

**Фазлеев Руслан Наилевич**

магистрант

*Научный руководитель*

**Трегубова Татьяна Моисеевна**

д-р пед. наук, профессор

ФГБОУ ВО «Поволжский государственный университет

физической культуры, спорта и туризма»

г. Казань, Республика Татарстан

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА: ПЕРСПЕКТИВЫ И ВЫЗОВЫ ДЛЯ СТУДЕНТОВ И ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ**

*Аннотация:* в статье рассматриваются психологические особенности перехода к системе дистанционного обучения в сфере физической культуры и спорта, затрагиваются как положительные, так и отрицательные стороны дистанционного образования. Выявлены ключевые проблемы данного формата, включая проблему поддержания мотивации среди студентов и трудностей при организации занятий. В ходе исследования проведен опрос, были получены результаты об эффективности ДО со стороны психоэмоционального состояния студентов и педагогов, а также подчеркнута важность учета психологических аспектов во время проведения онлайн обучения.

*Ключевые слова:* дистанционное обучение, физическая культура, психологические аспекты, цифровые технологии, студенты, преподаватели, образование.

Актуальность данного исследования обусловлена необходимостью грамотной интеграции цифровых технологий в процесс обучения, для повышения качества образования в данной области, с учётом всех психологических особенностей, предоставляющей педагогам и учащимся наиболее комфортные и эффективные пути взаимодействия, выявляя основные проблемы и перспекти-

вы для всех участников образовательного процесса в условиях дистанционного обучения.

При определенных условиях дистанционное обучение упрощает и улучшает процесс получения образования, делая его доступным для более широкого круга участников, однако преподавание дисциплин в сфере физической культуры и спорта с применением цифровых технологий ставится под сомнение многими специалистами. По мнению некоторых исследователей, дистанционное обучение должно внедряться в систему образования лишь по необходимости и не может в полной мере заменить классические формы обучения [1; 4; 7]. Не касаясь дебатов о рациональности использования технологий в сфере физической культуры и спорта с точки зрения практических занятий, стоит отдельно рассмотреть психологические аспекты, одним из которых является мотивация участников образовательного процесса. Дистанционное обучение оказывает значительное влияние на мотивацию, самоорганизацию и дисциплину как студентов, так и педагогов. Для определенного числа учащихся, дистанционное обучение воспринимается менее серьезно, чем занятия в очной форме обучения, из этого вытекает низкий уровень заинтересованности занятиями без отсутствия определенного «живого» контроля здесь и сейчас, который присутствует в лице педагога в традиционной системе обучения. Студенты, как и педагоги, в случаях некорректного введения дистанционного образования могут быть менее организованными и сосредоточенными, так как данная форма ещё не до конца укрепилась в нашей системе, не имеет определенного, единого и качественного фундамента, позволяющего наиболее удобно осуществлять и контролировать процесс, тогда возрастаёт необходимость в дополнительной мотивации на протяжении всего срока обучения, с самого начала, когда у студентов и педагогов отсутствует понимание и четкое представление, до конца, когда наступает время подводить итоги и проходить экзаменационные мероприятия, которые так же сильно влияют на психологическое состояние участников процесса [2; 3]. Другие трудности, такие как: недостаток общения в очном формате, технические проблемы, большой объем самостоятельной работы,

---

снижение работы со стороны преподавателей, часть которой переносится на онлайн ресурсы и в некоторых случаях не может быть выполнена так же качественно, как работа живого человека, отталкивают студентов от дистанционного формата [6].

В свою очередь, преподаватели так же отмечают определенные проблемы: невозможность полноценного обучения физкультурно-спортивным предметам, снижение прямого влияния на студентов, низкая заинтересованность обучающихся в дисциплине и возрастание нагрузки на преподавателя [6]. Из-за ограниченных возможностей для общения и физической активности студенты сталкиваются с определенными проблемами, что особенно актуально для студентов физической культуры, для которых совместные занятия и тренировки являются важнейшим элементом учебного процесса. В некоторых случаях это приводит к повышению уровня стресса, связанного с отсутствием привычной социальной среды и необходимостью адаптации к непривычным условиям, а также с недостатком взаимодействия с преподавателями и одногруппниками. Также можно отметить, что часть студентов и преподавателей могут испытывать трудности с концентрацией внимания на образовательном процессе. Согласно опросу, проведенному среди 300 студентов, обучающихся по программам физической культуры и спорта, только 12% опрошенных на вопрос об уровне мотивации к занятиям в условиях дистанционного обучения ответили «очень высокая», большая часть – 30% дали оценку «высокая», 36% «средняя», 16% «низкая» и 6% «очень низкая». На вопрос о столкновении с возникающими трудностями при организации дистанционного обучения 17% дали ответ «очень часто», 23% «часто», 27% «редко», 20% «очень редко» и 13% «нет трудностей». Качество онлайн занятий было оценено 20% обучающихся как «очень высокое», 27% «высокое», 30% «среднее», 17% дали оценку «низкое» и 6% «очень низкое». Среди 70 опрошенных педагогов лишь 8% оценили уровень вовлеченности студентов в онлайн-занятиях как «очень высокий», 9% как «высокий», 34% «средний», 28% дали оценку «низкий» и 21% «очень низкий». На вопрос об эффективности дистанционного обучения по сравнению с традиционным 5% ответи-

