

Як долаються труднощі освітнього процесу під час війни в УкрДУЗТ? Багато викладачів знайшли методи навчання у воєнний час, які допомагають здобувачам навчатися без прогалин у знаннях і зайвого стресу.

Наприклад, навчальні матеріали можна знайти в інтернеті, або ж викладач надає їх одразу після початку занять.

Висококваліфіковані педагоги викладають тему заняття найбільш доступно, але при цьому об'ємно.

Також керівництво кафедри фізичного виховання та спорту не вимагає від здобувачів складання завдань у короткий термін, розуміючи, що не завжди вони можуть вийти на зв'язок чи знайти якісний інтернет. А це зменшує кількість стресових ситуацій, яких і так під час війни вистачає [2].

Війна не може тривати вічно, але зараз треба докладати зусиль, щоб долати труднощі разом, бо майбутнє в руках наших здобувачів, і ніхто, крім нас, не допоможе їм зробити до нього перший крок.

1. Гринько В. М., Кудєлко В. Є. The X International Science Conference «Implementation of scientific foundations in Practice», April 19–21, 2021, Turin, Italy. 157 p.

2. Гринько В. М. Змішане навчання як пріоритетна форма дистанційного навчання з фізичного виховання в УкрДУЗТ. Проблеми впровадження дистанційної та дуальної форм здобуття вищої освіти в Українському державному університеті залізничного транспорту. 24–25 листопада 2021 р. Харків: УкрДузт, 2021. С. 72-73.

*Старший викладач кафедри фізичного виховання та спорту І. О. Сапегіна*

*Український державний університет залізничного транспорту (м. Харків)*

## **ЕФЕКТИВНІСТЬ ВИКОРИСТАННЯ МОБІЛЬНИХ ДОДАТКІВ У СИСТЕМІ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ УКРАЇНСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ ЗАЛІЗНИЧНОГО ТРАНСПОРТУ СПЕЦІАЛІЗАЦІЇ «ЛЕГКА АТЛЕТИКА» ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ**

Покращення ефективності вищої освіти в системі дистанційного навчання під час воєнного стану в Україні багато в чому залежить від якості оволодіння та використання здобувачами та викладачами нових цифрових розробок.

Спортивні мобільні фітнес-додатки можуть бути важливим інструментом впровадження цифрових технологій у навчальний процес з фізичного виховання в УкрДУЗТ.

Використання мобільних додатків у практичній діяльності дають змогу підвищити результативність навчання: урізноманітнювати заняття, підвищувати динамічність, покращувати мотивацію, збільшувати продуктивність, оптимізувати навчальний час.

Новітні програмні спортивні та фітнес-продукти суттєво доповнюють можливості традиційного навчання та підвищують загальний освітній ефект, розширюють вибір засобів, форм і темпу навчання, підвищують мотивацію до самостійного навчання, формують установку на безперервну освіту протягом життя.

Застосування мобільних додатків ефективно допомагає при організації самостійної роботи здобувачів, навчає простим методикам планування та проведення самостійних практичних занять, спортивних тренувань. Вони створюють уявлення та гарну наочність про виконання різних фізичних вправ у процесі самостійної роботи, при виконанні домашніх завдань і складанні нормативів фізичної підготовленості.

Ефективність використання мобільних додатків здобувачами в системі дистанційного навчання багато в чому визначається якістю свідомості, готовністю до самовдосконалення, позитивною налаштованістю особистості та дотриманням основних принципів фізичного виховання.

Спортивні мобільні додатки – це гарний помічник у проведенні онлайн-змагань з оздоровчої ходьби, бігу, велоспорту. Змагальну діяльність можна розглядати як збільшення рухової активності для покращення здоров'я здобувачів під час дистанційного навчання, так і специфічну діяльність, без здійснення якої неможливий розвиток і вдосконалення здобувачів-спортсменів. Змагальна діяльність є базовою та необхідною частиною спорту.

Для здобувачів спеціалізації «Легка атлетика» більш цікавими є бігові мобільні додатки. Додатки для реєстрації рухової активності під час ходьби та бігу схожі за структурою, їх можна використовувати майже для всіх видів пересувань.

Отже, використання мобільних спортивних додатків у системі дистанційного навчання під час воєнного стану може бути одним зі шляхів забезпечення доступної фізичної активності здобувачів заради зміцнення здоров'я.

1. Блажко Л. М., Рассоха І. В., Рендюк С. П. Використання мобільних додатків у навчальному процесі. *Вища школа*. 2020. № 26.
2. Корольова С. А., Корольов І. В., Горячова Н. М. Застосування сучасних гаджетів під час вирішення рекреаційних та освітніх завдань у фізичному вихованні студентів МТУСІ. Методичні питання викладання інфокомунікацій у вищій школі. Т. 9, 2, 64-69, 2020.
3. Хуртенко О. В., Дмитренко С. М., Сорокіна Н. О., Лісчишин Г. В. Використання мобільних додатків як один із засобів ведення здорового способу життя. *Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. Н.П. Драгоманова*. Серія 15. 2021. С. 135-138.
4. Товт В. А., Маріонда І. І., Сивохоп Е. М., Сусла В. Я. Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності: навч. посіб. Ужгород, 2015. 88 с.

*Канд. наук з фізичного виховання і спорту,  
доцент кафедри фізичного виховання та  
спорту А. Я. Єфремова,  
старший викладач М. І. Дорош*

*Український державний університет залізничного транспорту (м. Харків)*

## **ОСНОВНІ НАПРЯМИ ВИКОРИСТАННЯ ІНФОРМАЦІЙНО-КОМУНІКАТИВНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ**

Сфера освіти, як і всі сфери життя суспільства, щороку зазнає кардинальних змін. Динамічний розвиток процесів інформатизації у всіх сферах діяльності людини сьогодні дає можливість активно впроваджувати інформаційно-комунікаційні технології в систему фізичного виховання в закладах вищої освіти. Саме такий підхід вже сьогодні забезпечує подальше вдосконалення навчально-виховного процесу, підготовку молодих спеціалістів до майбутньої професійної діяльності [1].