

УДК 796.062

# ИССЛЕДОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ДИСТАНЦИОННОГО ФОРМАТА ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

ЭМИРУСАЙИНОВ БЕКИР ИБРАГИМОВИЧ

старший преподаватель

КАШАПОВ РИЯЗ РАДИКОВИЧ

студент

«Казанский (Приволжский) федеральный университет»

**Аннотация:** В статье рассматриваются особенности и эффективность дистанционного обучения по дисциплине «Физическая культура». Анализируются преимущества такого формата, такие как доступность, снижение затрат на обучение и развитие самостоятельности студентов, а также выявляются его недостатки, включая ограничение социального взаимодействия и отсутствие полноценной материально-технической базы. Проведен сравнительный анализ дистанционного и традиционного обучения по ключевым критериям. В заключении предлагается использование гибридных моделей обучения по дисциплине «Физическая культура» для оптимизации образовательного процесса и повышения его эффективности в постпандемийный период.

**Ключевые слова:** дистанционное обучение, дисциплина «Физическая культура», дистанционные занятия, гибридное обучение, дистанционные образовательные технологии.

RESEARCH OF THE EFFECTIVENESS OF DISTANCE FORMAT OF PHYSICAL EDUCATION CLASSES  
IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS

Emirusayinov Bekir Ibrahimovich,  
Kashapov Riyaz Radikovich

**Abstract:** The article discusses the features and effectiveness of distance learning in the discipline «Physical Education». The advantages of this format, such as accessibility, cost reduction and development of student independence, are analyzed, and its disadvantages are identified, including limited social interaction and the lack of a full-fledged material and technical base. A comparative analysis of distance and traditional learning is carried out according to key criteria. In conclusion, the use of hybrid models of teaching the discipline «Physical Education» is proposed to optimize the educational process and increase its effectiveness in the post-pandemic period.

**Key words:** distance learning, discipline «Physical Education», distance classes, hybrid learning, distance learning technologies.

**Введение.** Дистанционное образование ряд исследователей называют «образованием XXI века» [1, с. 5]. Значительную роль в распространении такого формата обучения сыграла коронавирусная инфекция (COVID-19). Кризис, спровоцированный распространением коронавируса, вынудил властиope-

ративно принять ряд мер, направленных на минимизацию риска заражения во всех областях жизнедеятельности общества. Одной из таких инициатив стало срочное введение дистанционного формата обучения в ВУЗах и ССУЗах с использованием электронных образовательных платформ. Эта мера соответствовала современному уровню развития информационных технологий, доступности интернета и техники среди основной части населения нашей страны. Стоит отметить, что дистанционные образовательные технологии в пандемийный период в учебных заведениях использовались при реализации большинства дисциплин, в том числе, дисциплины «Физическая культура».

Целью статьи является оценка эффективности дистанционного формата занятий физической культурой в образовательных учреждениях на основе анализа преимуществ и недостатков такого способа обучения, сравнения с традиционной формой обучения.

**Литературный обзор.** Дистанционное обучение смогло быстро прийти на смену традиционному формату обучения, которое стало невозможным в период пандемии 2020 г. Однако в 2023 г. решением ВОЗ по рекомендации чрезвычайного экспертного совета было принято официальное прекращение статуса пандемии COVID-19, о чем объявил глава Всемирной организации, Тедрос Адханом Гебрейесус. В постпандемийный период образовательный процесс снова подвергся изменениям, однако, уже в сторону возвращения к традиционной форме обучения [2, с. 163]. К 2025 г. большинство образовательных учреждений (ВУЗы и ССУЗы) вернулись к традиционной форме обучения.

Однако нельзя не отметить тот факт, что дистанционный формат обучения обладает своими преимуществами. По этой причине для реализации некоторых дисциплин в ряде учебных заведений сохранился дистанционный, либо гибридный формат обучения (в этом случае преподаватель проводит занятия в аудитории, при этом одна часть обучающихся приходит лично, а другая подключается к занятию дистанционно).

Примером реализации дистанционного формата обучения является проект «Национальная платформа открытого образования» [3]. Данная платформа создана при активном содействии Ассоциации «Национальная платформа открытого образования», учрежденной ведущими университетами, среди которых МГУ имени М.В. Ломоносова, СПбПУ и другие вузы. Неоспоримым преимуществом платформы является возможность зачесть пройденный курс в своем университете [3]. Все курсы, размещенные на платформе, соответствуют требованиям к результатам обучения образовательных программ, реализуемых в высших учебных заведениях. На платформе [3] размещены курсы в рамках различных дисциплин. Например, одним из курсов, реализуемых в период с 10 февраля по 30 июня 2025 г. является курс «Физическая культура» от УрФУ им. первого Президента России Б.Н. Ельцина. Цель курса – помочь в развитии физической культуры личности, формирование образа жизни с достаточным уровнем физических нагрузок [4].