ли «значительно лучше», 7% «лучше», 13% «одинаково», 28% «хуже» и 47% «значительно хуже». Несмотря на значительное количество отрицательных психологических аспектов, внедрение удаленного обучения позволяет студентам получать доступ к образовательным ресурсам в любое время и из любого места, открывая больше возможностей студентам из удаленных регионов, а также предоставляя возможность не пропускать материал даже при временном отсутствии и досрочно проходить аттестацию [5]. По итогам исследования подчеркивается важность учета психологических аспектов при организации дистанционного обучения в сфере физической культуры и спорта. Для повышения эффективности учебного процесса необходима разработка системы поддержки студентов и преподавателей, способствующей повышению уровня мотивации, самоорганизации и психологического состояния. В результате опроса большинство студентов оценивают свою мотивацию как среднюю или высокую, однако значительная часть сталкивается с трудностями в процессе дистанционного обучения. Преподаватели в свою очередь отмечают низкий и средний уровень вовлеченности студентов, а также меньшую эффективность дистанционного обучения по сравнению с традиционным.

Дальнейшие исследования могут быть направлены на изучение последствий дистанционного обучения для психического здоровья студентов в долгосрочной перспективе и разработке инновационных методов преподавания, учитывающих индивидуальные потребности студентов, с целью улучшения качества дистанционного образования в сфере физической культуры и спорта и повышения вовлеченности как студентов, так и преподавателей.

### ***Список литературы***

1. Боброва Г.В. Результативность занятий физической культурой в дистанционном формате / Г.В. Боброва, О.В. Подкопаева // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. – 2021. – №1. – DOI 10.47475/2500-0365-2021-16101. – EDN АОМКФО
2. Генезис когнитивной парадигмы образования / Р.Х. Гильмеева, А.Р. Камалеева, А.С. Кац [и др.]. – Казань: Институт педагогики, психологии и

4 <https://phsreda.com>

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

---

социальных проблем, 2021. – 239 с. – ISBN 978-5-89917-256-4. – DOI 10.51379/j7741-0571-3535-w. – EDN LTFFYM.

3. Дацков С.В. Мотивация познавательной деятельности при обучении средствами дистанционных образовательных технологий по заочной форме / С.В. Дацков // Вестник КГУ. – 2009. – №2.

4. Колесникова О.Б. Использование дистанционных технологий по дисциплине «физическая культура и спорт» у студентов вуза / О.Б. Колесникова, Н.Н. Пьянзина, М.Г. Шнайдер // Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт. – 2019. – №10. – EDN JCRKQO

5. Кремнева В.Н. Актуальные проблемы организации дистанционного обучения по дисциплине «Физическая культура и спорт» / В.Н. Кремнева, Л.А. Неповинных, Е.М. Солововник // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2020. – №6–1. – DOI 10.24411/2500-1000-2020-10664. – EDN RCIKPC

6. Дистанционные формы образования со студентами вуза физической культуры: проблемы и выводы / А.М. Кузьмин, М.Ф. Шарипов, С.В. Бренч, В.К. Миловидов // Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт. – 2021. – №7. – DOI 10.24412/2305-8404-2021-7-10-17. – EDN GUVVZP

7. Трегубова Т.М. Использование мультимодальных форм смешанного обучения в образовательных программах вузов / Т.М. Трегубова, И.Н. Айнутдинова, К.А. Айнутдинова // Ярославский педагогический вестник. – 2022. – №4 (127). – С. 66–74. – DOI 10.20323/1813-145X-2022-4-127-66-74. EDN LMCFYC