.посіб. Харків, 2023. 160 с.
2. Котляр С.М., Топорков О.М. Розвиток координаційних якостей у лижників-гонщиків у підготовчому періоді річного макроциклу. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2020. Том. 76. Випуск 2. С.41 - 55.
3. Платонов В. М. Сучасна система спортивного тренування. Київ: Перша друкарня, 2020. 704 с.
4. Пеньковець В. І., Пеньковець Д. В. Лижний спорт (лижні гонки, біатлон): навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту. Чернігів: Чернігівський національний педагогічний університет, 2015. 257 с.