**Результаты.** Для попытки оценки эффективности дистанционного формата занятий физической культурой в образовательных учреждениях выделено 10 критериев. По ним в дальнейшем было приведено сравнение дистанционного и традиционного формата занятий и оценено наличие (+) или отсутствие (-) того или иного критерия (см. табл. 1).

Как видно из табл. 1, дистанционное обучение обладает 6 критериями из 10 – доступ к занятиям из любого места; равные возможности для обучающихся разного уровня подготовленности; снижение затрат на обучение (финансовая выгода); использование ИКТ в процессе обучения; экономия времени; наличие обратной связи от преподавателя. Эти же критерии можно приравнять к положительным сторонам дистанционного формата занятий физической культурой в образовательных учреждениях.

В исследовании [1, с. 6] отмечается, что дистанционные занятия развивают способности к самостоятельному обучению, учат эффективно использовать полученные знания в реальной жизни, способствуют развитию гибкости и творческого подхода. В исследовании [5, с. 89], посвященном практической реализации дистанционного обучения в области физической культуры и спорта, отмечается, что такой формат повышает эффективность обучения и мотивацию студентов к занятиям, а кроме того, образовательный материал становится более доступным.

В то же время, нельзя не отметить недостатки такого обучения. Так, дистанционный формат затрудняет непосредственный контакт обучающегося и преподавателя, при этом отсутствуют и социаль-

ные контакты между обучающимися. Кроме того, при реализации дистанционного формата обучения по дисциплине «Физическая культура» обучающиеся, как правило, не имеют доступа к правильно оборудованному помещению для занятий и соответствующему инвентарю и страховке.

**Таблица 1**  
**Сравнительная таблица дистанционного и традиционного формата занятий**  
**по дисциплине «Физическая культура»**

№ п/п	Критерий	Дистанционное обучение	Традиционное обучение
1	Непосредственный контакт обучающегося и преподавателя	-	+
2	Доступ к занятиям из любого места	+	-
3	Правильно оборудованное помещение для занятий	-	+
4	Наличие инвентаря и страховки при выполнении упражнений	-	+
5	Равные возможности для обучающихся разного уровня подготовленности	+	-
6	Снижение затрат на обучение	+	-
7	Использование ИКТ в процессе обучения	+	-
8	Экономия времени	+	-
9	Наличие обратной связи от преподавателя	+	+
10	Социальный контакт	-	+

**Заключение.** Дистанционное обучение дисциплине «Физическая культура» обладает рядом существенных преимуществ, таких как доступность из любого места, финансовая выгода, развитие самостоятельности и гибкости у обучающихся, а также возможность использования современных информационно-коммуникационных технологий. Эти достоинства позволяют сохранять образовательный процесс в сложных условиях, например, в условиях карантина. Однако, несмотря на положительные стороны, дистанционный формат сталкивается со значительными недостатками. В постпандемийный период оптимальным представляется использование гибридных моделей обучения, сочетающих преимущества дистанционных технологий с возможностями традиционной формы. Такой подход позволит максимально эффективно реализовать цели физической культуры в образовательных учреждениях, обеспечивая развитие физических навыков и социальной компетентности студентов. Очевидно, стоит продолжать исследования для совершенствования методов дистанционного обучения и поиска решений для устранения его недостатков.

#### Список источников

1. Калинина И.Ф., Смирнов А.А. Анализ эффективности применения дистанционных форм обучения в учебном процессе по предмету «Физическая культура» // Современное педагогическое образование. – 2021. – № 3. – С. 5-7.
2. Поддубная Я.Н., Котов К.С., Слукина А.А. Реадаптация студентов к традиционной форме обучения в постпандемийный период // Гуманитарные и социальные науки. – 2023. – № 2, Т. 97. – С. 163-168.
3. Открытое образование [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: <https://openedu.ru/> (20.05.2025).
4. Физическая культура [Электронный ресурс] // Открытое образование: сайт. – Режим доступа: URL: <https://openedu.ru/course/urfu/PhysCult/> (20.05.2025).
5. Желтушкина Е.В. Возможности и эффективность дистанционного обучения в рамках занятий по физической культуре и спорту // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 9 (199). – С. 86-89.