

ІНДИВІДУАЛЬНИЙ ПІДХІД У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ДО СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ ПРИ ДИСТАНЦІЙНІЙ ФОРМІ НАВЧАННЯ

Церетелі В.О., Грдзелідзе С.Р., Ширяєва С.В.

Національний технічний університет

«Харківський політехнічний інститут»,

*Україна, м. Харків, viktoriya.tsereteli@gmail.com, ripatovich@gmail.com,
svsh21@ukr.net*

Анотація. Стаття присвячена дослідженню ефективності індивідуального підходу в фізичному вихованні студентів спеціальної медичної групи при дистанційній формі навчання. Дослідження показало, що впровадження індивідуальних програм фізичного виховання, зокрема складання персоналізованих комплексів вправ та запис студентами відео-занять, призвело до покращення фізичного стану, збільшення зацікавленості учасників у заняттях та покращення загального самопочуття. Результати свідчать про важливість індивідуального підходу в фізичному вихованні студентів спеціальної медичної групи та підтверджують необхідність подальшого розвитку цієї методики для покращення якості навчання та збереження здоров’я студентів.

Ключові слова: індивідуальний підхід, фізичне виховання, спеціальна медична група, дистанційне навчання, самостійна робота, відео-заняття.

Вступ. У сучасних умовах розвитку освіти дистанційна форма навчання набуває все більшої популярності, зокрема серед студентів спеціальної медичної групи, які змушені обмежувати свої фізичні навантаження через певні захворювання чи обмеження здоров’я. Однак, забезпечення їм відповідного рівня фізичної активності залишається

актуальною проблемою. У зв’язку з цим, розробка індивідуального підходу до фізичного виховання студентів спеціальної медичної групи у дистанційній формі навчання має велике значення для підтримки та поліпшення їхнього фізичного здоров’я [1, 3].

Мета дослідження - вивчення ефективності індивідуального підходу у фізичному вихованні до студентів спеціальної медичної групи при дистанційній формі навчання.

Результати дослідження та їх обговорення. З жовтня 2023 року по березень 2024 року в дослідженні прийняли участь студенти, віднесені до спеціальної медичної групи. Кожен студент був оцінений щодо його фізичного стану, медичних обмежень та індивідуальних потреб у фізичному навантаженні. На початку семестру кожен студент отримав індивідуальні завдання на складання комплексу вправ, який відповідав його захворюванню та фізичному стану.

Протягом семестру кожен студент виконував фізичні вправи за індивідуальним комплексом та записував їх виконання на відео. Відео занять надсилались на перевірку викладачеві до 4 разів на тиждень. Крім того, студентам було надано завдання для самостійної роботи, спрямоване на покращення загального стану здоров’я [2].

Загальна кількість учасників: дослідження охопило 200 студентів спеціальної медичної групи, які навчаються у дистанційній формі.

Покращення фізичного стану: 70% студентів відзначили покращення свого фізичного стану після впровадження індивідуального підходу до фізичного виховання.

Ступінь зацікавленості: 85% учасників висловили задоволення від нової програми фізичного виховання та відзначили більшу зацікавленість у заняттях порівняно з попередніми методами.

Частота виконання вправ: після впровадження індивідуальних програм 65% студентів почали виконувати фізичні вправи регулярно, згідно з наданими завданнями.

Загальне самопочуття: 70% учасників відчули покращення свого загального самопочуття та збільшення енергії після впровадження індивідуального підходу.

Отримані дані підтверджують важливість індивідуального підходу в фізичному вихованні студентів спеціальної медичної групи під час дистанційного навчання. Такий підхід дозволяє оптимізувати процес занять, максимально враховуючи медичні обмеження кожного студента.

Дистанційна форма навчання не повинна ставити під загрозу фізичне здоров'я студентів. Застосування індивідуальних програм фізичного виховання дозволяє забезпечити їм можливість активної участі у заняттях та покращити їхнє фізичне самопочуття.

Висновки. Дослідження підтверджує, що індивідуальний підхід у фізичному вихованні студентів спеціальної медичної групи під час дистанційного навчання є ефективним. Результати свідчать про покращення фізичного стану, збільшення зацікавленості учасників у заняттях та покращення загального самопочуття. Індивідуальний підхід дозволяє максимально враховувати медичні обмеження та індивідуальні особливості кожного студента, що сприяє покращенню результатів навчання та збереженню їхнього здоров'я. Результати цього дослідження підкреслюють важливість подальшого розвитку і впровадження індивідуальних програм фізичного виховання для студентів спеціальної медичної групи під час дистанційного навчання.

Список джерел інформації:

1 Церетелі В.О., Юшко О.В., Грдзелідзе С.Р. Вплив фізичного виховання на зменшення ризику розвитку депресії у студентів під час воєнного стану в Україні. Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. 2023 Березень 28; 39: 71-75 с.

2 Церетелі В.О., Грделіде С.Р., Хірний С.В. Інноваційні підходи до формування здоров'язбережувального способу життя серед студентської аудиторії в умовах воєнного стану в Україні. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць / За ред. О. В. Тимошенка. - Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2024. - Випуск 3К(175) 24. 197-200 с.

3 Церетелі В.О. Проведення занять з фізичного виховання зі студентами СМГ в дистанційному режимі під час воєнного стану. «Здоров'я нації і вдосконалення фізкультурно-спортивної освіти»: тези III Міжнародної науково-практичної конференції». 27-28 квітня 2023 р. Харків: НТУ «ХП». С. 455-459.